



# Rudern gegen Krebs®

## Kiel

Benefizregatta an der Kiellinie

# Sa 13.7.2024



Informationen zu den ausrichtenden Vereinen findet ihr auf deren Websites:

[www.ekrc.de](http://www.ekrc.de) – Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

[www.rggermaniakiel.com](http://www.rggermaniakiel.com) – Rudergesellschaft Germania e.V.

Diese Vereine im Verband Kieler Schüler-Rudervereine unterstützen die Regatta wie jedes Jahr tatkräftig:

Oberrealschul-Ruderclub Neptun

Realgymnasial-RC Aegir

Oberrealschul-Ruderclub Wiking



Wir bedanken uns bei allen Trainer:innen und Helfer:innen aus den Vereinen ganz herzlich für ihren Einsatz!

**Ein großes Dankeschön an unser hervorragendes Moderatorenteam: Andreas Otto und Kim Dibbern**



## 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 finanziert im Rahmen von vielfältigen Förderprojekten u. a. Therapeuten, 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, therapie- bedingte Nebenwirkungen zu reduzieren, die Leistungsfähigkeit zu verbessern und die Lebensqualität zu erhöhen.

Das Städtische Krankenhaus Kiel bietet umfangreiche Beratung und Betreuung zum Aufbau und Erhalt eines körperlich aktiven Lebensstils für Betroffene an. Dazu gehören unter anderem Ruderurse und Ernährungs- und Bewegungsprogramme.

Mit dem Erlös der Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“ bauen wir diese Angebote in Kiel in Kooperation mit dem Städtischen Krankenhaus Kiel weiter aus.

## Jetzt spenden!

Deutsche Bank Wiesbaden

IBAN DE92 5107 0021 0014 6001 08

BIC DEUTDEFF510

Unterstützt uns, damit noch mehr Krebspatienten in Kiel mit mehr Lebensqualität leben!

Stiftung Leben mit Krebs

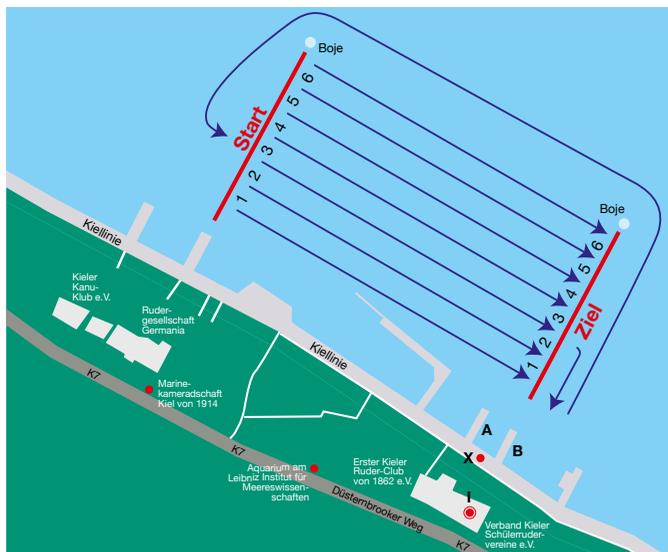
[www.stiftung-leben-mit-krebs.de](http://www.stiftung-leben-mit-krebs.de)



# Startliste & Lageplan

01	ABK Tonnen-Beschwörerinnen
02	BAD-Girls
03	Cool Runnings
04	Current-Cruisers
05	Deutsche Bank I
06	Deutsche Bank II
07	Deutsche Bank III
08	Die Fassaden Exen
09	FEK MÄKS
10	FEK Red Skulls
11	FEK Rudefix
12	Flotter 4er
13	Förde Warrior
14	Funny Fighters
15	Gesu-Quintett
16	HCOB Cool Runnings
17	HCOB Feisty Underdogs
18	HCOB Förde Flossen
19	HCOB Happy Fo(ur)
20	HCOB The IT Row-ling Stones
21	HCOBoat
22	HighFlow-Racer
23	Hochhäusler Power Girls
24	IBU 600

25	Kernassis
26	kick it like me
27	Krebskutter
28	Kumpell 4er
29	Landeshauptstadt Kiel 1
30	Landeshauptstadt Kiel 2
31	Landeshauptstadt Kiel 3
32	Pfizer
33	PhysioPlusKiel
34	PPI AG
35	PZ Kiel
36	REWE Villabacho
37	REWE Villariba
38	Rowing Stones
39	Silberpfel
40	Stadt.mission.mensch
41	stark
42	Voith Paddeldaddeldu
51	Backfische
52	Krosse Sprotten
53	Freche Forellen
61	Oberrealschul-Ruderclub Neptun
62	Realgymnasial-RC Aegir
63	Oberrealschul-Ruderclub Wiking



- A** Steg des EKRC
- B** Steg des VKSR
- X** Bühne und Gastronomie
- I** Anmeldung, Regattabüro, Information

# Rennablauf

## 60 Minuten vor dem ersten Start

Das Team findet sich spätestens 60 Minuten vor seinem ersten Rennen bei der Anmeldung ein, gibt die von allen Teilnehmer:innen unterschriebene Einverständniserklärung ab und nimmt ggf. T-Shirts und Startnummer (gegen 10 € Pfand) entgegen.

## Stege

Die Boote starten von zwei Stegen, dem Steg des EKRC (im Lageplan mit A gekennzeichnet) und dem Steg des VKSR (im Lageplan mit B gekennzeichnet). Steg A bedient in den Vorläufen und Halbfinals Bahn 1 und 2, Steg B Bahn 3 und 4. Für die Finals bedient Steg A Bahn 1 bis 3 und Steg B Bahn 4 bis 6. Im Zeitplan ist der für euer Rennen zugeteilte Steg neben eurer Startnummer angegeben. Bitte beachten: Je Rennen ändert sich eure Stegzuteilung ggf., schaut daher immer auf dem Plan nach.

## 15 Minuten vor der jeweiligen Ablegezeit

Alle Teammitglieder der ablegenden Teams finden sich vollständig an ihrem zugewiesenen Steg ein, zeigen ihre Startnummer vor und werden dort einem Boot zugeteilt.

## Start

Im Zeitplan entspricht die Reihenfolge der Startplätze von oben nach unten den jeweiligen Startbahnen 1 bis 4 (Vorläufe und Halbfinals) bzw. 1 bis 6 (Finals). Wenn ihr euch mit eurem Boot in die Startzone begeben, fahrt dabei außen um die Regattastrecke (markiert durch Tonnen/Bojen), um andere Teams nicht zu behindern! Sobald alle Boote am Start eingeschommen 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 zu ihrem ursprünglichen Ablegesteg (A oder B) 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  
 Event-Manager: Gabriel Dolinschek

## Städtisches Krankenhaus Kiel GmbH

Chemnitzstraße 33, 24116 Kiel  
[www.krankenhaus-kiel.de](http://www.krankenhaus-kiel.de)  
 Koordination: Astrid Schulz

# Zeitplan

## VORLÄUFE (V)

Lauf V1	StNr.	Platz
Ablegen 10:10	15	A
Start 10:30	07	A
	14	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	37	B

Lauf V2	StNr.	Platz
Ablegen 10:20	41	A
Start 10:40	21	A
	04	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	10	B

Lauf V3	StNr.	Platz
Ablegen 10:30	02	A
Start 10:50	20	A
	33	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	03	B

Lauf V4	StNr.	Platz
Ablegen 10:40	18	A
Start 11:00	39	A
	26	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	38	B

Lauf V5	StNr.	Platz
Ablegen 10:50	29	A
Start 11:10	24	A
	01	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	08	B

Lauf V6	StNr.	Platz
Ablegen 10:00	28	A
Start 11:20	32	A
	30	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	27	B

Lauf V7	StNr.	Platz
Ablegen 11:10	34	A
Start 11:30	11	A
	31	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	16	B

Lauf V8	StNr.	Platz
Ablegen 11:20	09	A
Start 11:40	17	A
	22	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	35	B

Lauf V9	StNr.	Platz
Ablegen 11:30	06	A
Start 11:50	19	A
	12	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	13	B

Lauf V10	StNr.	Platz
Ablegen 11:40	23	A
Start 12:00	40	A
	25	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	25	B

Lauf V11	StNr.	Platz
Ablegen 11:50	42	A
Start 12:10	05	A
	36	B
1.+2.->Y,3.+4.->X	36	B

## HALBFINALS EINSTEIGER (X)

Lauf X1	StNr.	Platz
Ablegen 12:40		3. Lauf V1 A
Start 13:00		3. Lauf V3 A
		4. Lauf V4 B
1.->F		4. Lauf V7 B

Lauf X2	StNr.	Platz
Ablegen 12:50		4. Lauf V1 A
Start 13:10		4. Lauf V2 A
		3. Lauf V4 B
1.->F		3. Lauf V7 B

Lauf X3	StNr.	Platz
Ablegen 13:00		3. Lauf V2 A
Start 13:20		3. Lauf V6 A
		3. Lauf V8 B
1.->F		3. Lauf V8 B

Lauf X4	StNr.	Platz
Ablegen 13:10		3. Lauf V5 A
Start 13:30		4. Lauf V3 A
		3. Lauf V10 B
1.->F		3. Lauf V10 B

Lauf X5	StNr.	Platz
Ablegen 13:20		4. Lauf V8 A
Start 13:40		3. Lauf V9 A
		4. Lauf V6 B
1.->F		4. Lauf V6 B

Lauf X6	StNr.	Platz
Ablegen 13:30		4. Lauf V9 A
Start 13:50		4. Lauf V5 A
		3. Lauf V11 B
1.->F		3. Lauf V11 B

## HALBFINALS EXPERTEN (Y)

Lauf Y1	StNr.	Platz
Ablegen 13:40		1. Lauf V1 A
Start 14:00		2. Lauf V10 A
		2. Lauf V4 B
1.->F		1. Lauf V7 B

Lauf Y2	StNr.	Platz
Ablegen 13:50		2. Lauf V1 A
Start 14:10		1. Lauf V10 A
		1. Lauf V4 B
1.->F		2. Lauf V7 B

Lauf Y3	StNr.	Platz
Ablegen 14:00		1. Lauf V2 A
Start 14:20		2. Lauf V11 A
		2. Lauf V5 B
1.->F		1. Lauf V8 B

Lauf Y4	StNr.	Platz
Ablegen 14:10		2. Lauf V2 A
Start 14:30		1. Lauf V11 A
		1. Lauf V5 B
1.->F		2. Lauf V8 B

Lauf Y5	StNr.	Platz
Ablegen 14:20		1. Lauf V3 A
Start 14:40		2. Lauf V6 A
		1. Lauf V9 B
1.->F		1. Lauf V9 B

Lauf Y6	StNr.	Platz
Ablegen 14:30		2. Lauf V3 A
Start 14:50		1. Lauf V6 A
		2. Lauf V9 B
1.->F		2. Lauf V9 B

## FINALS (F)

Lauf F1 - Finale Einsteiger	Platz
Ablegen 14:40	1. Lauf X1 A
Start 15:00	1. Lauf X3 A
	1. Lauf X5 A
	1. Lauf X6 B
	1. Lauf X4 B
	1. Lauf X2 B

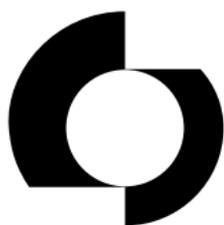
Lauf F2 - Finale Experten	Platz
Ablegen 14:50	1. Lauf Y1 A
Start 15:10	1. Lauf Y3 A
	1. Lauf Y5 A
	1. Lauf Y6 B
	1. Lauf Y4 B
	1. Lauf Y2 B

Lauf S - Schüler	Platz	
Ablegen 12:00	61	A
Start 12:20	62	A
	63	A

Lauf P - Patienten	Platz	
Ablegen 12:10	51	A
Start 12:30	52	A
	53	B

Siegerehrung ab 15:30 Uhr

# Partner & Sponsoren



**Hamburg  
Commercial  
Bank**



**Fürstlich  
Castell'sche  
Bank**



peakzone

macron



**Else  
Kröner  
Fresenius  
Stiftung**

Forschung fördern.  
Menschen helfen.