

 Rudern  
gegen Krebs



# Benefizregatta Kiel

an der Kiellinie

## Sa 6.6.2026



[www.r-g-k.de](http://www.r-g-k.de)

Stiftung   
Leben mit Krebs®

 Städtisches  
KRANKENHAUS KIEL



# Die Rudervereine und Schülerrudervereine

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!

## Veranstalter

Stiftung Leben mit Krebs

Ernst-Ludwig-Straße 10, 55116 Mainz

**Veranstaltungsleitung:** Oliver Bettzieche

**Event-Manager:** Gabriel Dolinschek

## Koordination

Städtisches Krankenhaus Kiel GmbH

Chemnitzstraße 33, 24116 Kiel

[www.krankenhaus-kiel.de](http://www.krankenhaus-kiel.de)

**Koordinatorin:** Astrid Schulz

## Rudern in Kiel mit

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e. V.

Rudergesellschaft Germania e. V.

Verband Kieler Schülerrudervereine

**Regattaleitung:** Maja Darmstadt

# 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.

Das Städtische Krankenhaus Kiel bietet umfangreiche Beratung und Betreuung zum Aufbau und Erhalt eines körperlich aktiven Lebensstils für Betroffene an. Dazu gehören unter anderem Ruderkurse 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 DE76 5107 0021 0014 6001 05

BIC DEUTDEFF510

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

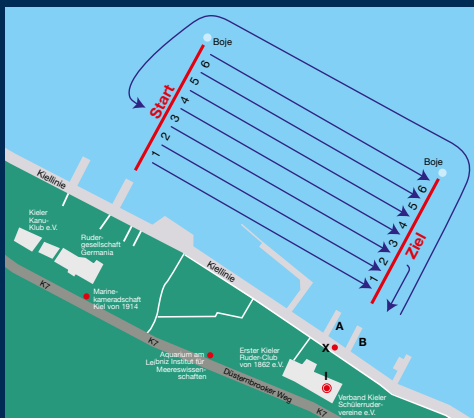


Stiftung Leben mit Krebs | [www.stiftung-leben-mit-krebs.de](http://www.stiftung-leben-mit-krebs.de)

## Startliste

01	ABK im Boot
02	Alle für einen Frosch
03	Der Paritätische SH
04	Die Abreißer
05	Die Krebsretter
06	Die Placebo-Paddler
07	Die strahlenden Schildkröten
08	Die Zerschmetterlinge
09	FLOT
10	Förde Forellen
11	Förde Heringe
12	Förde Warrior
13	Gabiels Krabbenkutter
14	#gemeinsamgegenkrebs
15	Grüne Welle
16	Kumpell 3er+1
17	Ollis Sprottenflotte
18	PÄDler for life
19	Photonenschubser
20	PhysioPlusKiel
21	Pipifiltzer
22	PPI AG
23	Reinraum-Raser
24	REWE digital Kiel
25	Rudern nach Packungsbeilage
26	Rückenwindexpress
27	Stiftungsstudies
28	Taktlos
29	Usain Boot
30	Westies
31	Wieder nach vorn

## Lageplan



**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 (im Lageplan mit A und B gekennzeichnet). 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. Wenn ihr euch mit eurem Boot in die Startzone begeben, fährt dabei außen um die Regattastrecke (markiert durch Tonnen/Bojen), um andere Teams nicht zu behindern! Sobald alle Boote am Start eingeschwommen 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.

# Zeitplan

## VORLÄUFE (V)

Lauf V1	StNr.		
Ablegen 10:10	20	A	
Start 10:30	10	A	
	16	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	01	B	

Lauf V2	StNr.		
Ablegen 10:20	30	A	
Start 10:40	09	A	
	04	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	23	B	

Lauf V3			
Ablegen 10:30	12	A	
Start 10:50	08	A	
	27	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	21	B	

Lauf V4			
Ablegen 10:40	28	A	
Start 11:00	13	A	
	14	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	02	B	

Lauf V5			
Ablegen 10:50	05	A	
Start 11:10	22	A	
	24	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	31	B	

Lauf V6			
Ablegen 11:00	11	A	
Start 11:20	07	A	
	29	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	03	B	

Lauf V7			
Ablegen 11:10	17	A	
Start 11:30	18	A	
	25	B	
1.+2.->K, 3.+4.->E	06	B	

Lauf V8			
Ablegen 11:20	19	A	
Start 11:40	15	A	
	26	B	
1.+2.->K, 3.->E			

## HALBFINALS EINSTEIGER (E)

Lauf E1	StNr.		
Ablegen 12:10		4. Lauf V4	A
Start 12:30		3. Lauf V1	A
		3. Lauf V3	B
1.-> F		4. Lauf V5	B

Lauf E2			
Ablegen 12:20		3. Lauf V4	A
Start 12:40		4. Lauf V1	A
		4. Lauf V2	B
1.-> F		3. Lauf V7	B

Lauf E3			
Ablegen 12:30		3. Lauf V2	A
Start 12:50		4. Lauf V6	A
		4. Lauf V7	B
1.-> F		3. Lauf V5	B

Lauf E4			
Ablegen 12:40		3. Lauf V6	A
Start 13:00		4. Lauf V3	A
1.-> F		3. Lauf V8	B

## HALBFINALS KÖNNER (K)

Lauf K1	StNr.		
Ablegen 13:10		1. Lauf V1	A
Start 13:30		2. Lauf V3	A
		2. Lauf V4	B
1.->F		1. Lauf V7	B

Lauf K2			
Ablegen 13:20		2. Lauf V1	A
Start 13:40		1. Lauf V3	A
		1. Lauf V4	B
1.->F		2. Lauf V7	B

Lauf K3			
Ablegen 13:30		1. Lauf V2	A
Start 13:50		2. Lauf V6	A
		2. Lauf V5	B
1.->F		1. Lauf V8	B

Lauf K4			
Ablegen 13:40		2. Lauf V8	A
Start 14:00		1. Lauf V5	A
		1. Lauf V6	B
1.->F		2. Lauf V2	B

## FINALS (F)

Lauf E7 - Finale Einsteiger			
Ablegen 14:10		1. Lauf E1	A
Start 14:30		1. Lauf E3	A
		1. Lauf E4	A
		1. Lauf E2	B

Lauf K7 - Finale Könnner			
Ablegen 14:20		1. Lauf K1	A
Start 14:40		1. Lauf K3	A
		1. Lauf K4	A
		1. Lauf K2	B

Siegerehrung ab 15:00 Uhr

# Viel Spaß!

## Partner & Sponsoren

