



Benefizregatta Berlin

vor dem Ruder-Club Tegel

So 13.7.2025



www.r-g-k.de

Der Ruderverein

Rudern in Berlin – das steht für Tradition und Vielfalt. An keinem anderen Ort in Deutschland gibt es so viele Vereine wie an Havel, Spree und Dahme.

Rudern ist der perfekte Lifetime-Sport: Kein Wunder, dass in rund 60 Vereinen in Berlin Kinder und Jugendliche, Männer und Frauen, Jung und Alt gleichermaßen rudern. Sei es als jugendliche Leistungsrunder:innen oder Senior:innen mit Biss, ambitioniert und schnell auf einer Regatta oder mit Ausdauer und Ruhe auf Wanderfahrt. Berlin zeigt sich beim Rudern auf den innerstädtischen Kanälen, idyllischen Seen und sanften Flussläufen aus einer ganz neuen Perspektive.



Der Ruder-Club Tegel 1886 e.V. ist mit ca. 500 Mitgliedern der drittgrößte Ruderverein Berlins. Der Ruder-Club bietet die gesamte Bandbreite des Rudersports über alle Altersklassen in familiärer Atmosphäre, von Kindern über Jugendliche bis zu den Masters.

Erfolgreicher Leistungssport und Freizeitsport sind unter einem Dach vereint. Neben Gold, Silber und Bronze bei Olympischen Spielen haben die Aktiven des RC Tegel viele internationale und nationale Titel errudert. Das Bootshaus liegt direkt am Tegeler See und auch der Hohenzollerkanal bietet ausgezeichnete Trainingsmöglichkeiten. Nach Rudern oder Training im vereinseigenen Kraft- oder Gymnastikraum lädt die zum See gelegene Clubterrasse zum Entspannen ein.

www.rctegel.de

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, therapiebedingte Nebenwirkungen zu reduzieren, die Leistungsfähigkeit zu verbessern und die Lebensqualität zu erhöhen. Die Abteilung Sportmedizin der Charité – Universitätsmedizin Berlin bietet als lokales OnkoAktiv-Zentrum onkologischen Patient:innen im Rahmen einer speziellen Sprechstunde die Möglichkeit zur sportmedizinischen Untersuchung, Sportberatung und Vermittlung an wohnortnahe (OnkoAktiv-zertifizierte) Trainingseinrichtungen.

Mit den Erlösen der diesjährigen Benefizregatta ist eine Evaluation der onkologischen Sprechstunde aus Patient:innen-Perspektive geplant, um Maßnahmen für eine weitere Optimierung der Patient:innen-Beratung und -Betreuung ableiten und umsetzen zu können.

Jetzt spenden!

Deutsche Bank Wiesbaden
IBAN DE92 5107 0021 0014 6001 08
BIC DEUTDEFF510

Unterstützt uns, damit noch mehr Krebspatient:innen in Berlin eine bessere Lebensqualität erleben.



 SPENDEN

Stiftung Leben mit Krebs | www.stiftung-leben-mit-krebs.de

Startliste

01	3BP Binding Buddies	20	Humboldtmühle 2
02	3BP Ligand Legends	21	Ibu 4er
03	BNT 1	22	IDEAL Womenpower
04	BNT 2	23	IDEALer Vierer
05	BNT 3	24	KrummePlanke
06	BNT 4	25	Laufklub Berlin
07	Boot Aristo Pharma	26	OnkoAktiv - Patient:innen II
08	Charité Sportmedizin I	27	OnkoAktiv - Patient:innenboot I
09	Charité Sportmedizin II	28	Paracetamol 8er
10	Cool swimmings	29	Pfizer-Berlin
11	Deutsche Krebsgesellschaft I	30	Pharma Paddler
12	Deutsche Krebsgesellschaft II	31	Radioonkologie CBF
13	Die IDEALen Wellenbrecher!	32	Ruder Raketen
14	DRV Bund I	33	Rudergeddon
15	DRV Bund II	34	Smoke on the Water Frohnau
16	emtec - Robert-Koch-Platz 4er	35	Sportbuddies
17	emtec - Stammdatenharmonisierer	36	Team GIG Nr. 1
18	Flying Dutchman	37	Team GIG Nr. 2
19	Humboldtmühle 1	38	The Fab Four

Rennablauf

60 Minuten vor dem ersten Start

Das Team findet sich im Regattabüro ein, gibt die von allen Teilnehmer:innen unterschriebene Einverständniserklärung ab und nimmt ggf. T-Shirts und Startnummer (gegen 10 Euro Pfand) entgegen.

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

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.

Regattaleitung

Thorsten Jüterbock (RC Tegel)

Veranstalter

Stiftung Leben mit Krebs
Ernst-Ludwig-Straße 10, 55116 Mainz

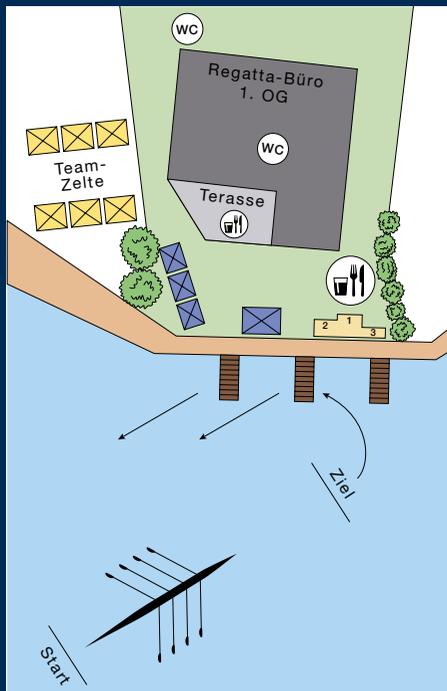
Veranstaltungsleitung: Oliver Bettzieche

Event-Manager: Gabriel Dolinschek

Koordination

Charité – Universitätsmedizin Berlin
Abt. Sportmedizin
Philipppstr. 13, Haus 11, 10115 Berlin

Lageplan



Zeitplan

VORLÄUFE (V)

Lauf V1	StNr.
Ablegen 09:45	04
Start 10:00	12
	08
1.+2.->K, 3.+4.->E	36
Lauf V2	
Ablegen 09:57	28
Start 10:12	15
	05
1.+2.->K, 3.+4.->E	22
Lauf V3	
Ablegen 10:09	30
Start 10:24	10
	02
1.+2.->K, 3.+4.->E	24
Lauf V4	
Ablegen 10:21	29
Start 10:36	03
	33
1.+2.->K, 3.+4.->E	38
Lauf V5	
Ablegen 10:33	11
Start 10:48	32
	06
1.+2.->K, 3.+4.->E	26
Lauf V6	
Ablegen 10:45	34
Start 11:00	16
	31
1.+2.->K, 3.+4.->E	23
Lauf V7	
Ablegen 10:57	27
Start 11:12	13
	07
1.+2.->K, 3.+4.->E	37
Lauf V8	
Ablegen 11:09	01
Start 11:24	14
	09
1.+2.->K, 3.+4.->E	35
Lauf V9	
Ablegen 11:21	17
Start 11:36	25
1.+2.->K, 3.+4.->E	18
Lauf V10	
Ablegen 11:33	20
Start 11:48	21
1.+2.->K, 3.+4.->E	19

VIERTELFINALS EINSTEIGER (E)

Lauf E1	StNr.
Ablegen 11:45	3. Lauf V1
Start 12:00	3. Lauf V5
	4. Lauf V4
1.->HF	4. Lauf V3
Lauf E2	
Ablegen 11:57	3. Lauf V2
Start 12:12	4. Lauf V6
	3. Lauf V4
1.->HF	4. Lauf V1
Lauf E3	
Ablegen 12:09	3. Lauf V3
Start 12:24	4. Lauf V2
	3. Lauf V8
1.->HF	4. Lauf V5
Lauf E4	
Ablegen 12:21	3. Lauf V6
Start 12:36	4. Lauf V7
	3. Lauf V9
1.->HF	
Lauf E5	
Ablegen 12:33	3. Lauf V7
Start 12:48	4. Lauf V8
	3. Lauf V10
1.->HF	

VIERTELFINALS KÖNNER (K)

Lauf K1	
Ablegen 13:35	1. Lauf V1
Start 13:50	2. Lauf V4
	1. Lauf V5
1.->HF	2. Lauf V2
Lauf K2	
Ablegen 13:47	1. Lauf V2
Start 14:02	2. Lauf V5
	1. Lauf V6
1.->HF	2. Lauf V1
Lauf K3	
Ablegen 13:59	1. Lauf V3
Start 14:14	2. Lauf V7
	1. Lauf V4
1.->HF	2. Lauf V3
Lauf K4	
Ablegen 14:11	1. Lauf V7
Start 14:26	2. Lauf V8
	1. Lauf V10
1.->HF	2. Lauf V9
Lauf K5	
Ablegen 14:23	1. Lauf V9
Start 14:38	2. Lauf V10
	1. Lauf V8
1.->HF	2. Lauf V6

HALBFINALS EINSTEIGER (E)

Lauf E6	StNr.
Ablegen 14:35	1. Lauf E1
Start 14:50	1. Lauf E2
	1. Lauf E3
1.+2.->FE	LL 2. VF
Lauf E7	
Ablegen 14:47	LL 2. VF
Start 15:02	1. Lauf E4
	1. Lauf E5
1.+2.->FE	LL 2. VF

HALBFINALS KÖNNER (K)

Lauf K6	
Ablegen 15:15	1. Lauf K1
Start 15:30	1. Lauf K2
	1. Lauf K3
1.+2.->FK	LL 2. VF
Lauf K7	
Ablegen 15:27	LL 2. VF
Start 15:42	1. Lauf K4
	1. Lauf K5
1.+2.->FK	LL 2. VF

LL = Lucky Loser

FINALS (F)

Finale Patientinnen

Lauf FP	StNr.	Platz
Ablegen 15:39		
Start 15:54		

Finale Einsteiger

Lauf FE	
Ablegen 15:51	2. Lauf E7
Start 16:06	1. Lauf E6
	1. Lauf E7
	2. Lauf E6

Finale Könnner

Lauf FK	
Ablegen 16:03	2. Lauf K7
Start 16:18	1. Lauf K6
	1. Lauf K7
	2. Lauf K6

Siegerehrung ab 16:30 Uhr

Partner & Sponsoren

BIONTECH



Facility Management



Getränke
HOFFMANN

neovii