

Dr. Alexander Rolle Sportler des Jahres

Dass Alexander Rolle die Wahl zum Sportler des Jahres 2010 in Neumünster gewinnen würde, damit hatte wohl niemand aus den Reihen des RCN gerechnet und am wenigsten Alex selbst. Als Höhepunkt seiner sportlichen Karriere bezeichnete er die Ehrung vor 3.000 Gästen auf dem Ball des Sports in der Holstenhalle am 15. Januar. Dabei gewann er deutlich. Mit über 500 Punkten Vorsprung konnte er sich gegen den Zweitplatzierten, den Leichtathleten Leif Schröder-Gröneveld, durchsetzen. Leider verfolgten nur wenige Mitglieder des Ruder-Clubs den erneuten Erfolg eines unserer Sportkameraden auf dem Ball.

Der Ruder-Club gratuliert Alexander zu dieser herausragenden Auszeichnung!

Alexander Rolle, der bereits als Jugendlicher erfolgreich im RCN gerudert hatte, kam 2009 wieder zum Rudersport zurück. Diesmal jedoch in der noch jungen Disziplin des Handicap-Ruderns, denn ihm hatte 1997 nach einem Unfall und einer dadurch hervorgerufenen Infektion das rechte Bein amputiert werden müssen. Nachdem er sich zunächst im Schwimmen versuchte, gab ihm die Handicap-Schwimmerin Kirsten Bruhn den Tipp, in der Sportart leistungsmäßig wieder einzusteigen, die er als Jugendlicher beherrscht hatte. Diesen Ratschlag befolgte Alex mit viel Einsatz und Ehrgeiz. Da er sich immer fit gehalten hatte und auch vor der Wiederaufnahme des Ruderns viel Ergometer gefahren war, erreichte er schnell beachtliche Trainingserfolge, von denen das Jahrbuch 2010 ausführlich berichtet. So konnte er 2010 die Deutschen Meisterschaften im Ergometer fahren gewinnen und dabei einen neuen deutschen Rekord aufstellen. Bei den Europameisterschaften gewann er die Silbermedaille. Er war schließlich im Herbst 2010 als Ersatzmann für die WM der Ruderer mit Handicap im National-Vierer nominiert, kam aber nicht zum Einsatz.

In der Zwischenzeit sind die Schadensklassen der Handicap-Ruderer neu eingeteilt worden. Danach gehört Alexander in dieselbe Klasse wie Sportler mit Sehbehinderungen, die über die volle Beinstoßkraft verfügen. Trotzdem wird Alex weiter trainieren. Aber seine sportliche Karriere auf internationaler Ebene sieht er eher als beendet an. Jetzt wechselt der Mediziner, der zusammen mit seinem Bruder das medizintechnische Unternehmen „Transcoject“ in Neumünster-Wittorf leitet, erst einmal die Seiten. Er lässt sich zum medizinischen Gutachter ausbilden, um Athleten auf Sichtungslerngängen und Wettkämpfen in Hinblick auf die 2012 stattfindenden Paralympics in London einzustufen.



Termine !

- 11. Februar Grünkohlessen**
19 Uhr im Hotel Kühl, Gadeland
- 25. Februar Jahreshauptversammlung**
19 Uhr im Bootshaus (siehe Rückseite)
- 10. April Anrudern mit Aktionstag**
10 Uhr „Schleswig-Holstein rudert“
- 30. April LS-Regatta Bergedorf**
Dove-Elbe

Wir gratulieren

... zum Geburtstag
unserer ältesten Mitglieder
(80 und älter)

- 13. 1. Karin Sörensen
- 30. 1. Irmgard Hillmann
- 13. 3. Hans-Heinrich Gehl
- 29. 3. Ilse Bruhn

*Schon
angemeldet?*

Freitag, 11. Febr. 2011, 19.00 Uhr
Grümkohlessen
im Hotel Kühl, Gadeland

Die Festtage sind nun auch schon vorbei und der Appetit auf ein zünftiges Grümkohlessen mit Kassler, Kochwurst und Schweinebacke ist wieder da. Also nicht lange überlegt und schnell angemeldet.

**Anmeldungen in der Liste im Bootshaus oder
telefonisch bei Susanne Theesen, Tel. 04321/5931**



Einladung zur Jahreshauptversammlung

am Freitag, dem 25. Februar 2011, um 19.00 Uhr,
im Bootshaus des RCN, Strandallee 7, 24536 Neumünster

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Verlesung und Genehmigung des Protokolls der JHV vom 19. 2. 2010
4. Aussprache über Rechenschaftsberichte des Vorstandes zum Sport- und Geschäftsjahr 2010 (vgl. Anlage zur Einladung)
5. Bericht der Rechnungsprüfer zum Geschäftsjahr 2010
6. Entlastung des Vorstandes
7. Antrag des Vorstandes: Haushaltsplan 2011 (vgl. Anlage)
8. Vorstandswahlen:
 - a. Wahl des/der 1. Vorsitzenden
 - b. Wahl des/der Vorsitzenden Sport
 - c. Wahl des/der Vorsitzenden Finanzen
 - d. Wahl des/der Schriftführers/in
9. Wahl eines neuen Rechnungsprüfers
10. Sonstige Anträge
11. Verschiedenes

Anträge zu TOP 10 müssen bis zum 17. 2. 2011 schriftlich beim geschäftsführenden Vorstand eingehen.

Im Anschluss an die JHV lädt der Vorstand zu einem Imbiss ein (Kartoffelsalat mit Würstchen!), sodass wir den Abend noch gemütlich ausklingen lassen können.

Über eine rege Beteiligung würde sich der Vorstand freuen.

Dr. Norbert Bruhn-Lobin Thomas Petersen Frank Böttger

Training der Damen im Bootshaus



Ausgleichssport im Winter



Jeden Mittwoch trifft sich eine Gruppe (ca. 10 bis 16 Vereinsmitglieder) in der Hans-Böckler-Schule, um unter Leitung von Susanne Wolfen die steifen Ruderkörper dehnbar und geschmeidig zu erhalten. Das Fitnessprogramm der Oldies kann aber auch für die Jüngeren ganz schön anstrengend sein, wenn man in dieser Stunde zum zigsten Mal Körperspannung aufnimmt, um die Übungen korrekt auszuführen. Man verflucht die schweren, muskulösen Rudererbeine, die bei den Kräftigungsübungen mal kurz über dem Boden, mal seitlich vom Körper mal hoch in der Luft gehalten werden sollen. Nach der Stunde sind auf jeden Fall alle Muskeln gestärkt und gedehnt (manchmal gibt es leichten Muskelkater), die Koordination und das Gehirn trainiert und der Körper entspannt. Wer Lust hat kann gerne mitmachen.

Es gibt aber auch noch andere Termine im Bootshaus, um dem Winterspeck zu Leibe zu rücken. Montags gibt es Krafttraining, dienstags findet die Gymnastik der Alten Herren, mittwochs das Ergo- und Lauftraining der jüngeren Herren und donnerstags Kraftausdauertraining der Frauen statt. In allen Gruppen sind noch Plätze frei. Auskünfte erteilen Anke und Klaus Carow.