



# Rudern gegen Krebs®

## Essen

Benefizregatta auf dem Baldeneysee

# Sa 9.9.2023

# Startliste & Lageplan

01	4 Lions vom LC Essen-Werethina	Mixed <sup>1</sup>	34	LVR-Paddlers III	Mixed <sup>1</sup>
02	4 Löwen vom LC Essen-Werethina	Männer	35	LVR-Paddlers IV	Mixed <sup>1</sup>
03	4 Löwinnen vom LC Essen-Werethina	Frauen	36	LVR-Paddlers V	Frauen
04	BMS – Gemeinsam gegen Krebs	Mixed <sup>1</sup>	37	MWG – Mythos and Friends	Mixed <sup>2</sup>
05	CRITERION	Frauen	38	MWG – Schülerinnen und Schüler	Mixed <sup>1</sup>
06	Diakoniewerk Essen	Frauen	39	NEWS NAVIGATORS DJV	Mixed <sup>2</sup>
07	Die Dom-Aquatheke Team 1	Frauen	40	Pussy Galore	Frauen
08	Die Dom-Aquatheke Team 2	Mixed <sup>3</sup>	41	Racing Snails	Mixed <sup>2</sup>
09	Die Rettungsringe	Mixed <sup>2</sup>	42	Roaring Ladies	Frauen
10	Die Steuerflotte	Frauen	43	rOW DIVERTER	Mixed <sup>2</sup>
11	Essener Seegurken	Mixed <sup>3</sup>	44	Ruderclub Sorpesee 1956 e.V.	Meister
12	Essener Seeigel	Mixed <sup>3</sup>	45	SG Deutsche Bank Deutschland Münster	Männer
13	Essener Seepferdchen	Mixed <sup>2</sup>	46	SJK-Ortho-II	Mixed <sup>2</sup>
14	ETUF Segeln	Mixed <sup>2</sup>	47	SJK-OrthoUnfall	Männer
15	Frauenselbsthilfe Krebs	Patient:innen	48	Skeletal Stokers	Männer
16	Goldhammer	Frauen	49	SRV 1	Meister
17	Gut.drauf! Sport und Krebs	Patient:innen	50	SRV 2	Meister
18	Herzsport	Patient:innen	51	Steuerelite	Mixed <sup>2</sup>
19	Hovercraft Hemer	Mixed <sup>3</sup>	52	Team „Ortho-Mobile“	Frauen
20	JUH RV Münsterland/Soest I	Mixed <sup>2</sup>	53	The Vikings	Mixed <sup>2</sup>
21	JUH RV Münsterland/Soest II	Mixed <sup>3</sup>	54	Tooth Titan I	Mixed <sup>3</sup>
22	KÖTTER Services 1	Männer	55	Tooth Titan II	Mixed <sup>3</sup>
23	KÖTTER Services 2	Mixed <sup>1</sup>	56	Victorious Secret	Mixed <sup>2</sup>
24	KÖTTER Services 3	Mixed <sup>3</sup>	57	Weckstabenverbuchseler	Mixed <sup>3</sup>
25	KÖTTER Services 4	Mixed <sup>3</sup>	58	WSV Mülheim	Patient:innen
26	KRG Mädels	Frauen	59	WTZ 1	Mixed <sup>2</sup>
27	Last Chance	Mixed <sup>2</sup>	60	WTZ Münster	Mixed <sup>1</sup>
28	LDKC-Allstars	Mixed <sup>2</sup>	61	ZNA Nord	Mixed <sup>3</sup>
29	Leukos_Eins	Mixed <sup>3</sup>	70	Essen 1	Kinder
30	Leukos_Zwo	Männer	71	Essen 2	Kinder
31	Luther.rudert	Männer	72	Köln 1	Kinder
32	LVR-Paddlers I	Frauen	73	Köln 2	Kinder
33	LVR-Paddlers II	Mixed <sup>3</sup>	74	Minden	Kinder

1 FMMM 2 FFMM 3 FFFM



# Zeitplan

## VORLÄUFE (V)

Lauf X1	StNr.	Platz
Ablegen 09:52	04	
Start 10:00	35	
	38	
1.->F, 3.-4.->HL	60	
<b>Lauf X2</b>		
Ablegen 10:00	01	
Start 10:08	23	
1.->F, 2.+3.->HL	34	
<b>Lauf X3</b>		
Ablegen 10:08	09	
Start 10:16	20	
	28	
1.->HF, 2.-4.->HL	56	
<b>Lauf X4</b>		
Ablegen 10:16	13	
Start 10:24	27	
	37	
1.->HF, 2.-4.->HL	43	
<b>Lauf X5</b>		
Ablegen 10:24	14	
Start 10:32	39	
	46	
1.->HF, 2.-4.->HL	53	

Lauf F1	StNr.	Platz
Ablegen 11:12	03	
Start 11:20	07	
	10	
1.->HF, 3.-4.->HL	52	
<b>Lauf F2</b>		
Ablegen 11:20	05	
Start 11:28	16	
	40	
1.->HF, 3.-4.->HL	42	

Lauf A1	StNr.	Platz
Ablegen 11:36	70	
Start 11:44	74	
1.->FA, 3.->FB	72	

Lauf M1	StNr.	Platz
Ablegen 11:52	48	
Start 12:00	30	
	45	
1.->F, 3.-4.->HL	02	

Lauf X6	StNr.	Platz
Ablegen 10:32	41	
Start 10:40	51	
1.->HF, 2.+3.->HL	59	
<b>Lauf X7</b>		
Ablegen 10:40	08	
Start 10:48	11	
	21	
1.->HF, 2.-4.->HL	24	
<b>Lauf X8</b>		
Ablegen 10:48	25	
Start 10:56	54	
1.->HF, 2.+3.->HL	55	
<b>Lauf X9</b>		
Ablegen 10:56	12	
Start 11:04	19	
1.->HF, 2.+3.->HL	29	
<b>Lauf X10</b>		
Ablegen 11:04	33	
Start 11:12	57	
1.->HF, 2.+3.->HL	61	

Lauf F3	StNr.	Platz
Ablegen 11:28	36	
Start 11:36	32	
	26	
1.->HF, 3.-4.->HL	06	

Lauf A2	StNr.	Platz
Ablegen 11:44	71	
Start 11:52	73	
1.->FA, 2.->FB		

Lauf M2	StNr.	Platz
Ablegen 12:00	22	
Start 12:08	31	
1.->F, 2.-3.->HL	47	

## HOFFNUNGSLÄUFE (HL)

Lauf X11	StNr.	Platz
Ablegen 12:08	4. Lauf X1	
Start 12:16	2. Lauf X2	
	3. Lauf X1	
1.->F	3. Lauf X2	
<b>Lauf X12</b>		
Ablegen 12:16	4. Lauf X4	
Start 12:24	2. Lauf X3	
	2. Lauf X4	
1.->HF	3. Lauf X6	
<b>Lauf X13</b>		
Ablegen 12:24	3. Lauf X4	
Start 12:32	2. Lauf X5	
1.->HF	4. Lauf X3	
<b>Lauf X14</b>	StNr.	Platz
Ablegen 12:32	3. Lauf X5	
Start 12:40	2. Lauf X6	
1.->HF	3. Lauf X3	
<b>Lauf X15</b>		
Ablegen 12:40	3. Lauf X8	
Start 12:48	2. Lauf X7	
1.->HF	2. Lauf X10	
<b>Lauf X16</b>		
Ablegen 12:48	3. Lauf X7	
Start 12:56	2. Lauf X8	
1.->HF	3. Lauf X9	
<b>Lauf X17</b>		
Ablegen 12:56	3. Lauf X10	
Start 13:04	2. Lauf X9	
1.->HF	4. Lauf X7	

Lauf F4	StNr.	Platz
Ablegen 13:04	4. Lauf F2	
Start 13:12	3. Lauf F3	
1.->HF	3. Lauf F1	
<b>Lauf F5</b>		
Ablegen 13:12	4. Lauf F3	
Start 13:20	3. Lauf F2	
1.->HF	4. Lauf F1	

Lauf M3	StNr.	Platz
Ablegen 13:20	4. Lauf M1	
Start 13:28	2. Lauf M2	
	3. Lauf M1	
1.->F	3. Lauf M2	

## HALBFINALS (HF)

Lauf X18	StNr.	Platz
Ablegen 14:39	1. Lauf X12	
Start 14:47	1. Lauf X3	
	1. Lauf X4	
1.->F	1. Lauf X13	
<b>Lauf X19</b>		
Ablegen 14:47	1. Lauf X14	
Start 14:55	1. Lauf X5	
1.->F	1. Lauf X6	
<b>Lauf X20</b>		
Ablegen 14:55	1. Lauf X15	
Start 15:03	1. Lauf X7	
	1. Lauf X8	
1.->F	1. Lauf X16	
<b>Lauf X21</b>		
Ablegen 15:03	1. Lauf X10	
Start 15:11	1. Lauf X9	
1.->F	1. Lauf X17	

Lauf F6	StNr.	Platz
Ablegen 14:23	2. Lauf F2	
Start 14:31	1. Lauf F1	
	1. Lauf F3	
1.->F	1. Lauf F4	
<b>Lauf F7</b>		
Ablegen 14:31	2. Lauf F3	
Start 14:39	1. Lauf F2	
	2. Lauf F1	
1.->F	1. Lauf F5	

## FINALS (F)

Lauf A3 - Finale B ActiveOncoKids	StNr.	Platz
Ablegen 14:07	2. Lauf A2	
Start 14:15	3. Lauf A1	
<b>Lauf A4 - Finale A ActiveOncoKids</b>		
Ablegen 14:15	1. Lauf A1	
Start 14:23	1. Lauf A2	
	2. Lauf A1	

Lauf M4 - Finale Männer	StNr.	Platz
Ablegen 15:11	1. Lauf M3	
Start 15:19	1. Lauf M1	
	1. Lauf M2	
	2. Lauf M1	

Lauf P1 - Patient:innen	StNr.	Platz
Ablegen 15:19	15	
Start 15:27	17	
	18	
	58	

Lauf K1 - Meisterklasse	StNr.	Platz
Ablegen 15:27	49	2. Lauf 17
Start 15:35	44	1. Lauf 16
	50	1. Lauf 17

Lauf F8 - Finale Frauen	StNr.	Platz
Ablegen 15:35	2. Lauf F7	
Start 15:43	1. Lauf F6	
	1. Lauf F7	
	2. Lauf F6	

Lauf X22 - Finale Mixed (FFMM)	StNr.	Platz
Ablegen 15:43	1. Lauf X11	
Start 15:51	1. Lauf X1	
	1. Lauf X2	
	2. Lauf X1	

Lauf X23 - Finale Mixed (FFMM)	StNr.	Platz
Ablegen 15:51	2. Lauf X19	
Start 15:59	1. Lauf X18	
	1. Lauf X19	
	2. Lauf X18	

Lauf X24 - Finale Mixed (FFFMM)	StNr.	Platz
Ablegen 15:59	2. Lauf X21	
Start 16:07	1. Lauf X20	
	1. Lauf X21	
	2. Lauf X20	

Pause 13:30 bis 14:15 Uhr

Siegerehrungen ab 16:30 Uhr  
anschließend Rahmenprogramm,  
Tombola, Abendprogramm

# Rennablauf

## 60 Minuten vor dem ersten Start

Im Regattabüro findet sich das Team ein, alle Mitglieder akzeptieren die Teilnahmebedingungen durch Unterschrift und nehmen ihre T-Shirts in Empfang.

## 20 Minuten vor der jeweiligen Ablegezeit

Alle Teammitglieder der ablegenden Teams finden sich vollständig am Steg ein.

## Start

Sobald alle Boote auf der Startlinie durch den Seitenrichter ausgerichtet sind, erfolgt der Start durch den Schiedsrichter. Nach der ersten Aufforderung „Achtung“ erfolgt der eigentliche Start durch das Kommando „Los“.

## Ziel

Nach dem Zieleinlauf rudern die Teams unverzüglich zum Steg zurück. Dort wird das Boot an das nächste Team übergeben.

## Hinweise

- Skullberührungen während des Rennens führen nicht zum Rennabbruch.
- Bei schlechten Witterungsbedingungen kann die Regatta abgebrochen werden. Spenden- und Kostenanteil werden in diesem Fall leider nicht erstattet.

Stiftung Leben mit Krebs

Mainzer Straße 48, 55252 Mainz-Kastel

**Veranstaltungsleitung:** Oliver Bettzieche

Westdeutsches Tumorzentrum

Universitätsklinikum Essen

Hufelandstraße 55, 45147 Essen

**Projektkoordination:** Leonard Engert

Essener Turn- und Fechtclub e.V. – ETUF

Freiherr-vom-Stein-Str. 204 a, 45133 Essen

**Regattaleitung:** Dr. Diethard König



# Der Ruderverein

Rudern auf der gestauten Ruhr – das bedeutet Gesundheit und Vielfalt in den Rudervereinen entlang der Ruhr und ihren Stauseen in einer wunderschönen Umgebung. Erleben Sie das Ruhrgebiet aus einer neuen Perspektive.

Rudern ist perfekter Lifetime-Sport. Kein Wunder, dass in unseren Rudervereinen Kinder und Jugendliche, Männer und Frauen, Jung und Alt ihr Zuhause finden – sei es als Rennrunderer oder Senior mit Biss, ambitioniert und schnell auf der Regatta oder mit Ausdauer und Ruhe auf dem See oder bei einer Wanderfahrt.



Beim ETUF Essen fühlt sich jeder zu Hause, egal ob Kind oder Senior. Sie haben die Möglich-

keit, die unterschiedlichsten sportlichen Angebote wie Fechten, Golf, Hockey, Rudern, Segeln, Tennis und Turnen auszuüben. Und das auf einer der schönsten Klubanlagen Essens, direkt am Baldeneysee und am S-Bahnhof Hügel.

Die Ruderriege ETUF ist eine lebendige, offene Gemeinschaft. Wir bieten vielfältige Rahmenbedingungen, den Rudersport individuell und in der Gruppe auszuüben, im Sommer wie im Winter. Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein sind mit dem Rudersport untrennbar verbunden. Als Ausgleich zum Schulalltag werden Jugendliche mit einem hochwertigen Training gefördert. Dabei werden Gemeinschaftsgefühl, Zielstrebigkeit und Konzentration entwickelt.

In Kursen für Einsteiger jeglichen Alters können Einzelne und größere Gruppen systematisch die Vorteile dieses Natursports kennen und schätzen lernen.

Die Ruderriege ETUF vereint sportlichen Ehrgeiz auf verschiedenen Ebenen wie Kinderwettkampf, Leistungssport an der internationalen Spitze, Breitensport und Wanderrudern.

## **Geschäftsstelle**

etuf@etuf.de · Tel. 0201 / 44 41 44 · [www.etuf.de](http://www.etuf.de)

Sprechen Sie uns gerne an!

## Lebensqualität erleben

„Rudern gegen Krebs“ ist eine Initiative der Stiftung Leben mit Krebs. Die Stiftung engagiert sich seit 2005 erfolgreich dafür, die Lebensqualität von Menschen mit einer Krebserkrankung entscheidend zu verbessern. Die Stiftung Leben mit Krebs finanziert im Rahmen von vielfältigen Förderprojekten u. a. Therapeut:innen, die Sport- und Bewegungsprogramme durchführen.

Die positive Wirkung von Bewegung und Sport bei Krebserkrankungen wurde bereits in zahlreichen wissenschaftlichen Studien belegt. Das gezielte Training hilft dabei, therapiebedingte Nebenwirkungen zu reduzieren, die Leistungsfähigkeit zu verbessern und die Lebensqualität zu erhöhen. Am Westdeutschen Tumorzentrum Essen (WTZ Essen) gibt es ein vielseitiges Angebot zur Förderung der sportlichen Aktivität von Krebspatient:innen. Bereits direkt auf der Station erhalten Betroffene eine Beratung und aktive Anleitung für ein individuelles Training. Egal ob alt oder jung, das WTZ Essen bietet Angebote für alle Altersgruppen zur kostenfreien Nutzung.

Bewegungstherapie, Physiotherapie, Rehasport und Sportaktionstage sowie Freizeiten für an Krebs erkrankte Kinder und Jugendliche sind nur einzelne Auszüge aus den Aktivitäten, die am WTZ Essen angeboten werden.

Mit dem Erlös der Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“ bauen wir diese Angebote weiter aus.

## Jetzt spenden!

Deutsche Bank Wiesbaden  
IBAN DE70 5107 0021 0014 6001 16  
BIC DEUTDEFF510

Unterstützen Sie uns, damit noch mehr Krebspatient:innen eine bessere Lebensqualität erleben.



# Partner & Sponsoren

