



Rudern
gegen **Krebs**



Benefizregatta Essen

Auf dem Baldeneysee

Sa 5.9.2026



www.r-g-k.de

Stiftung 
Leben mit Krebs



Ruderriege

.o.wtz

westdeutsches
tumorzentrum essen



Universitätsmedizin Essen

 Stiftung
Universitätsmedizin
Essen

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

Möglichkeit, 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 Hülgel.

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
Sprechen Sie uns gerne an!

Stiftung Leben mit Krebs

Konzepte für mehr Lebensqualität für Menschen mit Krebs. Seit 2005.

Bewegen & Stärken

Sport- und Bewegungsprogramme



Sehen & Erleben

Kunst- und Kulturprogramme



Reisen & Aktivieren

Wander-, Rad- und Skilanglaufreisen



Bewegen & Bewirken

Benefizveranstaltung „Rudern gegen Krebs“ in Essen

Mit dem Westdeutschen Tumorzentrum Essen (WTZ Essen) steht die Stiftung Leben mit Krebs auch 2026 wieder verlässlich an der Seite der Krebspatient:innen und unterstützt Projekte, die nachweislich deren Lebensqualität verbessern. 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.



Wir bedanken uns
bei den unterstützenden Rudervereinen:

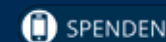


Jetzt spenden!

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



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



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

Stiftung Leben mit Krebs
Ernst-Ludwig-Straße 10, 55116 Mainz
Veranstaltungsleitung: Oliver Bettzieche
Eventmanager: Gabriel Dolinschek

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

Rennablauf

60 Minuten vor dem ersten Start:

20 Minuten vor der jeweiligen Ablegezeit:

Start:

Ziel:

Hinweise:

- [illegible]



Zeitplan

VORLÄUFE (V)

Lauf NAOK1	StNr.
Ablegen 09:52	74
Start 10:00	75

Lauf P1	StNr.
Ablegen 10:00	14
Start 10:08	44
	15
Bahnverteilung	46

Lauf V1	StNr.
Ablegen 10:08	35
Start 10:16	9
	18
1.+2.->K, 3.+4.->E	54

Lauf V2	StNr.
Ablegen 10:16	11
Start 10:24	34
	1
1.+2.->K, 3.+4.->E	53

Lauf V3	StNr.
Ablegen 10:24	52
Start 10:32	10
	45
1.+2.->K, 3.+4.->E	28

Lauf V4	StNr.
Ablegen 10:32	27
Start 10:40	16
	5
1.+2.->K, 3.+4.->E	38

Lauf V5	StNr.
Ablegen 10:40	43
Start 10:48	37
	49
1.+2.->K, 3.+4.->E	7

Lauf V6	StNr.
Ablegen 10:48	47
Start 10:56	41
	4
1.+2.->K, 3.+4.->E	36

Lauf V7	StNr.
Ablegen 10:56	55
Start 11:04	22
	6
1.+2.->K, 3.+4.->E	32

Lauf V8	StNr.
Ablegen 11:04	61
Start 11:12	19
	51
1.+2.->K, 3.+4.->E	26

Lauf V9	StNr.
Ablegen 11:12	31
Start 11:20	8
	20
1.+2.->K, 3.+4.->E	56

Lauf V10	StNr.
Ablegen 11:20	30
Start 11:28	23
	57
1.+2.->K, 3.+4.->E	17

Lauf V11	StNr.
Ablegen 11:28	12
Start 11:36	48
	24
1.+2.->K, 3.+4.->E	60

Lauf V12	StNr.
Ablegen 11:36	59
Start 11:44	50
	21
1.+2.->K, 3.->E	

Lauf V13	StNr.
Ablegen 11:44	42
Start 11:52	63
	29
1.+2.->K, 3.->E	

Lauf V14	StNr.
Ablegen 11:52	25
Start 12:00	39
	58
1.+2.->K, 3.->E	

Lauf V15	StNr.
Ablegen 12:00	62
Start 12:08	13
	40
1.+2.->K, 3.->E	

VIERTELFINALS EINSTEIGER (E)

Lauf E1	StNr.
Ablegen 12:24	4. Lauf V2
Start 12:32	3. Lauf V1
	3. Lauf V3
1.-> HF	4. Lauf V4

Lauf E2	StNr.
Ablegen 12:32	4. Lauf V1
Start 12:40	3. Lauf V2
	3. Lauf V4
1.-> HF	4. Lauf V3

Lauf E3	StNr.
Ablegen 12:40	4. Lauf V7
Start 12:48	3. Lauf V5
	3. Lauf V6
1.-> HF	4. Lauf V8

Lauf E4	StNr.
Ablegen 12:48	4. Lauf V5
Start 12:56	3. Lauf V7
	3. Lauf V8
1.-> HF	4. Lauf V6

Lauf E5	StNr.
Ablegen 12:56	4. Lauf V11
Start 13:04	3. Lauf V9
	3. Lauf V10
1.-> HF	3. Lauf V12

Lauf E6	StNr.
Ablegen 13:04	4. Lauf V9
Start 13:12	3. Lauf V11
	4. Lauf V10
1.-> HF	

Lauf E7	StNr.
Ablegen 13:12	4. Lauf V15
Start 13:20	3. Lauf V13
	3. Lauf V14
1.-> HF	

VIERTELFINALS KÖNNER (K)

Lauf K1	StNr.
Ablegen 13:52	2. Lauf V2
Start 14:00	1. Lauf V1
	1. Lauf V3
1.-> HF	2. Lauf V4

Lauf K2	StNr.
Ablegen 14:00	2. Lauf V1
Start 14:08	1. Lauf V2
	1. Lauf V4
1.-> HF	2. Lauf V3

Lauf K3	StNr.
Ablegen 14:08	2. Lauf V7
Start 14:16	1. Lauf V5
	1. Lauf V6
1.-> HF	2. Lauf V8

Lauf K4	StNr.
Ablegen 14:16	2. Lauf V5
Start 14:24	1. Lauf V7
	1. Lauf V8
1.-> HF	2. Lauf V6

Lauf K5	StNr.
Ablegen 14:24	2. Lauf V11
Start 14:32	1. Lauf V9
	1. Lauf V10
1.-> HF	2. Lauf V12

Lauf K6	StNr.
Ablegen 14:32	2. Lauf V9
Start 14:40	1. Lauf V11
	1. Lauf V12
1.-> HF	2. Lauf V10

Lauf K7	StNr.
Ablegen 14:40	2. Lauf V15
Start 14:48	1. Lauf V13
	2. Lauf V14
1.-> HF	

Lauf K8	StNr.
Ablegen 14:48	2. Lauf V13
Start 14:56	1. Lauf V14
	1. Lauf V15
1.-> HF	

Lauf MK1	StNr.
Ablegen 14:56	3
Start 15:04	2

HALBFINALS

Lauf E8	StNr.
Ablegen 15:04	1. Lauf E1
Start 15:12	1. Lauf E2
	1. Lauf E3
1.+2.-> F	1. Lauf E4

Lauf E9	StNr.
Ablegen 15:12	1. Lauf E5
Start 15:20	1. Lauf E6
	1. Lauf E7
1.+2.-> F	1 LL 2.

Lauf K8	StNr.
Ablegen 15:20	1. Lauf K1
Start 15:28	1. Lauf K2
	1. Lauf K3
1.+2.-> F	1. Lauf K4

Lauf K9	StNr.
Ablegen 15:28	1. Lauf K5
Start 15:36	1. Lauf K6
	1. Lauf K7
1.+2.-> F	1. Lauf K8

FINALS (F)

Lauf NAOK 2	StNr.
Ablegen 12:08	1. NAOK 1
Start 12:16	2. NAOK 1

Lauf P2 Finale	StNr.
Ablegen 12:16	4. Lauf P1
Start 12:24	1. Lauf P1
	2. Lauf P1
	3. Lauf P1

Vorstände	StNr.
Ablegen 15:37	76
Start 15:45	77
	78
	79

Lauf MK2 - Finale Meisterklasse	StNr.
Ablegen 15:47	1. Lauf MK1
Start 15:55	2. Lauf MK1

Lauf E10 - Finale Einsteiger	StNr.
Ablegen 15:57	2. Lauf E8
Start 16:05	1. Lauf E9
	1. Lauf E8
	2. Lauf E9

Lauf K10 - Finale Könnner	StNr.
Ablegen 16:07	2. Lauf K8
Start 16:15	1. Lauf K9
	1. Lauf K8
	2. Lauf K9

Allgemeine Siegerehrung
ab 16:30 Uhr

Partner & Sponsoren

