



Deutsche Ruderjugend: Erwartungsvoll in die neue Saison

Liebe Ruderfreundinnen!
Liebe Ruderfreunde!

Wenn die Temperaturen zu Beginn des Frühjahrs stetig steigen und das Eis langsam schmilzt, dann steht die Freiluftsaison unmittelbar bevor. Da die Grundlagen für sportliche Erfolge auch oder gerade im Rudern bekanntlich im Winter gelegt werden, wenden wir uns in der vorliegenden Ausgabe des DRJ-Newsletters schwerpunktmäßig dem Thema Junioren-Leistungssport zu und werfen einen Blick hinter die Kulissen. Nach der großartigen Leistung unserer Junioren-Nationalmannschaft im vergangenen Jahr in Linz erhoffen wir uns in diesem Jahr in Brive la Gaillarde in Frankreich eine Fortsetzung dieser Erfolge. Auch künftig wird es unser Anliegen sein, gute individuelle Ruderer auszubilden und die hervorragenden Leistungen in den Kleinbooten zu sichern.

Darüber hinaus bietet diese Ausgabe einen kleinen Einblick in die Arbeit der Deutschen Ruderjugend. Weitere Informationen findet man auch im Internet unter www.ruderjugend.org. Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen und Euch

Lothar Drnec
Vorsitzender der Deutschen Ruderjugend

Anzeige

Filippi **Werner Kahl**
Die Ruderwerkstatt

Impressum

Deutsche Ruderjugend
F.-W.-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover

Inhalt: Annegret Gabriel und Nils Budde
Texte: Nils Budde
Gestaltung: Christian Speelmanns
Auflage: 2500 Stück
Druck: www.flyeralarm.de

Diese Broschüre wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Interview mit Brigitte Bielig (Junioren-Bundestrainerin)



DRJ: Frau Bielig – Als Nachfolgerin von Erfolgstrainer Dr. Dieter Altenburg haben Sie ein schweres Erbe angetreten und sind in unglaublich große Fußstapfen getreten. Wie beurteilen Sie retrospektiv die JWM in Ottensheim 2008?

Bielig: Rückblickend war es für mich ein sehr einfacher Einstieg als Bundestrainerin der Junioren. Ich bin von einem sehr gut funktionierenden Trainer-Team sehr gut aufgenommen und integriert worden. Insbesondere die Arbeit mit Ralf Wenzel, Bernd Nennhaus und Dietmar Langusch erwies sich als äußerst fruchtbar.

DRJ: Wurden die Erwartungen bei den in der Regel erfolgsverwöhnten DRV-Junioren aus ihrer Sicht denn erfüllt?

Bielig: Nun ja, glücklicherweise wurden die Erwartungen sogar übertroffen. Eingepplant oder geliebäugelt hatten wir mit dem Ziel von etwa 5 Goldmedaillen sowie 3-4 weiteren anderer Couleur. Dass es dann insgesamt sogar 12 Medaillen inklusive 8 x Gold geworden sind war unter realistischen Gesichtspunkten nicht zu erwarten und dafür natürlich umso erfreulicher. Was wiederum aber auch an der guten Harmonie im Team gelegen hat. Diese durchweg positive Stimmung hat sich schließ-

Interview mit Bernd Nennhaus



DRJ: Lieber Bernd Nennhaus, erst mal herzlichen Glückwunsch zur Verteidigung des Weltmeister-Titels der Junioren im Achter. Das haben in der Königsklasse Achter zuvor noch nicht einmal der DRV mit seinem bekannt starken Rudernachwuchs, geschweige denn andere Nationen, jemals in der Geschichte der Junioren-WM geschafft.

Bernd Nennhaus: Ja, das ist in der Tat korrekt und ein kleines Stück Ruder-Historie an der wir uns sehr erfreuen und was eine neue Messlatte für die kommenden internationalen Achter ist. Aber bei aller Freude müssen wir zusehen, dass wir unser Niveau auch angesichts neuer Hindernisse halten und verfeinern können.

DRJ: Sie deuten da schon ein wenig die G-8-Problematik an den Schulen an. In wiefern merken sie schon die Folgen der Unterstrafsstraffung beim Rudernachwuchs?

BN: Wir registrieren die ersten Ausläufer durchaus, der Druck von Schulen auf Ruderer und deren Eltern steigt an. Die bereits vorhandenen Athleten sind schon eingeschränkt - und wir haben es etwas schwerer bei der Gewinnung von Neu-

lich aus dem Trainer- und Betreuersteam auch auf die Mannschaft übertragen und mit dem „Geist von Ottensheim“ hat dann fast jeder ein bisschen mehr gebracht, als wir erwartet haben. Es war einfach ein sehr guter Jahrgang mit dem es sehr viel Spaß gemacht hat zusammen zu arbeiten.

DRJ: Was für Erwartungen haben Sie für die kommende Saison 2009?

Bielig: Also für die diesjährige Wettkampfsaison mit dem Ziel WM in Brive la Gaillard in Frankreich sind wir natürlich etwas bescheidener geworden, da auch wir wissen, dass sich solche Top-Ergebnisse wie in Österreich 08 nicht immer planen und reproduzieren lassen. Es wäre sicherlich nicht vermessen, wenn wir mit 3-4 Goldmedaillen sowie 4 weiteren in Bronze oder Silber planen. Wir versuchen natürlich immer das Leistungsniveau zu halten, aber auch andere Nationen haben starke Jahre.

DRJ: Wie sehen denn die Nominierungsrichtlinien für 2009 aus? Was muss eine junge talentierte Ruderin oder ein Ruderer leisten und anbieten, damit ein Ticket nach Frankreich winkt?

Bielig: Also, zunächst einmal wollen wir ganz klar sagen, dass es so fair wie möglich durchgeführt werden soll. Die Leis-

tungsstärksten fahren sowieso mit. Eng und strittig wird es immer bei den etwas Schwächeren. Insgesamt bewerten wir die Ergebnisse der Riemeruderer auf den regionalen Langstrecken, sowie die Resultate der Skuller auf der zentralen Langstrecke in Leipzig. Hinzu kommt natürlich der traditionelle Frühtest in Brandenburg. Vergleichend dazu ist auch die zweite Rangliste in Hamburg drei Wochen vor den Deutschen Jugendmeisterschaften enorm wichtig. Dann werden die Kleinbootmeister der DJM bei entsprechender prozentualer Leistung direkt nominiert. In den Riemenvierern der Junioren und Juniorinnen werden die Sportler auf jeden Fall als Person nominiert. Und die Großboote Achter und Dop-

pelvierer werden schließlich anhand der Rangliste Hamburg, sowie von 3-4 individuell starken Ruderern besetzt. Letztendlich werden die WM-Teilnehmer dann nach Berlin-Grünau eingeladen werden und gemäß ihrer Leistungsfähigkeit im Messboot, beim Ausbelastungstufentest sowie anhand der Bootsleistungen in der Saison in die jeweiligen Boote verteilt. Alle also, die eine Einladung nach Berlin erhalten, werden am Ende auch in Frankreich als Teil der DRV-Mannschaft mit dabei sein.

DRJ: Wie schaut es denn Allgemein mit dem „Nachschub“ beim Nachwuchs aus. Der Rudersport muss sich ja schließlich mächtig strecken, um die Jugendlichen nicht an Trendsportarten wie Fussball, Handball,



einsteigern, weil die Gesamtbelastung zunimmt.

DRJ: Wie gehen Sie die G-8-Problematik an, um den Schülern den Rudersport doch noch zu ermöglichen?

BN: Nun ja, wir müssen über unsere reine Funktion als Sport-Übungsleiter hinauswachsen und ähnlich wie die Lehrer an den Schulen ein ganzheitlicher Lebensabschnittsgefährte unserer schutzbefohlenen Sportler werden. Das heißt wir sind Tagesplaner, Organisator, Erzieher, Elternersatz, Lehrer und Übungsleiter in einem für die Zeit, wo uns die Sportler von den Eltern anvertraut werden. Wir bieten in Hamburg z. B. Hausaufgabenhilfe an für die Aufgaben, die unterhalb der Woche nicht geschafft wurden - und passen auch mit den strengen Augen der sorgsam Eltern darauf auf, dass diese auch erledigt werden. Denn wenn unsere Schüler Probleme an der Schule bekommen, kostet das Energie und Nerven für den Sport. Daher sind wir da stark hinterher, dass alles ein wenig in der Balance bleibt. Das wissen die Eltern auch, vertrauen uns ihre Kinder ger-

ne an, weil sie sich darauf verlassen können, dass wir uns kümmern.

DRJ: Bei den DRV-Junioren gibt es das so genannte Regionalgruppen-Konzept (Nord-Ost, Süd, West). Ist dieses Konzept der Schlüssel zum Erfolg der Junioren?

BN: Ob es der Schlüssel ist, kann ich so nicht sagen, da ja bekanntermaßen viele Wege nach Rom führen. Aber zugegebenermaßen haben wir sehr gute Erfahrungen mit diesem regionalen Ansatz gemacht, so dass wir auch auf unbestimmte Zeit angesichts der Erfolge da keinen Veränderungsbedarf sehen. Die Vorteile sind ein gesunder Konkurrenzkampf und ein sehr transparenter Selektionsprozess für die Junioren-WM. Wenn einzelne Ruderer aus Bayern dieses Jahr im Juniorennachter oder anderen Bootsklassen rudern wollen, gibt es gewisse Grundanforderungen, die bekannt sind und auf die sie sich schon seit den letzten Jahren einstellen konnten. Außerdem haben wir festgestellt, dass je stärker die Regionalgruppen in Nord-Ost, West oder Süd sind, bzw. je ausgewogener, desto erfolgreicher konnte sich auch

die gesamte Nationalmannschaft in Szene setzen. Kurzum, wir sind da sehr zufrieden, wobei ich auch gleich mal die Erwartungshaltung dämpfen möchte für die Zukunft. Angesichts der bereits erwähnten G-8-Neustrukturierung werden andere Nationen vielleicht ein wenig mehr aufschließen und Erfolgsjahre wie 1993 (12 Goldmedaillen) oder gerade 2008 (8 Goldmedaillen) sind dann keineswegs mehr selbstverständlich. Die Luft wird dünner, und wir müssen noch effizienter werden, um das gleiche Ergebnis zu erreichen.

DRJ: Der DRV ist ja gerade dabei, das erfolgreiche System der Junioren Nationalmannschaft „zu kopieren“: Stärkung der regionalen Stützpunkte, gemeinsame Trainingslager in der Saison und gemeinsame UWV. Ist dieses System überhaupt „kopierbar“?

BN: Also 1 zu 1 kann man sicherlich nicht einfach ein System auf das andere übertragen. Aber wenn man es den Bedingungen anpasst und sich die positiven Seiten herauspickt und an den unrunder Enden etwas feilt, wäre es durchaus vor-

Basketball, Skateboarden etc zu verlieren.

Bielig: Das ist immer sehr schwierig auseinander zu halten, da es pro Jahrgang viele Faktoren zu bewerten gibt. Es stimmt jedoch, dass wir uns ranhalten müssen, damit der erfolgshungrige Nachwuchs nicht ausbleibt. Grundsätzlich kann man wohl sagen, dass die Sportler seit ein paar Jahren etwas kleiner und leichter werden, als in den Jahren zuvor. Auch die technisch-koordinative Grundausbildung ist auf einem etwas niedrigeren Niveau. Dies könnte natürlich teilweise mit der bekannten G8-Problematik begründet sein. Es ist einfach nicht mehr jedem möglich Leistungssport ausgiebig zu betreiben, wenn die Schule nicht leiden soll. Daher kristallisieren sich die Sportelite-Schulen natürlich wieder heraus. In diesem seit Jahrzehnten erfolgreichen Modell wird es dem Rudernachwuchs durch organisatorische Anpassung im Ruderleben etwas leichter gemacht. Wer das gleiche Pensum an einer herkömmlichen Schule unter einen Hut bekommen will, muss schon ein Stück mehr Energie aufwenden.

DRJ: Wie sieht es denn mit den zuführenden Übungsleitern und Trainern aus. Reicht die Qualität und Quantität angesichts chro-

nischer Unterbezahlung noch aus, um hinreichend Nachwuchs für den Spitzensport vorzubereiten oder rutschen wir langsam aber dafür sicher in ein „Trainerproblem“?

Bielig: Prinzipiell müssen wir natürlich hinterher sein, dass genügend junge Leute, die selbst vom Rudersport fasziniert sind, diese Begeisterung nach ihrer Karriere an den Nachwuchs weitergeben. Davon lebt unser Sport. Und zur Zeit funktioniert das System auch noch sehr gut. Langfristig würde ich mir wünschen, dass wir von DRV- und LRV-Seite noch mehr für den Rückhalt der Trainer tun, so dass alle ausreichend aus- und weitergebildet sind. Die Trainer sind also immens wichtig für uns und wir werden auch in Zukunft alles daran setzen, dass die Fortbildungsmaßnahmen und Themenkataloge zunehmen und qualitativ noch besser werden, damit sich auch die Übungsleiter optimal unterstützt fühlen. Denn wie wichtig ein gutes Trainerteam ist, haben wir, wie eingangs erwähnt, bei der JWM 2008 gesehen.

DRJ: Was können wir tun, damit die Jugendlichen nicht nach 4-5 Jahren Leistungssport nach der U19-Zeit ihre Skulls an den Nagel hängen und dem Sport den Rücken kehren?

Bielig: Eine sehr komplexe Fragenstellung, die eine eben solche Herangehensweise erfordert. Zum einen kann man sicherlich nicht jeden Junioren-Weltmeister bis in den A-Bereich durchbringen. Dann müssen wir die Unterstützung bei Ausbildung oder Studium sicherlich noch optimieren, wie es unsere andere Nationen, z.B. Frankreich, England oder die USA teilweise vor machen. Und wenn die Sportler dann doch mal mit Stipendien an die Universitäten in den USA oder England gelockt worden sind, müssen wir am Ball bleiben, die Zügel lang lassen und die Sportler immer wieder einbinden. Wenn die Ruderinnen und Ruderer sich zuhause gut aufgehoben fühlen, werden sie zumindest teilweise auch immer wieder nach einem Auslandsjahr zurückkommen. Insgesamt müssen also individueller auf die Athleten eingehen und unsere Entwicklungskonzepte auch mit den Eltern abgleichen.

DRJ: Vielen Dank für das Gespräch. Wir wünschen Ihnen eine erfolgreiche Saison und einen starken Jahrgang 2009.

stellbar, warum nicht?! Ein gesunder Konkurrenzkampf unter den einzelnen Regionen und Stützpunkten sowie ein absolut transparentes und für alle Sportler nachvollziehbares Nominierungssystem können eigentlich dem deutschen Erfolgserdnern nicht zum Nachteil gereichen.

DRJ: Warum sind Sie seit 15 Jahren Trainer bei den Junioren? Keine Lust auf höhere Aufgaben?

BN: Jeder Trainer der Welt will doch auch gerne mal Olympioniken zu den Spielen begleiten. Das ist doch der Traum von Sportlern wie Trainern. Und ich freue mich riesig, wenn ich vor dem Fernseher die Olympischen Finals in Peking sehe und einen Zweier mit Tom Lehmann und Felix Drahotta als Olympiavierten im Finale erblicke. Das erfüllt einen echten Sporttrainer mit Stolz, und ich bin wirklich froh, dass ich diese beiden Talente in meinem Juniorenachter in den Jahren zuvor mitentwickeln durfte. Aber das sind die Früchte der Arbeit, die einem handfeste Ergebnisse aufzeigen, dass man mit seiner Arbeit zu etwas Großem beiträgt. Außerdem



gefällt mir der Mix an Arbeit in Hamburg richtig gut. Das komplexe Team aus Schülern, Eltern, Lehrer und Trainerkollegen zu koordinieren ist Jahr für Jahr eine neue tolle Aufgabe. Ich kann sogar soweit gehen und sagen, dass es oft richtig Spaß macht. Außerdem kommen in meiner Funktion als Bundestrainer alle zwei Jahre neue Leute auf den Hof, die ich auf die JWM führen und einen Teil zu ihrer Entwicklung beitragen darf. Es wird also nie so richtig langweilig. Sicherlich besteht ein großer Teil meiner Arbeit auch aus Verwaltung am Schreibtisch, aber dafür freue ich mich umso mehr, wenn ich mit meinen Ham-

burger Kollegen dann zum Wassertraining auf die Alster fahre oder bei DRV-Lehrgängen direkt einwirken kann.

DRJ: Wir wünschen dem neuen Rekord-Doppel-Weltmeister-Trainer im Juniorenachter eine ebenso gute Saison wie 2008, auch wenn dies schwer werden wird. Vielen Dank für dieses Interview.

Sommer-Ruder-Radl-Tour von Prien am Chiemsee bis Salzburg

Die Bayerische Ruderjugend bietet in Kooperation mit der Deutschen Ruderjugend allen jungen Ruderinnen und Rudern im Sommer die Möglichkeit, an einer Sommer-Ruder-Radl-Tour teilzunehmen.

Teilnehmer: Teilnahmeberechtigt sind alle jungen Ruderinnen und Ruderer der Jahrgänge 1991–1995, die Mitglied in einem Mitgliedsverein des BRV/DRV sind. Es stehen maximal 35 Plätze zur Verfügung.

Übernachtung: Die Übernachtung erfolgt in Zelten auf Campingplätzen. Schlafsack und Luftmatratze bzw. Isomatte sowie Zelte (nach vorheriger Absprache) sind selbst mitzubringen.

Fahrräder: Fahrräder sind selbst mitzubringen und haben der StVO zu entsprechen. (Am besten Trekkingräder!) Wenn möglich auch Packtaschen mitbringen. Die Bayerische Ruderjugend ist bei der Suche nach einem Fahrradverleih gerne behilflich. Während der Radltour ist ein Fahrradhelm zu tragen.

Kosten: Die Kosten für Unterkunft, Vollverpflegung und Begleitservice betragen 175,00 Euro pro Person. Diese sind bis

zum 15. Juli 2009 auf das Konto des Bayerischen Ruderverbandes Nr. 300 289 113 bei der Sparkasse Bamberg (BLZ 770 500 00) unter Angabe des Namens und des Verwendungszweckes „SommerRuderRadl-Tour“ anzuweisen.

Haftung: Die Bayerische Ruderjugend und die Deutsche Ruderjugend übernehmen keinerlei Haftung für Schäden. Es wird davon ausgegangen, dass jede(r) Teilnehmer(in) einen privaten Haftpflichtversicherungsschutz sowie eine zusätzliche Auslandsreiseversicherung hat. Für die Anreise nach Prien und die Abreise ab Salzburg haben die TeilnehmerInnen eigenverantwortlich Sorge zu tragen.

Anmeldung: Die Anmeldung muss schriftlich auf dem Meldeformular der Deutschen Ruderjugend bis zum 15. Mai 2009 an das Jugendsekretariat der Deutschen Ruderjugend unter folgender Adresse erfolgen:

DRV-Deutsche Ruderjugend - Jugendsekretariat - Ferdinand-Wilhelm-Fricke Weg 10, 30169 Hannover, Tel. 0511/98094-30 / Fax. 0511/98094-25, E-Mail: annegret.gabriel@rudern.de

Folgendes ist geplant:

01. August 2009	Bis 13 Uhr Anreise nach Prien
Samstag	Besichtigung Herrenchiemsee kennen lernen
Quartier auf Campingplatz	
02. August 2009	Rudertour auf dem Chiemsee
Sonntag	Schwimmen, Spiel und Spaß Quartier auf dem Campingplatz
03. August 2009	Radltour Prien am Chiemsee – Waging am See (ca. 60 km)
Montag	Quartier auf dem Campingplatz
04. August 2009	Rudertour auf dem Waginger See, Schwimmen
Dienstag	Ortsrallye, Spiel und Spaß Quartier auf dem Campingplatz
05. August 2009	Radltour Waging am See – Salzburg (ca. 45 km)
Mittwoch	Stadterkundung Salzburg Quartier auf dem Campingplatz
06. August 2009	Rudertour auf der Salzach
Donnerstag	Stadterkundung, Freizeit Quartier auf dem Campingplatz
07. August 2009	Radltour Salzburg – Berchtesgaden – Bad Reichenhall
Freitag	– Salzburg (ca. 70 km) Quartier auf dem Campingplatz
08. August 2009	Nach dem Frühstück
Samstag	Abreise mit der Bahn von Salzburg aus

„We see us again in Perth“ – Internationale Jugendbegegnung (29.07.–17.08.)

Als sich im Mai vergangenen Jahres eine australische Delegation junger Ruderinnen von ihrer Europatour und insbesondere von ihren deutschen Gastgebern verabschiedete war allen Beteiligten klar, dass man schnellstmöglich einen Gegenbesuch „Down Under“ anstreben werde. Die Deutsche Ruderjugend plant deshalb derzeit in Zusammenarbeit mit der Christ Church Grammar School in Perth, Westaustralien intensiv an einem Gegenbesuch vom 29. Juli bis 17. August 2009. Perth ist mit 1,5 Mio. Einwohnern die größte Stadt des australischen Bundesstaats Western Australia. Die Stadt befindet sich im Südwesten des Kontinents am Indischen Ozean. Bei dem rund dreiwöchigen Aufenthalt wird den 16- bis 19-jährigen Jugendlichen eine Mischung aus Sport und Kultur geboten (siehe nachfolgendes Programm). Für die Jugendbegegnung in Australien sind noch Plätze frei.

Termin	29.07.–17.08.2009 Abflug: Mittwoch, 29.07.2009 ab Frankfurt/Main Ankunft: Montag, 17.08.2009 in Frankfurt/Main
Ort	Perth
Meldeschluss	15.03.2009 per Adresse Deutsche Ruderjugend
teilnahmeberechtigt:	Ruder/-innen der Jahrgänge 1990 bis 93
Hinweis:	Mindestenteilnehmerzahl 10
Programm	
Wednesday, 29th of July:	Flight from Frankfurt/M. to Perth, WA
30th of July:	Arrival in Perth
31st of July;	Welcome Barbecue; Visiting the Rowing Club, guided Tour to Perth
1st of August:	School Girls Regatta
2nd of August	Morning work out and Breakfast at A&A Rowing Club, later sight-seeing Perth/ free time
3rd of August	Trip to Kalgoorlie-Boulder (world largest gold mine)
4th of August	Trip to Kalgoorlie-Boulder (world largest gold mine)
5th of August:	Trip to Kalgoorlie-Boulder (world largest gold mine)

6th of August	Visiting Fremantel Harbour and Fremantel prison
7th of August	Work out, drive to Bunbury
8th of August	Regatta Bunbury
9th of August	Regatta Bunbury
10th of August	SW-Trip, Valley of the Giants, Margerite River, National Park, Albany
11th of August	SW-Trip, Valley of the Giants, Margerite River, National Park, Albany
12th of August	SW-Trip, Valley of the Giants, Margerite River, National Park, Albany
13th of August	Participate at School, work out
14th of August	Visiting Rodnest Island, Bike-Tour
15th of August	“Head of the River” Regatta for Girls, shopping and free time in the afternoon
16th of August	Flight back to Germany
17th of August	Arrival in Germany
Kosten:	€ 2.500 Euro plus Fahrtkosten Heimatort – Frankfurt/Main – Heimatort. Alle Kosten für Unterkunft, Vollverpflegung und Programm werden von der Deutschen Ruderjugend übernommen.



Ausgebucht: Deutsch-Französische Jugendbegegnung erfreut sich großer Beliebtheit!

Ein attraktives Rahmenprogramm u.a. mit dem Besuch bei den Junioren Weltmeisterschaften in Brive la Gaillard sorgt für eine ausgebuchte Jugendbegegnung in Bergerac! Knapp 30 Kinder und Jugendliche haben sich bereits in den ersten vier Wochen des Neuen Jahres für die Deutsch-Französische Jugendbegegnung vom 01.08.–09.08.2009 in Bergerac/Frankreich angemeldet und das Kontingent von 20 ausgeschriebenen

Plätze deutlich überschritten.

„Wir freuen uns über die diesen regen Zuspruch, der zeigt, dass wir mit unserer Programmgestaltung auf dem richtigen Weg sind, attraktive internationale Jugendbegegnungen anzubieten. Die Jugendbegegnung in Bergerac bietet den Kindern und Jugendlichen in diesem Sommer ein attraktives Sportangebot sowie eine abwechslungsreiche Freizeitgestaltung mit dem Höhepunkt des Besuchs der Finalrennen der Junioren-Weltmeisterschaften“, schwärmt Moritz Petri, in der Deutschen Ruderjugend verantwortlich für die Internationale Jugendarbeit.

Interview mit Hagen Rothe



DRJ: Hagen, als einer der erfolgreichsten Junioren des DRV bist Du ab nun der älteren U23-Klasse zugehörig. Wie verbindest Du Hochleistungsrudern und Deinen Schulalltag im Hinblick auf Dein geplantes Abitur 2010?

Hagen Rothe: Ja, schade, dass es mit der Juniorenzeit so schnell vorbeiging, aber ich sehe den Sprung zu den U23 als große Herausforderung. Diese kann ich nur bestehen, weil ich in meiner Schule, der Poelchau-Oberschule Berlin, einen optimalen Rückhalt für die Verzahnung von Sport und Schule erhalte. Aber auch so habe ich manchmal einen 15-Stunden-Tag mit Doppeltraining im Leistungszentrum Berlin und 6-7 Stunden Schule dazwischen. Da muss ich schon zusehen, dass ich ausreichend zur Regeneration schlafe.

DRJ: Wie sieht denn so ein typischer Trainings-/Schultag bei Dir aus?

HR: So gegen 6.30 Uhr muss ich leider schon aufstehen, dann geht es nach dem Frühstück zur ersten Trainingseinheit am Ruderzentrum Berlin am Hohenzollern-damm um 8.00 Uhr. Um 11.00 Uhr gibt es

dann dort auch Essen. Um 11.30 Uhr muss ich auch zur Schule bis etwa 17.00 Uhr. Danach muss ich erst mal eine Stunde Mittagsschlaf halten in meinem Zimmer im Leistungszentrum. Und dann winkt auch schon die zweite Einheit über 2-3 Stunden. Dann bin ich irgendwann so zwischen 20 und 22 Uhr zuhause und kann im Prinzip schon wieder zu Bett gehen, weil acht Stunden Schlaf bei Doppeltraining ja eher knapp bemessen sind. Aber der Rückhalt von der Poelchau-Oberschule und meinem Trainer Adrian Schnitzler sowie meiner Familie hilft mir schon, mit der immensen körperlichen und psychischen Belastung umzugehen - und motiviert mich, noch besser zu werden.

DRJ: Wie bist Du mit dem Rudervirus infiziert worden?

HR: Angefangen habe ich im RV Berlin. Ich hatte schon einige andere Sportarten ausprobiert, aber im Rudern hat mich der Zusammenhalt unter den Sportlern bis heute am nachhaltigsten beeindruckt. Außerdem liegt mir der Sport wohl ganz gut, so dass ich mit hartem Training von Anfang an ganz gut mit in der nationalen Spitze dabei war. Und jeder der selbst rudert weiß was es für ein tolles Gefühl ist, mit dem Einer über das Wasser zu gleiten. Was natürlich schwer zu beschreiben ist für Ruderfremde.

DRJ: Mit dabei ist ja schon etwas tief gestapelt, wenn man mit 17 Jahren Junioren-Weltmeister im Doppelzweier und mit 18 Jahren Deutschlands bester Einerfahrer im U19-Bereich und Vize-Juniorenweltmeister wird. Was kann da das nächste Ziel sein? Bist Du der neue Einerfahrer des DRV und ein potentieller Nachfolger von Marcel Hacker, Thomas Lange und Peter-Michael Kolbe?

HR: Au weia, nein, mit solch großen Namen genannt zu werden ist mir zum gegenwärtigen Zeitpunkt doch noch ein wenig unangenehm. Mein Ziel ist es, erstmal den Anschluß in der neuen Altersklasse zu schaffen, gute Einerleistungen anzubieten und vielleicht dieses oder nächstes Jahr für den DRV auf der U23-WM anzutreten. Irgendwann in der A-Nationalmannschaft für Deutschland zu rudern ist mein großer Traum. Und wenn ich mir dann die Bootsklasse aussuchen dürfte, würde ich natürlich den Einer wählen. Das ist aber nur mein Traum. Dazu muss ich erst mal zusehen, dass ich nach den Erfolgen bei JWM nun bei den Senioren nicht unter die Räder gerate.

DRJ: Wie planst Du denn, in Zukunft mit dem Spagat zwischen Leistungssport und Karriere umzugehen?

HR: Tja, bis zu meinem Abitur nächstes Jahr bin ich in Berlin ganz gut versorgt. Dann könnte ich mir vorstellen, meinen Grundwehrdienst in der Sportförderkompanie abzuleisten und im Anschluss daran eine Ausbildung oder ein Studium zu beginnen. Aber für die nächste Olympiade bis 2012 konzentriere ich mich zunächst mal auf die U23-Klasse und werde hart arbeiten, um mich dort durchzusetzen. Und wie es beim Sprung in den A-Bereich aussieht werden wir dann sehen. Jetzt muss ich mich allerdings beeilen, dann morgen früh starten wir schon ins Trainingslager nach Sabaudia zur Vorbereitung auf die Saison - und es gibt noch einiges zu tun.

DRJ: Wofür Hagen Rothe übrigens auch von der Poelchau-Oberschule freigestellt und mit Aufgaben versorgt wird. Vielen Dank für das Gespräch. Wir wünschen ein erfolgreiches Trainingslager ohne Krankheiten und eine ebensolche Saison.