

# Bundesfreiwilligendienst im Rudern

## Projekte 2025/2026



Einsatzstelle	BFDler/-in	Projekt
Ruder-Club Hamm	Julius Liesegang	Schnupperwochenende am Ruder-Club Hamm
Nassovia Höchst	Ida Greta Janssen	Verschönerung innerhalb des Gebäudes
Deutsche Ruderjugend	Pia Gehrke Ellen Wulkopf	Staffelrudern auf dem Maschsee
Mannheimer Ruder Club von 1875	Peer Wiedemann	Optimierung des Stegöffnens
Stuttgart Cannstatter Ruderclub	Julius Watzka	Renovierung Trainerraum
Friedrich-Schiller-Gymnasium Preetz	Julina Kalinowski	Schnellste Klasse Deutschlands – Schüler:innen fürs Rudern begeistern
Karlsruher Rheinklub Alemannia	Sinja Schmidt	Jubiläumsvideo erstellen
Mannheimer RV Amicitia	Franka Müller	vereinsinterner Ergocup
Ruderverein Münster	Jannis Lammers	Ergo Gamification
Alster Ruderverein Hanseat von 1925 Hamburg	Lotta Gerlach	Schnellste Klasse Deutschlands
Crefelder Ruder Club	Mia Wegele	Eine Hall of Fame für den Crefelder Ruder-Club
SC DHfK Leipzig Abteilung Rudern	Julius Flamme	Kinder planen für Kinder
Lübecker Ruder-Klub	Sinan Aslan Liliana Tobel	Dokumentationsfilm über die Lübecker Ruderklubs
Osnabrücker Ruderverein	Jette Hantelmann Coralie Jettkant	Green Rowing – Mikronachhaltigkeit im Verein
Berliner Ruder-Club	Leonard Kelber	
Ruder-Club Favorite Hammonia	Niels Ramming	
Deutscher Ruder-Club von 1884 Hannover	Ewa Grzimek	DRC-Jugendraum aufwerten
Ruderakademie und Sportinternat Ratzeburg	Miklas Scheer Hannah Frenkler	Sportinternat und Ruderakademie-Trailer
Berliner Ruder-Club	Leonard Kelber	Talentiade beim Berliner Ruder-Club

BFD-Projekt 2025/2026

Osnabrücker Ruder-Verein

Coralie Jettkant & Jette Hantelmann



## „Green Rowing-Mikronachhaltigkeit im Verein“

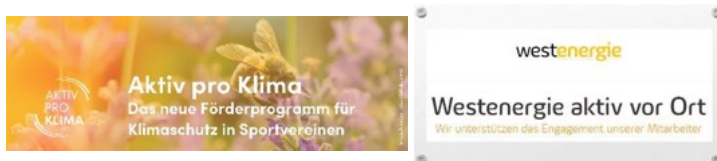
Wir haben uns für das Projekt „Green-Rowing-Mikronachhaltigkeit im Verein“ entschieden, weil der Rudersport direkt in und mit der Natur stattfindet und wir daher eine besondere Verantwortung für den Schutz der Umwelt sehen. Im Vereinsalltag und bei Veranstaltungen entsteht schnell unnötiger Müll und Ressourcen werden verbraucht, woran wir ansetzen wollten. Gleichzeitig bietet der Verein eine gute Möglichkeit, viele Mitglieder zu erreichen und Nachhaltigkeit erlebbar zu machen. Mit dem Projekt wollten wir konkrete Verbesserungen schaffen und ein stärkeres Bewusstsein für umweltfreundliches Handeln im Vereinsleben fördern.

**Unsere Vorgehensweise:** Zu Beginn des Projektes haben wir uns auf das Einholen von Fördermitteln konzentriert, um die geplanten Maßnahmen umsetzen zu können. Dafür wurden verschiedene Anträge bei passenden Förderprogrammen gestellt.

Ein zentraler Antrag wurde bei der Lotto-Sportstiftung Niedersachsen im Rahmen des Programms „aktiv pro Klima“ eingereicht. Über dieses Programm sollten mehrere nachhaltige Maßnahmen im Verein finanziert werden, darunter die Anschaffung von Mehrwegbechern, die Umstellung auf energieeffiziente LED-Beleuchtung, die Bepflanzung des Vereinsgeländes sowie der Bau eines Brutkastens.

Zusätzlich wurde über die Firma Westenergie ein Antrag im Rahmen des Programms „Westenergie aktiv vor Ort“ gestellt. Dieses Förderprogramm unterstützt ehrenamtliches Engagement von ihren Mitarbeitenden, von denen wir Aktive im Vereine haben. Darüber sollten die Anschaffung und der Bau neuer Fahrradständer ermöglicht werden, um umweltfreundliche Mobilität zum Verein zu fördern.

Durch diese Förderanträge konnten die finanziellen Grundlagen geschaffen werden, um die geplanten Nachhaltigkeitsmaßnahmen Schritt für Schritt umzusetzen.



**Unsere Umsetzung:** Nach der Bewilligung der Förderanträge konnten die geplanten Maßnahmen im Verein konkret umgesetzt werden.

Zunächst haben wir Mehrwegbecher mit individuell gestaltetem Vereinslogo entworfen und anschließend bestellt. Diese werden seitdem bei Veranstaltungen eingesetzt und ersetzen Einwegbecher.

Im nächsten Schritt wurde die Beleuchtung im Vereinsgebäude verbessert. Dafür wurden energieeffiziente Deckenlampen angeschafft und anschließend von engagierten Vereinsmitgliedern ausgetauscht.

Für die ökologische Aufwertung des Vereinsgeländes wurden zudem Blumenzwiebeln gekauft und im Herbst eingepflanzt, die im Frühjahr zu blühen begannen. Ergänzend dazu

wird ein Brutkasten gebaut, um heimischen Vogelarten zusätzliche Nistmöglichkeiten zu bieten.

Auch der Antrag bei Westenergie wurde bewilligt. Im Rahmen der Vorbereitung wurden bereits verschiedene Materialien und Preise verglichen. Der Bau der neuen Fahrradständer ist für den Frühsommer geplant und soll dann gemeinsam mit freiwilligen Helfern bei geeigneten Wetterbedingungen umgesetzt werden.

**Unser Fazit:** Das Projekt „Green Rowing-Mikronachhaltigkeit im Verein“ hat gezeigt, dass durch gezielte Planung und die Nutzung von Fördermitteln konkrete und wirksame Nachhaltigkeitsmaßnahmen im Vereinsalltag umgesetzt werden konnten. Durch die verschiedenen Projekte, von Mehrwegbechern über LED-Beleuchtung bis hin zu Begrünung und Naturschutzmaßnahmen, konnten wir den Osnabrücker Ruderverein sowohl ökologisch als auch organisatorisch nachhaltig weiterentwickeln.

Besonders positiv ist, dass viele Maßnahmen direkt im Vereinsleben sichtbar sind und von den Mitgliedern aktiv genutzt werden. Dadurch konnte nicht nur der Ressourcenverbrauch reduziert, sondern auch das Bewusstsein für umweltfreundliches Handeln gestärkt werden. Insgesamt hat das Projekt nicht nur zur nachhaltigen Weiterentwicklung des Vereins beigetragen, sondern auch gezeigt, dass Engagement, gute Ideen und passende Fördermöglichkeiten zusammen eine große Wirkung entfalten und Veränderungen im Vereinsleben möglich machen.



# Projektbericht – Staffelerudern auf dem Maschsee

## Name

Pia & Ellen

## Einsatzstelle

Deutscher Ruderverband - Geschäftsstelle Hannover

## Projekttitle

Staffelerudern auf dem Maschsee

## Projektvorstellung und -ziel

Die Idee für unser Projekt kam daher, dass wir dem Rudersport mal etwas Neues und Abwechslungsreiches hinzufügen wollten. Normalerweise geht es beim Rudern entweder um die eigene Leistung oder um ein perfekt eingespieltes Team im selben Boot.

Uns war es aber wichtig, ein Format zu entwickeln, bei dem der Teamgedanke nochmal auf eine andere, neue Art im Mittelpunkt steht.

Bei unserem Staffelerudern stehen der Spaß an der Bewegung, Teamwork und das Kennenlernen neuer Leute im Vordergrund. Egal ob kleine oder große Rudererfahrung, jeder Schlag zählt und jeder ist willkommen.

Es wird Jungen-, Mädchen- und Mixed- Teams geben. Dennoch erfolgt keine getrennte Wertung, das heißt, alle Teams treten gemeinsam in einer Gesamtwertung an. Damit möchten wir bewusst den Teamgedanken in den Vordergrund stellen, unabhängig von der Zusammensetzung der Teams.

Wir möchten das Projekt gezielt an die Kinder- und Jugendarbeit richten, weshalb nur Nachwuchssportlerinnen und -sportler der Altersklassen U17, U19 und U23 teilnehmen können.

Das Ziel des Projekts ist es, den Teamgeist zu stärken, neue Wettkampfformen kennenzulernen und den Teilnehmenden ein besonderes gemeinsames Erlebnis im Rudersport zu ermöglichen.

## Projektplanung und -durchführung

Bei unserem Projekt handelt es sich um ein neu entwickeltes Veranstaltungsformat, welches so in dieser Form bisher erst in Hamburg durchgeführt wurde. Dadurch liegt ein besonderer Fokus auf der Planung und Strukturierung des Ablaufs und das Gefühl von Spaß und Teamwork zu vermitteln.

Unsere Planung begann mit der Kontaktaufnahme vom Maschsee. Darauf aufbauend haben wir uns mit dem HRC (Hannoverscher Ruderclub) in Verbindung gesetzt und das „go“ bekommen, bei Ihnen unser Event auf dem Gelände durchführen zu können.

Des Weiteren haben sie uns angeboten, Stege und Ihre Sanitäranlagen zu nutzen.

Für die Sicherheit haben wir auf dem Wasser ein Boot der DLRG zur Verfügung stehen und ggf., um ein faires Rennen gewährleisten zu können, einen Wettkampfrichter.

Das Staffelerudern findet am 11. Juli 2026 am Maschsee statt und ist für den Zeitraum von etwa 10:00 bis 17:00 Uhr geplant.

Ein Team besteht aus vier Sportlerinnen bzw. Sportlern, die auf zwei Gig-Doppelzweier aufgeteilt werden. Die Strecke erstreckt sich insgesamt über eine Länge von 1.000 Meter und beginnt am

Nordufer des Maschsees. Das erste Boot startet und rudert eine Strecke von 500 Metern bis zum Wechsellpunkt. Dort wartet das zweite Boot, das direkt nach dem Wechsel die verbleibenden 500 Meter bis ins Ziel zurücklegt.

Ziel ist es, als Team die schnellste Gesamtzeit zu erreichen.

Neben den Rennen planen wir eine Verpflegung für die Teilnehmenden, um eine angenehme Atmosphäre zu schaffen und Pausen sinnvoll zu gestalten. Den Abschluss bildet eine Siegerehrung, bei der die besten Teams der jeweiligen Altersklasse ausgezeichnet werden.

In der Planung haben wir Aufgaben untereinander aufgeteilt, beispielsweise in Organisation, Ablaufplanung und Verpflegung. Ziel ist es, einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sicherzustellen.

### Fazit / Reflexion (Ausblick, da noch nicht durchgeführt)

Da unser Projekt zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht stattgefunden hat, lässt sich der konkrete Ablauf noch nicht bewerten. Dennoch hoffen und erwarten wir, dass das Staffeldrudern positiv bei den Teilnehmenden ankommt und neue Einblicke gewährt.

Wir gehen davon aus, dass besonders der Teamaspekt und das seltene Wettkampfformat gut angenommen werden.

Gleichzeitig sind wir gespannt, wie reibungslos der Ablauf, insbesondere an den Wechsellpunkten, funktionieren wird.

Verbesserungspotenzial könnte sich vor allem in der Organisation und Zeitplanung zeigen, insbesondere wenn unerwartete Situationen auftreten.

Durch die Planung des Projekts haben wir bereits wichtige Erfahrungen im Bereich Organisation, Verantwortung und Teamarbeit gesammelt. Die Durchführung wird uns zusätzlich praktische Einblicke in die Eventplanung geben.

Unsere designten Flyer und Broschüren, die es auch auf [rudern.de](http://rudern.de) zu finden gibt:

11. JULI 2026 Hannover Maschsee

# STAFFELRUDERN

DER DEUTSCHEN RUDERJUGEND 2026

ALTEKlassen U17 & U19 & U23

START & ENDE 10 UHR - CA. 17 UHR

WETTKAMPF AM ENDE!

### Staffelrudern auf dem Maschsee

Gemeinsam rudern wir im Team über den Maschsee - als Staffeln, in Gruppen und im gemeinsamen Rhythmus. Im Mittelpunkt stehen der Spaß an der Bewegung, Teamwork und das Kennenlernen neuer Leute. Egal ob kleine oder große Rudererfahrung - jeder Schlag zählt, jeder ist willkommen. Vermischt euch, knaut euch an und erlebt sportliche Action in entspannter Atmosphäre!

Weitere Infos:

- 4 Sportler:innen in einem Team
- Rennen in Gig-Doppelzweieren

Ihr müsst so schnell wie möglich an den Wechselpunkt zu den anderen Ruder:innen auf dem Wasser rudern, diese übernehmen dann und fahren ins Ziel.

Für diese Veranstaltung ist kein Aktivpass erforderlich. Die Strecke verläuft als gerade Route über den Maschsee, ohne Kurven oder besondere Streckenführungen. Insgesamt beträgt die Distanz 1 Kilometer. Das erste Duo absolviert zunächst 500 Meter, bevor am Wechselpunkt das zweite Duo aus dem Team die verbleibenden 500 Meter übernimmt.

### Anmeldung

- Das Anmeldeformular findet ihr auf [rudern.de](http://rudern.de) oder über den QR Code!
- Füllt es aus und schickt es uns per Mail (sowohl Einzel- und Team-Anmeldungen sind möglich)

Hier kommt ihr zum Anmeldeformular:

Bringt etwas Rudererfahrung mit und schon kannst du das Ziel erreichen!

Die Gig-Doppelzweier und Skulle werden euch gestellt, ihr braucht also nur euch mitbringen!

ellen.wulky@pdrhann.de +49 511 989620  
VON Ellen Wulky & Pia Gehlke  
p.gehlke@pdrhann.de +49 511 989620

11. JULI 2026 Hannover Maschsee

# SIEGEREHRUNG AM ENDE!

Staffelrudern auf dem Maschsee

Gemeinsam rudern wir im Team über den Maschsee - als Staffeln, in Gruppen und im gemeinsamen Rhythmus. Im Mittelpunkt stehen der Spaß an der Bewegung, Teamwork und das Kennenlernen neuer Leute. Egal ob kleine oder große Rudererfahrung - jeder Schlag zählt, jeder ist willkommen. Vermischt euch, knaut euch an und erlebt sportliche Action in entspannter Atmosphäre!

Ellen Wulky & Pia Gehlke  
ellen.wulky@pdrhann.de  
p.gehlke@pdrhann.de  
Tele: +49 511 989620  
Fax: +49 511 989620

11. JULI 2026 Hannover Maschsee

# STAFFELRUDERN

DER DEUTSCHEN RUDERJUGEND 2026

11. JULI 2026 Hannover Maschsee

# ANMELDUNG

Ob in Mixed Booten oder reines Jungen- oder Mädchen Booten, jeder kann teilnehmen.

Bringt etwas Rudererfahrung mit und schon kannst du das Ziel erreichen!

- Das Anmeldeformular findet ihr auf [rudern.de](http://rudern.de) oder über den QR Code!
- Füllt es aus und schickt es uns per Mail!
- Wir freuen uns auch, ihr werdet anschließend weitere Infos.

Die Boote und Skulle werden euch gestellt - ihr braucht also nur euch mitbringen

Hier kommt ihr zum Anmeldeformular:

11. JULI 2026 Hannover Maschsee

# WEITERE INFOS

Jeweils 4 Sportler:innen in einem Team (Rennen in Gig-Doppelzweieren)

Ihr müsst so schnell wie möglich an den Wechselpunkt zu den anderen Ruder:innen auf dem Wasser rudern, diese übernehmen dann und fahren ins Ziel.

Für diese Veranstaltung ist kein Aktivpass erforderlich. Die Strecke verläuft als gerade Route über den Maschsee, ohne Kurven oder besondere Streckenführungen. Insgesamt beträgt die Distanz 1 Kilometer. Das erste Duo absolviert zunächst 500 Meter, bevor am Wechselpunkt das zweite Duo aus dem Team die verbleibenden 500 Meter übernimmt.

ALTEKlassen U17 & U19 & U23

START & ENDE 10 UHR - CA. 17 UHR

11. JULI 2026 Hannover Maschsee

# STAFFELRUDERN 11. JULI IN HANNOVER

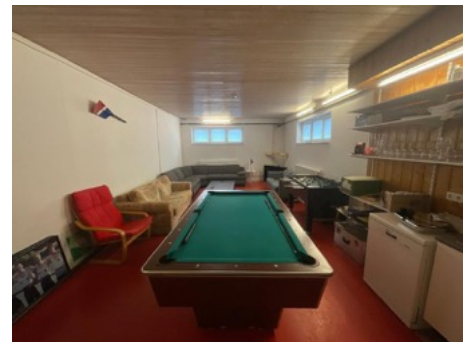
Staffelpunkt ist die HBC-Cafeteria bei Hannover Karl-Heinz-Weg 25, 30558 Hannover

## Projektbericht DRC-Jugendraum

### Warum ist das Projekt wichtig?

Ich habe mich dazu entschieden, als BFD-Projekt den Jugendraum des Vereins etwas aufzuwerten. Der Raum ist ziemlich groß und von dem Verein ausdrücklich für die Jugend bestimmt. Deshalb ist es etwas schade, dass der Raum bisher noch nicht so viel in Benutzung ist, wie er es eigentlich sein könnte. Ich habe probiert, die Probleme in ein paar Punkten zusammenzufassen:

- Jugendraum wird von anderen Mitgliedern als Ablagefläche für alles mögliche benutzt
- Möbel sind zusammengewürfelt, sieht in Kombination mit dreckigen, weißen Wänden nicht besonders einladend aus
- viel Platz wird von Billardtisch und Tischkicker eingenommen, dafür fehlt der Platz für andere Funktionen des Raums
- Küche mit Holzrückwand sieht nicht ansprechend, sondern unordentlich aus



Dabei kann ein einladender Jugendraum einen großen Beitrag zum Wohl der Jugend beitragen. Viele Jugendlichen besuchen die Schule neben dem Verein und würden gerne ihre Pausen und die Zeit zwischen Schule und Training dort verbringen. Außerdem kann der Raum zur Erholung zwischen den Trainingseinheiten dienen. Gemeinsames Kochen, Spielen und Feiern kann die Gruppe stärken und langfristig auch zur Bindung an den Verein beitragen.

### Wie kann man den Raum „retten“?

Meine Mitbewohnerin und BFD-Vorgängerin Sophie Friedebold hat Spaß an Gestaltung und kennt sich damit etwas besser aus als ich, weshalb sie sich ein paar Gedanken zur Gestaltung gemacht hat. Wir waren uns einig, dass es für eine Aufwertung Farbe braucht. So kann man den Raum optisch in seine Funktionen gliedern und z.B. den Platz für Hausaufgaben von der entspannten Sofaecke trennen. Rechts kann man zwei Vorschläge sehen:



Diese habe ich dann unseren Jugend- und Kindergruppen präsentiert. Dabei hat sich herausgestellt, dass sich in der Zielgruppe des Raumes die Begeisterung für Farbe etwas zurückhält. Dennoch hat die Küche in Blautönen viel positives Feedback bekommen.



Neben einem neuen Anstrich hätten neue Möbel und eine bessere Ausleuchtung des Raumes auch eine große Wirkung. Um zu vermeiden, dass der Raum zur

spontanen Ablage dient, wollen wir den großen Tisch nicht mehr am Eingangsbereich positionieren und überlegen auch, stattdessen einen anderen Tisch anzuschaffen. Dieser kann dann an einer besseren Stelle im Raum stehen, wo er wirklich zum Essen, Hausaufgaben machen und Spielen benutzt werden kann und nicht durchgehend vollgestellt ist.

## **Durchführung**

Mit den Ideen für die Umgestaltung haben Sophie und ich Anfang April angefangen. Mittlerweile waren wir schon im Baumarkt, um uns Farbkarten zu holen und diese mal an die Wand zu halten. Die finale Entscheidung für die Farben war allerdings doch schwieriger als gedacht. Deshalb haben wir entschieden, dass ich erstmal mit der Küche anfangen, und wir uns dann Gedanken über den restlichen Raum machen. Da von einigen Seiten Bedenken über einen Anstrich der Küchenfronten kam, werde ich mich erstmal darauf beschränken, nur die Holzwand und die Tragebretter anzustreichen. Als Reaktion auf die Jugend haben wir dafür zwei Blautöne ausgewählt.

Parallel gucke ich auf Kleinanzeigen nach günstigen oder zu verschenkenden Möbeln, mit denen wir die alten und unschönen Möbel austauschen können. Außerdem habe ich noch Fotos von den aktuellen Junioren gesammelt, um daraus Collagen zu gestalten, weil wir sehr viele Bilderrahmen übrig haben. Das ist also eine günstige Methode, um den Raum etwas gemütlicher zu machen.

## **Reflexion**

Auch, wenn ein Großteil des Projekts noch vor mir liegt, ist manches schon besser als anderes gelaufen.

Zu Beginn dachte ich zum Beispiel auch über den Einbau einer anderen Küche nach, die Freunde von mir loswerden wollten. Die Entscheidung hat sich über mehrere Wochen gezogen, weil die Stimmen im Verein sehr unterschiedlich waren und ich nicht wusste, wem ich zuhören sollte. Am Ende ist es dann sowieso an dem fehlenden Starkstromanschluss gescheitert, weil die „neue Küche“ im Gegensatz zu der aktuellen einen Ofen und einen richtigen Herd hat. Am Ende ist es aber die richtige Entscheidung gewesen, die Küche nicht zu wechseln, weil das ein erheblicher Mehraufwand wäre und die aktuelle Küche durch einen neuen Anstrich auch noch Potential hat.

Was mir sehr geholfen hat, war die Zusammenarbeit mit Sophie. Auch, wenn manche Dinge durch zusätzliche Absprachen länger dauern, ist es ein gutes Gefühl, sie hinter meinem Rücken zu haben und nicht alles allein entscheiden zu müssen.

## Projektbericht

**Name:** Frenkler Hannah, Scheer Miklas

**Einsatzstelle:** Ruderakademie Ratzeburg (RAR) / Sportinternat Ratzeburg (SIR)

**Projekttitel:** Erstellung einer Videoanleitung für die ROWCave und eines Imagefilms für RAR und SIR

### Projektvorstellung und Ziel

Unser Projekt hatte zwei zentrale Ziele: Zum einen wollten wir die Nutzung der ROWCave vereinfachen, indem wir eine leicht verständliche Videoanleitung erstellten. Zum anderen sollte ein Imagefilm entstehen, der die Ruderakademie und das Sportinternat professionell präsentiert, um ihre Bekanntheit und Attraktivität zu steigern.

### Entstehung des Projekts

Die Idee entstand, weil die Bedienung der ROWCave bisher als komplex und wenig intuitiv wahrgenommen wurde. Eine klare Videoanleitung sollte diese Hürde senken und die Nutzung erleichtern. Parallel dazu fehlte ein Imagefilm, der die Einrichtungen authentisch und ansprechend nach außen darstellt, insbesondere für potenzielle Sportlerinnen und Sportler sowie deren Familien.

### Thematischer Schwerpunkt

Im Projekt lagen die Schwerpunkte auf Öffentlichkeitsarbeit und Rudern. Ziel war es, ein Bild zu vermitteln, das die sportlichen Aktivitäten – insbesondere das Rudern –, die natürliche Umgebung und die professionelle Struktur der Einrichtungen anschaulich präsentiert.

### Ziele des Projekts

- Vereinfachung der Nutzung der ROWCave durch eine verständliche Videoanleitung
- Stärkung der Online-Präsenz und Außenwirkung von RAR und SIR durch einen Imagefilm
- Optimierung der Kommunikation mit Zielgruppen und Verbesserung der Wettbewerbsposition

### Eigene Erwartungen

- Wir wollten praktische Erfahrungen in Mediengestaltung, Videoproduktion und Projektorganisation sammeln. Besonders wichtig war uns, unsere Fähigkeiten in Aufnahme, Schnitt und Präsentation auszubauen und Theorie in die Praxis umzusetzen.

### Projektplanung und Durchführung

**Hintergrund:**

**Grund:**

Die ROWCave bietet ein realistisches, digitales Rudertraining, war aber ohne visuelle Anleitung schwer zugänglich.

Ebenso fehlte ein Imagefilm, um die Einrichtungen modern zu präsentieren.

**Inhalt:**

1. Erstellung einer Schritt-für-Schritt-Videoanleitung für die ROWCave
2. Produktion eines Imagefilms mit Trainings- und Wettkampfszenen, der die Atmosphäre und Professionalität der RAR und des SIR einfängt

**Tabellarische Übersicht:**

Datum	Tätigkeit
Januar 2026	Teilnahme am internen ROWCave-Infotreffen
April 2026	Dreh der Startsequenz-Videoanleitung
Mai 2026	Sammeln von Videomaterial beim Training
Juni 2026	Geplante Aufnahmen bei 2. KBÜ und Potschburg

## Fazit und Reflexion

### Projektverlauf:

Die Videoanleitung konnte nur teilweise fertiggestellt werden, da technische Probleme die Umsetzung erschwerten. Der Imagefilm liegt in einer Rohfassung vor, es fehlen jedoch noch Szenen von kommenden Regatten.  
gatten.

### Erfolge:

- Sehr gute Teamarbeit und kreative Zusammenarbeit
- Effektive Planung trotz technischer Hürden

### Verbesserungspotenzial:

- Engere Abstimmung mit Technikern, um Probleme frühzeitig zu erkennen
- Frühere Planung und Organisation von Regattaaufnahmen

### Persönliches Lernen:

Wir haben wertvolle Erfahrungen in Videoproduktion, Schnittsoftware und Projektorganisation gesammelt und unser Verständnis für die Abläufe der RAR vertieft.

### Rückblick:

Frühzeitige Fehlersuche und zusätzliche Aufnahmen hätten den Ablauf reibungsloser gestaltet.

### Ergebnis:

Das Projekt hat unsere Medien- und Organisationskompetenzen deutlich gestärkt und uns praxisnah auf zukünftige Projekte vorbereitet.

# Ruder-Club Nassovia Höchst 1881 e.V.

Ida Janssen

Verschönerung innerhalb des Gebäudes



**Projektvorstellung und -ziel:** Mein Ziel ist es allgemein den Verein einladender zu gestalten, dies will ich durch Hinzufügen von heutigen Bildern. Das letzte Mal, das Bilder aufgehängt wurden war in den 90ern. Durch das Erscheinungsbild soll der Verein für neue jugendliche oder Erwachsene attraktiver gemacht werden. Dies kann man machen, indem man Erfolge, aber auch das Leben des Vereins teilt.

**Projektplanung und -durchführung:** der Verein plant seit Jahren das Gebäude zu sanieren, etc. doch durch zu hohe Kosten ist dies ein Hindernis. Mit dem Projekt sollen die ersten Schritte weitergeleitet werden, ob dies auch in die Tat umgesetzt wird, steht in den Sternen und wird man erst über die Jahre feststellen.

Ein Teil des Projekts ist die Renovierung der Turnhalle. Dafür haben wir uns mit einem Malerunternehmen in Verbindung gesetzt die Azubis ausbilden. Diese werden dann die Halle in der gewünschten Farbe streichen, dies erfolgt leider erst später im Jahr, da die Halle noch zu ausgelastet ist und wir zu viele Schulen und andere Sportgruppen in der Halle beherbergen. Zur Farbauswahl habe ich Farbpaletten durchgeschaut und nach zum einen schlichten hellen Farben geschaut, die den Raum größer wirken lassen sollen. Die Auswahl habe ich zusammengestellt und dem Vorstand vorgelegt, da dort auch noch Unsicherheit besteht zu welcher Farbe man greift. Zudem ist die Bodenmarkierung nicht mehr die neuste und hält an einigen Stellen nicht. Dazu habe ich im Internet recherchiert und die passenden Farben organisiert, das Kleben würde auch im Sommer stattfinden.

Ein weiterer Punkt im Thema Verschönerung, sind die Bilder und Erfolge, die der Verein aufgehängt hat. Ich plane Collagen zu erstellen zu den jeweiligen letzten Jahren und dort die Erfolge aufzukleben. Auch möchte ich unseren vorzeigenden Athleten Jonas hervorheben und habe dafür Bilder auf meinen Geräten, andere Vereinsmitglieder und auf mein Ruderbild zusammengesucht und diese ausgedruckt. Diese zeigen zum Beispiel die Qualifikation zur Olympiade 2024 in Paris. Ich will nicht nur mit den Collagen die Erfolge auf großen Regatten hervorheben, sondern habe mich mit weiteren Mitgliedern in Verbindung gesetzt, für Bilder aus dem Breitensport Wettkämpfen oder auch Wanderfahrten. Zudem konnte ich in der Zeit des BFDs durch die Arbeit mit den Jugendlichen, bei Ferienkursen weitere Bilder sammeln, die die Gemeinschaft der Nassoven gut widerspiegelt.

## **Fazit/Reflektion:**

Die Bilder/Collagen hängen an den Wänden! Die Bilder sind eine schöne Ergänzung, Trotzdem haben die Bilder den Verein nicht jünger gemacht, sondern nun hängen neben alten Titeln auch neue. Was auch schön ist, nun wirkt es leider nicht mehr ganz so einheitlich. Jedoch bekomme ich mit, das die neuen Bilder Aufmerksamkeit bringen, mehr Leute, sei es aus dem Verein oder dem Restaurant, schauen sich die Bilder vermehrt an. Das Projekt mit der Turnhalle hat sich verzögert, da wir als Verein keine Infos zum Malerunternehmen haben, da hoffen wir natürlich, dass sich dies verbessert und wir im Sommer mit den Streifarbeiten anfangen können.

Jannis Lammers

Ruderverein Münster von 1882



## **Projektbericht: Ergo Gamification**

### **Einleitung und Zielsetzung**

Mein Projekt "Ergo Gamification" beschäftigt sich damit, das Rudertraining auf dem Ergometer, insbesondere für Kinder und Jugendliche, attraktiver zu gestalten. Klassisches Ergometertraining wird häufig als monoton und wenig motivierend wahrgenommen.

Ziel des Projektes ist es, durch den Einsatz digitaler Medien und spielerischer Ansätze das Training abwechslungsreicher zu gestalten und die Motivation langfristig zu erhöhen.

### **Projektumsetzung und Rahmenbedingungen**

Der zentrale Bestandteil des Projekts ist der Einsatz der App EXR-Virtual Rowing, die es ermöglicht, in einer virtuellen Umgebung zu rudern. Dabei werden reale Trainingsdaten des Ergometers in eine digitale Welt übertragen, wodurch ein spannendes und visuell ansprechendes Trainingserlebnis entsteht.

Außerdem ist es möglich, zusammen mit Freunden oder anderen Nutzern die verschiedenen Gewässer zu erkunden. Dadurch kann das Training sowohl einen sozialen als auch einen wettbewerbsorientierten Charakter erhalten.

Der wesentliche Schwerpunkt des Projekts lag auf der Schaffung geeigneter Rahmenbedingungen für den Einsatz der App.

Dazu gehören vor allem die Beschaffung der notwendigen Hardware sowie die Abstimmung mit den Entwicklern der App.

Im Rahmen des Förderprogramms 2000x1000 wurde ein Antrag gestellt, um finanzielle Mittel für die Anschaffung der notwendigen Tablets zu erhalten.

Parallel dazu fand die Kommunikation mit der Herstellerfirma der App statt, um ein kosteneffizientes Gruppenabonnement zu organisieren.

Zum aktuellen Zeitpunkt befindet sich das Projekt noch in der Übergangsphase: Die Tablets wurden noch nicht final angeschafft und der bisherige Betrieb erfolgte über eine Testversion der App.

Dennoch konnten bereits wichtige Erfahrungen in ersten Testläufen gesammelt werden. Die Rückmeldungen der Athletinnen und Athleten waren durchweg positiv.

Da das Training zur aktuellen Jahreszeit wieder draußen stattfindet, ist der Einsatz vor allem ab dem nächsten Wintertraining geplant.

## Fazit

Das Projekt "Ergo Gamification" zeigt, dass digitale Ansätze eine effektive Möglichkeit darstellen, traditionelles Training aufzuwerten und insbesondere in jüngeren Zielgruppen attraktiver zu gestalten.

Obwohl das Projekt noch nicht vollständig abgeschlossen ist, lässt sich bereits jetzt ein positives Zwischenfazit ziehen.

Mit der finalen Umsetzung besteht die Chance, das Ergometertraining nachhaltig interessanter zu gestalten und langfristig mehr Kinder und Jugendliche für den Rudersport zu begeistern.



# Wettbewerb „Schnellste Klasse Deutschlands“ - Schüler:innen fürs Rudern begeistern

BFD Projekt 2025/26  
Julina Kalinowski  
Ruderriege des  
Friedrich-Schiller-Gymnasiums,  
Preetz

## Projektvorstellung

Das Ziel des Projektes soll sein, dass unsere Schüler:innen, wie schon in den Jahren zuvor, an dem Wettbewerb „Schnellste Klasse Deutschlands“ teilnehmen. Aus einer Schulklasse fahren dafür alle beteiligten jeweils einen 250 Meter Sprint auf dem Ruderergometer, anschließend werden die acht schnellsten Zeiten addiert und deutschlandweit mit anderen Zeiten der Klassenstufe verglichen. Als Resultat aus dem Wettbewerb erhoffe ich mir, Schüler:innen dazu motivieren zu können, eine Ruderanfänger-AG zu wählen oder der Kindermannschaft des Vereins beizutreten, da wir zu wenig Nachwuchs haben.



## Projektplanung und -durchführung

Die **siebten Klassen** sind bereits bei mir im Ruderunterricht. Während des Winters, in dem es für die Schüler:innen nicht aufs Wasser geht, bin ich mit ihnen zur Vorbereitung, parallel zum Sportunterricht, Ergometer gefahren.

Von der Teilnahme an dem Wettbewerb habe ich mir dann eine gute Platzierung erhofft, damit die Schüler ein Erfolgserlebnis haben und den Spaß an dem Sport finden.

Zudem habe ich den Klassen angeboten, bei uns im Kindertraining mal mitzumachen und auch im Anschluss der Mannschaft beizutreten.

Der Wettbewerb endet am 31.05., aktuell sind wir mit der 7C auf dem ersten Platz und der 7A auf dem siebten Platz im Ranking. Das ist sehr gut, vor allem da wir seit längerem nicht mehr in den Top 10 waren.

Unsere **Fünftklässler:innen** sind bereits sehr ruder begeistert, weshalb wir auch zwei „Ruderanfänger AGs“ anbieten, von welchen ich auch eine betreue. Mit ihnen wollten wir dann teilnehmen, um die Begeisterung fürs Rudern zu festigen und um wie mit den anderen Klassen auch Spaß an einer Wettbewerbsteilnahme zu haben. Zudem lernen Schüler:innen, die nicht in den AGs sind, eine neue Sportart kennen.

An die Sportlehrkräfte der Klassen habe ich nach Anschauen der Stundenpläne eine E-mail mit Terminvorschlägen geschickt, woraufhin wir uns dann jeweils im Ruderclub getroffen haben um nach einer Begrüßung, dem Einfahren und technischen Rückmeldungen, die Zeiten der Schüler:innen abzunehmen.

Zusätzlich haben Herr Wolff (Kreisschulsportbeauftragter Kreis Plön) und ich mehrere **Grundschulen** im Umkreis angefragt, ob Interesse bestünde, dass wir mit ihren vierten Klassen jeweils eine Doppelstunde zum Thema Rudern und Ergometer fahren gestalten. Die **Hermann-Ehlers-Schule** sagte uns zu. Wir wollten den Kindern eine neue Sportart vorstellen, damit sie gegebenenfalls auf weiterführenden Schulen, unsere Ruder AGs wählen oder dem Verein beitreten.



Ablauf der Doppelstunde:

1. Stunde: - Begrüßung, Ablauf

- Gruppen einteilen à zwei/drei Kinder
- fahren mit erklären Ergometer Technik
- jedes Kind fährt locker 250 m zum Distanz kennenlernen

2. Stunde: - Fragerunde zum Thema Rudern/AGs/weiteres

- jeder fährt zweimal die 250 m
- Klasse erhält ein Plakat des Wettbewerbs mit ihren Namen und Zeiten für das Klassenzimmer

Anschließend erhielten alle Kinder einen Flyer mit einer **Einladung zum Kennenlernen des Ruderns** an unseren Verein.



Lust zu rudern?



Liebe Schüler:innen,

Ihr konntet bereits auf dem Ruderergometer erste Erfahrungen mit dem Rudern sammeln und seid Teilnehmer:innen des Wettbewerbs „Schnellste Klasse Deutschlands“.

Wir möchten euch zum Rudern am Preetzer Ruderclub einladen, damit wir zusammen das Rudern auf dem Wasser kennenlernen können.



Wann?  
Mittwoch 22.04.26  
Treffen um 15:30 Uhr, Ende 17:30 Uhr

Wo?  
Preetzer Ruderclub  
Castöhlenweg 5, 24211 Preetz

Was mitbringen?  
Sportkleidung und Schuhe für draußen

Ich würde mich freuen, wenn ihr oder eure Eltern mir telefonisch oder per Nachricht zusagen.  
Tel. [REDACTED]

Bei Fragen stehe ich euch auch gerne zur Verfügung.



Das Trainerteam und ich freuen uns schon auf euch!  
Julina Kalinowski  
(Bundesfreiwilligendienstlerin, Ruderriege FSG)



Fazit

Die Wettbewerbsteilnahme hat sich auf jeden fall ausgezahlt. In den **siebten Klassen** hatten die Schüler:innen viel Spaß. Noch ist der Wettbewerb nicht zu Ende, doch wenn die beiden Klassen oben im Ranking bleiben, würde mich das sehr freuen, da sie im Winter beim Ergo fahren immer motiviert waren und für sie dann damit ein Erfolgserlebnis einher kommt. Ob wir ein paar der Schüler:innen noch für unsere Kindermannschaft gewinnen können wird sich in nächster Zeit zeigen.

Auch die **fünften Klassen** hatten viel Spaß auf den Ergometern, vielleicht kommen einige noch in die AGs dazu. Was zu verbessern wäre, wäre die Teilnahme etwas länger mit ihnen vorzubereiten, damit die Schüler:innen sich noch sicherer fühlen. Das müsste dann mit den Sportlehrkräften früh genug abgeklärt werden, damit sie dies parallel zu ihren Lehrinhalten planen können.

Für das „**Schnuperrudern**“ meldeten sich 12 Schüler:innen an. Alle würden gerne weiterhin wiederkommen. Bis sie auf einer weiterführenden Schule den AGs, oder der Kindermannschaft beitreten können, werden wir immer mal wieder ein Treffen anbieten.

# Kinder planen für Kinder

Projekt im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes von Julius Flamme

Im Rahmen des Athletiktrainings der AK 12–14 sollen die Kinder selbstständig 60 der 90 Minuten planen und die anderen Sportler anleiten. Dazu gehören das Aufwärmen sowie der Hauptteil wie Kraftkreise, Geschicklichkeitstraining oder Schnellkraftübungen. Jede Woche Montag bin ich mit den Sportlern der AK 12–14 in der Halle und mache mit der Hilfe des Regionaltrainers die Sparteinheit. Ein Sportler soll für die anderen Kinder ein Trainingsprogramm erstellen und wie ein Trainer das Training anleiten. Für die Planung haben die Kinder genau eine Woche Zeit. Wir als Trainer sind als Aufsichtsperson natürlich auch vor Ort und greifen ein und geben Tipps. Großteils soll das Training aber vom Sportler selbst organisiert werden.

Die Idee ist, dass die Sportler lernen, selbstständig ihre Trainings zu planen; gleichzeitig lernen sie auch, Verantwortung zu übernehmen. Ich hatte das Problem, dass die Kinder nie so richtig aufgepasst haben. Ich musste entweder lauter werden, warten, bis alle zu mir schauen, oder die Personen benennen, die sich danebenbenehmen. Außerdem hat das Ganze auch den Vorteil, dass man von den Sportlern lernen kann, dazu später mehr.

Als wir bekannt gegeben haben, dass wir mit dieser Idee beginnen, wollte erst einmal niemand der Erste sein. Doch eine Sportlerin hatte sich freiwillig gemeldet. Sie wollte das Training in der nächsten Woche planen und übernehmen. Nach einer kurzen Absprache nach dem Training hatte sie nun eine Woche Zeit fürs Planen.

Die Woche darauf begrüßte ich alle wie normal und habe ihr dann sofort das Kommando übergeben. Sie fing mit einer Runde Zombieball an. Erst einmal nichts Schlimmes, nur werden dabei nicht alle warm. Nach meinen Hinweisen hat sie ein bisschen die Regeln verändert, sodass man nicht die ganze Zeit auf der Bank sitzen muss und auch mal mit der schwachen Hand wirft o. Ä. So war das Aufwärmen gemeistert.

Danach hatte sie einen einfachen Kraftkreis aufgebaut und verschiedene Übungen ausgeführt. Doch während sie erzählt hat, sind die ersten Kinder schon wieder abgeschweift. Am Anfang hat sie nur lauter geredet, aber dann hat sie die Personen Straflieggestütze ausführen lassen. Sie hat aber nicht kontrolliert, ob diese auch gemacht werden, und so hat sie weiter an Respekt verloren.

Im Laufe des Trainings wurde es nur noch schlimmer, sodass wir uns dafür entschieden haben, ihren Teil des Trainings frühzeitig zu beenden.

In der Auswertung hat sie super erklärt, was sie falsch gemacht hat und was sie beim nächsten Mal ändern würde. Natürlich habe ich bei der ersten Person kein perfektes Training erwartet. Ich finde, sie hat sich wirklich Mühe gegeben und hatte einen super Plan vorbereitet, den sie aber einfach nicht umsetzen konnte.

Sie hat sich dann auch noch schnell etwas für den Schluss ausgedacht, was sie zuvor auf TikTok gesehen hat. Das zum Beispiel ist auch eine Bereicherung für den Trainer, da er immer neue Sachen lernen kann, auf die er vielleicht nicht gekommen wäre.

Das Ziel dieser Maßnahme ist nicht, die nächsten Nationaltrainer zu entwickeln, sondern den Kindern beizubringen, sich selbst Gedanken zum Training zu machen und das Training auch mal aus der anderen Perspektive zu sehen.

Ich bin der Überzeugung, dass diese Maßnahme oder ähnliche Tätigkeiten gut für die Gruppe sind, die besser zusammenwächst und sich untereinander mehr schätzt, für den Übungsleiter, der neue Sachen lernt und die Bedürfnisse der Sportler besser versteht, sowie vor allem für den Sportler, der lernt, ein Training zu planen und die Trainerperspektiven besser zu verstehen.

Diese Methode kann ab der AK 12 genutzt werden, es ist aber wichtig, dass immer ein Übungsleiter dabei ist, der Ahnung hat und helfen kann.

Projektbericht – 2026

Name: Julius Liesegang

Einsatzstelle: Ruderclub Hamm von 1890 e. V.

## **Schnupperwochenende am Ruderclub Hamm**

### Projektvorstellung:

Da die Kindergruppe in den letzten Jahren mit erheblichen Nachwuchsproblemen zu kämpfen hatte, stand schnell fest, dass sich mein BFD - Projekt der Nachwuchsgewinnung widmen soll. Infolgedessen entstand schnell die Idee, ein Schnupperwochenende zu veranstalten.

### Durchführung:

Zu Beginn des Projekts stand die Erstellung eines groben Zeitplans sowie die Festlegung eines passenden Termins für das Schnupperwochenende im Fokus, da den Teilnehmenden, die Möglichkeit zur Teilnahme an den lokalen Frühjahrsregatten in NRW offenstehen sollte. Nachdem Termin und Ablauf feststanden, konnte ich mich auf die Öffentlichkeitsarbeit konzentrieren, um möglichst viele Teilnehmende zu gewinnen. Hierfür stellte ich die Inhalte für einen Flyer zusammen, während die finale Gestaltung von einem Designer übernommen wurde. Daraufhin habe ich den Flyer sowohl an unsere vier Kooperationsschulen verteilt als auch über die Social-Media-Kanäle unseres Vereins verbreitet. Dadurch gelang es mir, insgesamt neun Teilnehmende für das Wochenende zu gewinnen. Der Ablauf des Wochenendes an sich verlief reibungslos und wie im Vorfeld geplant. Die Kinder konnten in GiG – Booten erste Erfahrungen auf dem Wasser sammeln und zudem an Land verschiedene sportliche Angebote wie Beachvolleyball oder Fußball ausprobieren.

### Probleme:

Aufgrund des Termins am Wochenende direkt nach den Osterferien gestaltete sich die Werbung in den Schulen als schwierig, da ich entweder bereits vor den Ferien in die Klassen gehen musste, was aus meiner Sicht sehr langfristig war, oder erst in der Woche nach den Ferien, was wiederum zu kurzfristig war, da einige interessierte Kinder das Wochenende bereits verplant hatten.

### Fazit:

Zum Zeitpunkt der Abgabe des Projektberichts, sind von den neun Teilnehmenden bereits vier in das reguläre Kindertraining eingestiegen. Deshalb haben wir uns entschlossen das Schnupperwochenende mit einigen kleineren Veränderungen nach

den Sommerferien zu wiederholen. Ich habe gemerkt, dass eine einmalige Ansprache potenziell Interessierter oft nicht ausreicht, um sie nachhaltig für eine neue Sportart zu begeistern. Deshalb sollten zukünftige Schnupperwochenenden durch wiederholte Schulbesuche begleitet werden. Das Projekt hat mir gezeigt, dass eine sorgfältige Planung und umfassende Vorbereitung bei einem solchen Vorhaben essenziell für einen reibungslosen und erfolgreichen Ablauf sind. Besonders die frühzeitige Festlegung von Zeitplan, Inhalten und organisatorischen Rahmenbedingungen waren entscheidende Faktoren für das Gelingen des Wochenendes.

# Renovierung Trainerraum

## **Idee:**

Im Rahmen meines Bundesfreiwilligendienstes haben wir die Aufgabe bekommen, uns ein Projekt zu suchen, das wir in der Zeit des BFDs absolvieren können. Für meine Zeit als BFDler habe ich mir vorgenommen, unseren Trainern im Verein einen Rückzugsort/Umkleide herzurichten. Kriterien hierfür waren, dass für alle unsere Trainer ein Raum entsteht, in dem sie sich umziehen, Besprechungen durchführen und sich kurz zurückziehen können. Dafür habe ich mir einen Raum ausgesucht, der mehr als eine Abstellkammer diente, allerdings bereits einen Duschaum besitzt.

## **Durchführung:**

Das Projekt begonnen habe ich damit, den kompletten Raum einmal auszuräumen und zu vermessen. Danach habe ich einen Grundriss und ein 3D-Modell des Raumes erstellt und angefangen, grob zu planen, wie der Raum aussehen soll. Zudem habe ich, während ich den Raum vermessen habe, eine Bestandsaufnahme des Raumes und der Materialien, die vorhanden sind, gemacht. Hierbei bin ich auf das erste größere Problem gestoßen. Da sich der Raum im Keller befand und zudem an einem Fluss, hatte sich das Haus ein wenig bewegt und es sind Risse in der Wand entstanden. Diese wurden bereits versucht zu reparieren, allerdings wurde es nicht gründlich repariert (siehe Fotos). Hierfür musste ich mir dann allerdings Hilfe suchen bzw. mit jemandem sprechen, der vom Fach kommt. Dafür habe ich einen Freund um Rat gefragt, der eine Ausbildung zum Maler und Lackierer macht, wie ich am besten vorgehen soll. Er hat mir daraufhin erklärt, was ich zu tun habe, damit ich die Wand „reparieren“ kann und sie dann streichen kann.

Nachdem ich das erledigt hatte, habe ich angefangen, die Risse zu spachteln und die Wände sowie die Decke zu streichen. Eine der Wände habe ich dafür genutzt, das Logo unseres Vereins anzubringen.

Als die größtenteils Arbeit getan war, habe ich angefangen, den Raum einzurichten.

Hierfür habe ich die Spinde sowie die Stühle, die zu Beginn vorhanden waren, genutzt und sie wiederverwendet. Außerdem habe ich einen Duschvorhang angebracht sowie ein Regal zur Lagerung von Equipment aufgebaut.

## **Ausblick:**

Zum Abgabezeitpunkt des Berichtes bin ich noch nicht ganz fertig mit dem Projekt. Es sollen noch ein Teppich, ein Schreibtisch sowie ein Whiteboard in den Raum kommen. Außerdem müssen die Fenster und die dazugehörigen Schächte noch gereinigt und der komplette Raum einmal gereinigt werden.

### Probleme:

Während meines Projektes bin ich auf mehrere Probleme gestoßen:

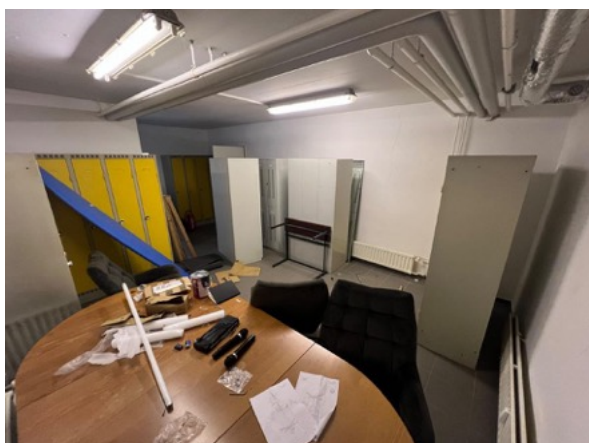
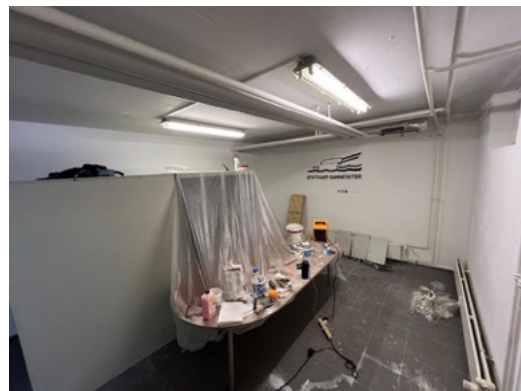
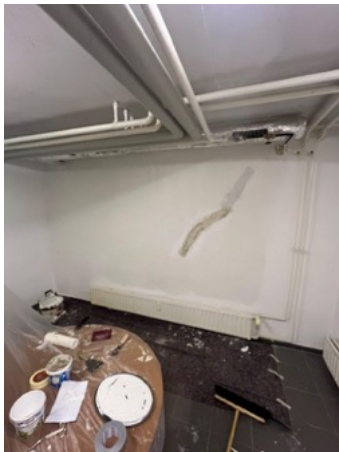
Ich habe in der Hälfte meines Projektes mein BFD in ein BFD im Leistungssport gewechselt. Dies hat zu Beginn für einige Probleme im Verein geführt, da sich meine Stundenanzahl verändert hat. Dies konnte allerdings geklärt werden.

Im Verlauf meines Projekts musste ich die Planung des Raumes mehrfach anpassen, da immer wieder neue Anforderungen und Ideen hinzugekommen sind. Dadurch war es schwierig, einen festen Plan konsequent einzuhalten.

Dieses Problem konnte ich jedoch lösen, indem ich flexibel auf Veränderungen reagierte, Kompromisse gefunden und gleichzeitig die grundlegende Idee meines Konzepts beibehalten habe.

### Fazit:

Der Raum kann bzw. wird auch schon von den Trainern in Teilen genutzt. Das Feedback zum Raum ist auch sehr positiv und die Trainer freuen sich, einen Raum für sich zu haben. Insgesamt konnte ich aus dem Projekt viel mitnehmen. Es hat mir gezeigt, dass Planung und Flexibilität extrem wichtig sind und man sich vieles einfacher macht, wenn man vorbereitet ist und mit den Leuten in den Austausch geht.





## **Schnellste Klasse Deutschlands:**

### **1. Ziel des Projekts:**

Das Ziel meines Projekts „Schnellste Klasse Deutschlands“ war es, Schülerinnen und Schüler zu mehr Bewegung zu motivieren und gleichzeitig den Teamgeist innerhalb der Klassen zu stärken. Mir war wichtig, dass alle aktiv teilnehmen und Spaß am Sport haben.

### **2. Planung des Projekts:**

Die Planung habe ich selbstständig übernommen, dabei habe ich mit der Wichernschule zusammengearbeitet.

Es nahmen insgesamt drei 7. Klassen teil. Da mehrere Klassen beteiligt waren, habe ich das Projekt auf zwei Tage aufgeteilt (Dienstag und Mittwoch), damit alles ruhig und organisiert ablaufen kann.

Ich habe mich außerdem um folgende Dinge gekümmert:

- Absprache mit der Schule
- Organisation des Ortes (Alster Ruderverein Hanseat)
- Planung des Ablaufs
- Erklärung der Regeln für die Klassen

Dabei habe ich darauf geachtet, dass für alle die gleichen Bedingungen gelten.

### **3. Durchführung des Projekts:**

Die Durchführung fand beim Alster Ruderverein Hanseat statt.

An beiden Tagen (Dienstag und Mittwoch) habe ich die Klassen empfangen und den Ablauf erklärt. Danach sind die Schülerinnen und Schüler jeweils immer zu acht gegeneinander gefahren. Nachdem alle gefahren sind, habe ich die Zeiten gesammelt und nach Klassen sortiert. Am Ende wurden die Klassen nach ihrer Schnelligkeit verglichen, um die schnellste Klasse zu bestimmen.

Die Stimmung war sehr gut, da sich die Schülerinnen und Schüler gegenseitig angefeuert haben.

### **4. Fazit:**

Das Projekt war insgesamt erfolgreich. Die Schülerinnen und Schüler hatten Spaß und haben sich Mühe gegeben. Besonders positiv war, dass wirklich alle mitgemacht haben.

Für mich war es eine gute Erfahrung, weil ich das Projekt selbst geplant und durchgeführt habe. Ich habe dabei gelernt, Verantwortung zu übernehmen und ein Projekt zu organisieren.

In Zukunft könnte man noch mehr Klassen teilnehmen lassen oder den Wettbewerb erweitern. Insgesamt bin ich zufrieden mit dem Ablauf und dem Ergebnis.

Klasse 1 (Fr. Witting):

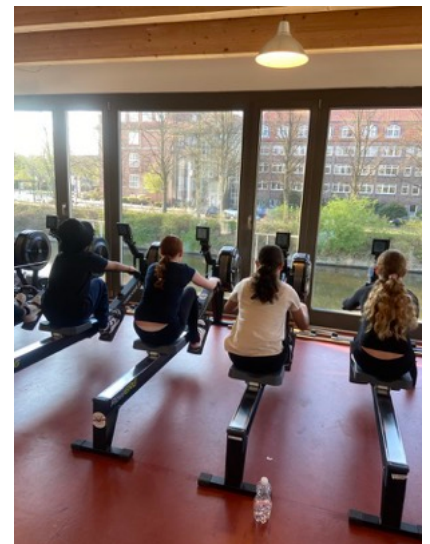
<b>Name</b>	<b>Zeit</b>
Bulut	0:57,5
Hilan	1:05,6
Maike	1:05,9
Mats	1:06,7
Simon	1:09,9
Hannes	1:10,4
Diljot	1:10,7
Lionel	1:12,9
Erdem	1:15,0
Samar	1:16,7
Nadia	1:17,1

Klasse 2 (Fr. Jakob):

<b>Name</b>	<b>Zeit</b>
Lennox	0:55,1
Jayden	0:55,4
Philipp	1:00,2
Maya Lee	1:00,3
Jakob	1:01,5
Asya	1:01,6
Jada	1:02,6
Max	1:02,6
Niklas	1:03,8
Felix	1:08,4
Emma	1:08,9
Gabriel	1:10,1
Eya	1:10,8
Lionel	1:11,9
Niya	1:15,5
Yasmine	1:15,6
Clara	1:17,3
Amelie	1:22,3

Klasse 3 (Fr. Karhlert):

Name	Zeit
Caro	0:53,2
Felix	0:58,1
Diego	0:58,8
Narla	1:00,9
Anna	1:02,4
Leonie	1:03,1
Lukas	1:03,9
Leyla	1:04,1
Aik	1:04,9
Marcel	1:05,1
Alex	1:06,1
Oscar	1:06,7
Inga	1:07,3
Emma	1:09,2
Melina	1:10,1
Bennet	1:10,8
Drew	1:12,1





# Eine Hall of Fame für den Crefelder Ruder-Club

## Projektvorstellung

Der Crefelder Ruder-Club hat in seiner Geschichte viele erfolgreiche Sportler hervorgebracht, von deutschen Meistern über Weltmeister bis zu Olympiasiegern ist alles dabei. Doch auch wenn diese Erfolge gebührend gefeiert werden, so gab es bis jetzt noch keine Möglichkeit, sie dauerhaft sichtbar zu machen. Aus diesem Grund habe ich mich in Absprache mit unserem Vereinsvorstand dazu entschieden, im Rahmen meines BFD-Projekts eine Hall of Fame zu erstellen.

## Projektplanung und -durchführung

Da eine Hall of Fame in dieser Form bei uns im Verein bisher noch nicht existiert hat, musste ich zunächst ein Konzept erarbeiten. Hierbei habe ich mich vor allem mit den Fragen beschäftigt, welche Erfolge überhaupt geehrt werden würden, wann die Sportler geehrt werden und wo die fertige Ehrentafel später hängen wird. Außerdem habe ich alle international erfolgreichen Sportler des Vereins und ihre Erfolge zusammengesucht. Letztendlich haben wir uns dazu entschieden, die Sportler nach ihrem Karriereende einmalig für alle ihre Erfolge zu ehren, wobei die Ehrentafel immer beim Winterball im selben Jahr erweitert werden soll. Als nächstes habe ich dann Kontakt mit einem Tischler aufgenommen, der eine Tafel für uns baut und wir haben Plaketten für die einzelnen Sportler bestellt, die mit Name und den Erfolgen beschriftet werden und dann später an der Tafel angebracht werden. Zeitgleich entstand außerdem die Idee, zusätzlich zu der echten Hall of Fame in unserem Bootshaus eine Sammlung auf der Homepage zu erstellen, so dass ich Kontakt mit unseren Webseiten-Administratoren aufgenommen habe, um hierfür alles in die Wege zu leiten. Zuletzt haben wir dann noch einen Termin festgelegt, an dem die Hall of Fame offiziell eröffnet wird.

## Fazit

Insgesamt ist die Durchführung des Projektes sehr gut verlaufen. Gerade die Kommunikation mit dem Vorstand und die Abstimmung der Einzelheiten waren positiv und es hat mir viel Spaß gemacht, das Konzept zu entwickeln und später auch zu verwirklichen. Allerdings habe ich auch gelernt, dass es manchmal schwer ist, wenn viele Menschen an einem Projekt beteiligt sind, da ich oft Infos zwischen den Beteiligten weiterleiten musste. Für das nächste Mal wäre es daher schlau, eine Art Arbeitsgruppe zu bilden, so dass alle Infos sofort alle Beteiligten erreichen und nicht einzeln weitergetragen werden müssen. Momentan warten wir auf die Tafel sowie die Metallplaketten, damit die Hall of Fame beim Sommerfest feierlich eingeweiht werden kann. Langfristig soll das Projekt auch über mein BFD hinaus weitergeführt und regelmäßig ergänzt werden, so dass alle vergangenen und zukünftigen Erfolge in unserem Verein gebührend geehrt werden.

# Optimierung des Stegöffnens

## Einleitung

Ich habe mir überlegt das öffnen und schließen des Ruderstegs zu vereinfachen, da seitdem ich im Verein bin sich jeder darüber beschwert, wie lange es braucht den Steg zu öffnen und keiner Lust hat der Letzte oder der Erste am Verein zu sein, weil man sonst auf der Arbeit sitzen bleibt.

## Ausgangssituation

Zu Beginn der Arbeit habe ich die momentane Situation angeguckt. Dabei habe ich untersucht, wie das Netz aufgebaut ist, welche Materialien verwendet werden und wie viel Zeit für den Auf- und Abbau benötigt. Es zeigte sich, dass vor allem die aufwendige Konstruktion mit den Metallständern, um das Netz zu spannen sehr lange braucht. Das Netz muss aber immer gespannt sein, damit keine Enten, oder ähnliches auf unserem Steg landen kann.

Im nächsten Schritt habe ich verschiedene alternative Möglichkeiten zur Entenabwehr betrachtet. Wichtig war dabei, eine Lösung zu finden, die einfach umzusetzen ist, wenig Material benötigt und schnell bedient werden kann, außerdem sollte sie wetterbeständig sein.

## Neue Lösung

Die entwickelte Lösung besteht darin, das vorhandene Netz weiterhin zu nutzen, dieses jedoch durch das spannen zweier Seile, welche unter dem Netz liegen, zu spannen. Die Seile sollen vorne bei der Metalltür am Eingang zum Steg angezogen werden. Dadurch kann das Netz schnell gespannt und bei Bedarf ebenso einfach wieder gelöst werden.

## Umsetzung

Die Umsetzung erfolgte in mehreren Schritten. Zunächst habe ich die Seile ungefähr auf halber Höhe der Flügeltüren gelegt. Dann habe ich am Ende des Stegs zwei Metallpoller befestigt um die Seilhöhe dort zu erhöhen, damit es mehr durchhängen kann. Danach habe ich mir Methoden überlegt die Seile zu spannen, jedoch musste ich es gerade bei einer Zwischenlösung belassen, bei der die Seile mithilfe eines Fuhrmannsknoten gespannt werden, da ich keine guten Alternativen gefunden habe.

## Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass durch die neue Konstruktion Zeit eingespart wird, was das Anfangsziel war. Jedoch muss ich noch eine andere Alternative finden zu dem Fuhrmannsknoten, da ich nicht darauf vertrauen kann, dass jeder den Knoten richtig spannt. Deshalb muss ich damit die neue Methode langfristig genutzt werden kann etwas mit weniger Fehlermöglichkeiten finden und anwenden. Trotzdem hoffe ich, dass die neue Methode gut funktioniert und den Ruderern in der Zukunft viel unnötigen Zeitaufwand erspart.

### Vorherige Netz-spann-Methode



### Neue Netz-spann-Methode



## **Dokumentationsfilm über die Lübecker Ruder-Klubs**

### **Idee und Planung**

Wer den Lübecker Ruderklub nicht kennt, sieht von außen vor allem eines: Menschen auf dem Wasser. Was dahinter steckt – die Trainingsgruppen, das Ehrenamt, die Geschichte, die Gemeinschaft – bleibt für Außenstehende meist unsichtbar. Gleichzeitig haben viele Interessierte schlicht keine Zeit oder Lust, sich durch eine Homepage zu lesen, um ein echtes Gefühl für einen Verein zu bekommen. Genau hier setzt unser Projekt an. Wir wollten einen kurzen, ansprechenden Imagefilm produzieren, der in etwa neun Minuten zeigt, was den Lübecker Ruderklub wirklich ausmacht – für Menschen, die neu einsteigen wollen, genauso wie für bestehende Mitglieder, die ihren Verein einmal aus einer neuen Perspektive erleben möchten.

Am Anfang haben wir uns zusammengesetzt und überlegt, welche Fragen der Film beantworten soll: Was macht das Rudern als Sportart besonders? Was hält Menschen über Jahre oder sogar Jahrzehnte in diesem Verein? Welche Aufgaben gibt es abseits des Trainings, die von außen kaum jemand sieht? Aus diesen Überlegungen entstand ein Fragenkatalog als Grundlage für unsere Interviews. Gleichzeitig haben wir festgelegt, welche Szenen wir filmisch zeigen wollten:

Trainingseinheiten auf dem Wasser, den Alltag im Bootshaus, die Pflege der Boote und Einblicke hinter die Kulissen des Vereinsalltags. Außerdem beschlossen wir früh, historische Fotos aus den Vereinsarchiven einzubeziehen, um die lange Geschichte des Klubs sichtbar zu machen. Dann gingen wir auf die Suche nach geeigneten Interviewpartnern. Uns war wichtig, unterschiedliche Stimmen einzufangen – erfahrene Mitglieder, aktive Trainerinnen und Trainer sowie Menschen, die im Hintergrund wirken und deren Arbeit selten Aufmerksamkeit bekommt. Wir sprachen alle persönlich an, erklärten das Vorhaben und stimmten gemeinsam Termine ab, die sich gut in den Vereinsalltag einfügten.

### **Durchführung**

Die Produktion erstreckte sich über mehrere Wochen. An verschiedenen Tagen filmten wir gezielt unterschiedliche Situationen, um ein vielseitiges Bild des Vereinslebens einzufangen. Die Interviews bildeten dabei das Herzstück des Films. Wir achteten darauf, eine entspannte Atmosphäre zu schaffen, damit die

Gespräche natürlich wirkten – und das gelang uns gut. Was dabei entstand, waren keine formellen Vereinsstatements, sondern echte, persönliche Einblicke: Erinnerungen an erste Trainingsstunden, Gedanken dazu, was Rudern von anderen Sportarten unterscheidet, und Schilderungen der vielen Aufgaben, die einen Verein am Laufen halten. Parallel dazu filmten wir den laufenden Vereinsalltag so, wie er wirklich ist – ohne Inszenierung, ohne gestellte Szenen. Beim Durchstöbern der Vereinsarchive stießen wir auf eine beeindruckende Sammlung historischer Fotos aus verschiedenen Jahrzehnten, die wir ebenfalls in den Film eingearbeitet haben. Im Anschluss an die Dreharbeiten sichteten wir das gesamte Material und schnitten es zu einem neunminütigen Film zusammen, der die verschiedenen Facetten des Vereinslebens nacheinander entfaltet. Mit Musik, Übergängen und dem Wechsel zwischen Interviews, Alltagsszenen und Archivaufnahmen ist ein Film entstanden, der kurzweilig ist und die Zuschauer mitnimmt.

## **Ergebnis und Fazit**

Rückblickend hat sich das Projekt in eine etwas andere Richtung entwickelt, als wir es ursprünglich geplant hatten. Manche Szenen, die wir uns vorgestellt hatten, ließen sich im Vereinsalltag so nicht umsetzen, und durch die Interviews entstanden Schwerpunkte, die wir anfangs gar nicht auf dem Plan hatten. Aber genau das macht einen solchen Film letztlich aus – er wächst mit dem Material, das man vorfindet, und spiegelt dadurch etwas wider, das authentischer ist als jeder ursprüngliche Plan. Wir sind mit dem Ergebnis sehr zufrieden und freuen uns, dass wir mit diesem Film einen echten Beitrag für den Lübecker Ruderklub leisten konnten.

# Projektbericht

---

## Jubiläumsvideo erstellen – Karlsruher Rheinklub Alemannia

Bundesfreiwilligendienst | 2025/26 | Sinja Schmidt

### 1. Projektvorstellung und -ziel

---

#### Entstehung des Projekts

Die Idee entstand im Rahmen meines Bundesfreiwilligendienstes beim Karlsruher Rheinklub Alemannia. Anlässlich des 125-jährigen Jubiläums entwickelte ich die Idee, einen Jubiläumsfilm zu produzieren, der die Vereinsgeschichte sowie das aktuelle Vereinsleben dokumentiert. Um authentisches Material zu sammeln, habe ich den Verein bei Veranstaltungen wie dem Neujahrsempfang und der Ruder-Ergo-WM begleitet. Zusätzlich erhielt ich Zugang zu einer eigens für das Jubiläum angelegten digitalen Bilddatenbank mit historischem und aktuellem Fotomaterial aus über einem Jahrhundert Vereinsgeschichte.

#### Thematischer Schwerpunkt, Ziel & Erwartungen

Das jetzige Projekt gehört zum Bereich Öffentlichkeitsarbeit. Mein Ziel ist ein Imagefilm, der den Verein nach außen repräsentiert, potenzielle neue Mitglieder anspricht und auf der Vereinswebsite als Werbemittel dient. Persönlich waren meine Erwartungen den Verein, seine Menschen und seine Geschichte noch besser kennenzulernen und meine Fähigkeiten in Videoplanung, Dreh und Schnitt weiterzuentwickeln.

### 2. Konzeptänderung: Vom Jubiläumsfilm zum Imagefilm

---

Im weiteren Projektverlauf äußerte der Vereinsvorstand den Wunsch, anstelle eines Jubiläumsvideos einen modernen Imagefilm zu produzieren, der sich primär nach außen richtet. Diese Entscheidung erforderte eine vollständige Überarbeitung meines bisherigen Konzepts. Also habe ich ein neues inhaltliches Konzept entwickelt, ein sogenanntes Storyboard erstellt. Im Mittelpunkt des Imagefilms steht ein Ruderer aus dem Verein, der bei seinem Training begleitet wird. Die Dramaturgie weitet sich schrittweise vom einzelnen Sportler über den Leistungssport hin zum Breitensport und zum gemeinschaftlichen Vereinsleben aus; per Voiceover und Musik wird Emotion hinzugefügt.

### 3. Projektplanung und -durchführung

---

#### Hintergrund & Inhalt

Ein Imagefilm dieser Art existierte bisher nicht; das Projekt war zwar seit einigen Jahren im Gespräch, aber bisher nicht angegangen worden. Ich habe den Verein bei verschiedenen Veranstaltungen oder Trainings gefilmt. Im Schnittprozess werden zunächst alle Clips gesichtet und auf Schärfe, Belichtung und Bewegungsdynamik bewertet. Anschließend folgen Farbkorrektur und Color-Grading für ein einheitliches Erscheinungsbild, die Produktion eines KI-generierten VoiceOvers sowie der Schnitt passend zur Hintergrundmusik. Genutzte Programme sind DaVinci Resolve, Final Cut Pro, Adobe Premiere Pro und CapCut.

## Tabellarische Übersicht

Personen	Tätigkeit	Zeitraum	Status
Sinja	Neujahrsempfang filmen	18.01.26	Erledigt
Sinja (Hilfe von Maël; Vereinsmitglieder)	Ergo-WM filmen	21-22.02; 28.02.26	Erledigt
Sinja (Hilfe von Maël)	Kindertraining filmen	25.02.26	Erledigt
Sinja	Jubiläumsvideo schneiden	19.01-07.03.26	Erledigt
Sinja (Hilfe von Maël; Vereinsmitglieder)	Neue Szenen filmen	03.04.26	Erledigt
Sinja	Imagevideo schneiden	ab Anfang April	in Prozess

## 4. Fazit und Reflexion

### Aktueller Stand & Projektverlauf

Der Schnitt ist bisher noch nicht abgeschlossen. Auf Anweisung des Vereinsvorstands soll der fertige Imagefilm beim Jubiläumsfest im Juli präsentiert werden. Das gesamte Filmmaterial ist aber gedreht, die inhaltliche Richtlinie steht fest und der Schnitt schreitet stetig voran. Positiv verliefen insbesondere die Dreharbeiten, der Zugang zum Archivmaterial und die Neuentwicklung des Konzepts nach der Kursänderung.

### Verbesserungspotenzial & Kompetenzentwicklung

Rückblickend hätten ein besseres Zeitmanagement und frühzeitigere externe Unterstützung aus dem Verein dem Projekt gutgetan. Der zeitliche Aspekt war wohl der kurzfristigen Änderung des Konzepts geschuldet. Dennoch konnte ich durch das Projekt wertvolle Erfahrungen in Videoplanung, Dreh und Produktion sammeln. Die Herausforderung, ein Konzept vollständig zu verwerfen und neu zu entwickeln, haben meine Flexibilität und Kreativität gestärkt. Insofern steht das Video sinnbildlich für meinen gesamten BFD, in dem ich kontinuierlich hinzulernen konnte.

### Ausblick

Nach der Jubiläumspräsentation soll der Imagefilm vermutlich auf der Vereinswebsite veröffentlicht werden und als Werbemittel für neue Mitglieder dienen. Er soll Leistungs- und Breitensport gleichermaßen sichtbar machen und dabei Tradition und Moderne des über 125-jährigen Vereins kombinieren. Die Erstellung hat mir trotz aller Herausforderungen enorme Freude bereitet.

# Talentiade beim Berliner Ruder-Club

Bundesfreiwilligendienst Projektbericht

Leonard Kelber

## Ideenfindung:

Ich habe mich relativ lange schwer getan, mich für ein Projekt zu entscheiden. Irgendwann hat mir der Sichtungstrainer eine E-Mail des Landessportbundes Berlins weitergeleitet, mit der Einladung zur Talentiade. Die Talentiade ist ein Event, bei dem Kinder abhängig von ihrem Wohnsitz eingeladen werden, um neue Sportarten zu testen. Also es waren sowohl Kinder da, die noch keinen Sport gemacht hatten, als auch welche, die sich nach einem neuen Sport umschaute. Das klang für mich nach einem passenden Event, um nach neuen Kindern für den Club zu suchen. Die Anfängergruppe hatte noch eine Menge Kapazitäten und Rudern ist nun mal ein Sport, der leider nicht in der Mitte der Gesellschaft steht. Auf diesem Weg dachte ich, könne man in kurzer Zeit viele neue Interessenten suchen. Ein Teil meiner täglichen Aufgaben ist es die Anfängergruppe zu organisieren. Also der Kontakt mit den Eltern und die Organisation des Teams und so weiter. Also hatte ich einen thematischen Bezug dazu. Ich habe mich dann relativ schnell dazu entschieden, das zu nehmen und mich um die Organisation zu kümmern.

## Planung:

Der Sichtungstrainer schrieb zu dieser Zeit an seiner Masterarbeit, deswegen konnte ich ihn nur zu einzelnen Dingen befragen. In den Osterferien stand der alljährliche Schnupperkurs für neue Anfänger statt. Also 2 Wochen tägliches Training. Zeitlich genau eine Woche davor die Talentiade. So konnte ich den Flyer, den ich sowieso für den Schnupperkurs erstellte, dafür gleich mitbenutzen und die Kinder hatten eine perfekte Möglichkeit das Rudern dann gleich Mal auf dem Wasser zu probieren. Bei der Planung kam mir auch der LSB sehr zur Hilfe. Rudern sollte als eine der Sportarten an dem Tag eine Siegerehrung abhalten, damit den Kindern auch ein kompetitives Angebot geliefert wird. Das vereinfachte es für mich, da ich mir so nicht mehr viele Gedanken über unser Programm machen musste. Dadurch, dass ein Rennen in der Zeit stattfinden musste, war der zeitliche Ablauf der Station Rudern relativ schnell klar.

Ich musste außerdem Sichtungstrainer des LSBs werden. Das stand eh an, da ich auch an Schulkooperationen dran war, so konnte ich gleich 2 Fliegen mit einer Klappe schlagen. Das war etwas Papierkram, wobei mir da unser Sichtungstrainer sehr geholfen hat. Die Frage, wie viele Ergos wir mitnehmen würden wurde durch den begrenzten Platz im Clubbus relativ schnell eingeschränkt und so blieb ich an der Nummer 5 hängen.

## Vorbereitung:

Die Vorbereitung fand eigentlich ausschließlich am Tag davor statt. Die Flyer waren zu dem Zeitpunkt bereits im Club, damit musste ich nur noch das nötige Kleinzeug, wie Stifte, einen Tisch und ein Flagge zusammensuchen uns zusammen mit den Ergos in den Clubbus laden. Das stellte sich als kleine Challenge heraus, da auch 5 Ergos schon relativ viel Platz einnehmen und so hatte ich einige Zeit lang Tetris gespielt, bis schließlich doch alle Türen sich schließen ließen. Dann sind wir an dem Tag noch in die Sporthalle gefahren und haben die Ergos aufgestellt und uns ein wenig einen Überblick verschafft. Das war auch ganz gut, denn in fehlten dann doch noch so ein, zwei kleinere Sachen, wie Batterien, und so konnten wir das noch rechtzeitig besorgen.

## Durchführung:

Am Tag selber dann wurde es etwas stressig. Der LSB hatte dann doch einen relativ engen Zeitplan für den Tag, da die Kinder in einem Zirkel ca. 10 Sportarten kennenlernen sollten. Da musste ich mir dann mit Silvio, dem Sichtungstrainer, der mich an dem Tag netterweise unterstützt hatte, schnell einen neuen Plan einfallen lassen. Nach den ersten paar Gruppen hatten wir dann allerdings doch ein relativ solides Konzept entwickelt, mit dem alle Kinder einmal drankamen. 4 Stunden lang kamen dann alle 15min eine neue Gruppe aus 12-15 Kindern an unseren Stand, die alle in den kurzen Zeit die rudimentäre Ruderbewegung lernen mussten und ein kleines Rennen fahren mussten. Das war schon schaffbar, aber hatte schon auch eine Menge Stress. Die Kinder waren nämlich, anders als gedacht, zwischen 9 und 11 Jahren alt. Das hat uns zum einen überrascht und es etwas erschwert. Nach den ersten 4 Stunden gab es dann noch einige Zeit, in der die Eltern der Kinder zu uns kamen und sich die Flyer abholten und einige Fragen stellten. Dann war kurz Pause, bevor die Kinder des nächsten Bezirkes in die Halle strömten. Also nochmal 4 Stunden Rudern erklären, eine Siegerehrung machen und mit Eltern quatschen. Wir hatten während der gesamten Zeit so ein Klemmbrett, auf dem wir Kinder, die wir gerne

anwerben würden ankreuzen konnten. Jedes Kind trug dazu ein Laibchen mit einer Nummer drauf. So konnten wir auch unsere Interessen etwas zur Geltung kommen lassen. Grundsätzlich muss man leider eingestehen, dass Kinder in dem Alter oft noch zu Kleinigkeiten für Ruderboote sind. So suchten wir nach den Größten. Am Ende des langen Tages bauten wir dann noch ab und durften wieder mit etwas Puzzelei alles einladen und uns verabschieden.

### Nachbereitung:

Nach dem Event bekamen wir vom LSB dann eine Liste voller E-Mailadressen von Eltern. Da gab es 3 Kategorie. Einmal die, bei denen wir ein Kreuzchen gemacht hatten. Dann die, die bei uns ein Kreuzchen gemacht hatten und eine, die auf gegenseitigem Interesse beruhten. Ich bin zurzeit immer noch daran, Eltern anzuschreiben. Aber es gab auch einige, die selber auf uns zu kamen und den Schnupperkurs in den Osterferien bereits mitgemacht haben.

### Reflexion:

Im Nachhinein gucke ich recht positiv darauf zurück.

In der Planung ist mir meine fehlende Erfahrung schon aufgefallen. Gerade die Suche nach Helfen war relativ schwer und ich hatte mich zu spät gekümmert, so dass ich fast alleine geblieben wäre. Ich hätte grundsätzlich alles mit ein wenig mehr Abstand anfangen können. Aber am Ende hat doch alles geklappt, so gucke ich eigentlich ganz zufrieden zurück.

Die Vorbereitung lief ziemlich gut. Also das Aufbauen am Tag davor, half meine in Teilen nicht ganz ausreichende Planung auszubessern. So war der Morgen davor relativ entspannt.

Bei der Durchführung war der Anfang relativ holprig. Durch eine Menge Umplanungen und unerwartete Umstände mussten wir am Anfang ziemlich kreativ werden und viel mit probieren eine gute Strategie suchen. Nach einigen Runden hatten wir uns allerdings in einem recht guten Rhythmus aufgewärmt und ab da lief es eigentlich sehr rund. Natürlich gab es hin und wieder mal kleinere Ruckler, ich glaube das kann man bei der Arbeit mit Kindern in dem Alter kaum verhindern, aber alles in allem war es eigentlich eine gute Erfahrung, gerade durch den Zwang zu improvisieren und ich hatte auch das Gefühl, dass es den Kindern Spaß gemacht hat.

Insgesamt war das Ganze vielleicht nicht optimal gewählt. Das Alter der Kinder war eigentlich zu jung um wirklich nach Talenten gucken zu können. Trotzdem haben wir glaube ich ein recht großes Publikum erreicht, von dem einige vielleicht später auch noch einmal wiederkommen könnten und es ist auch nicht so, als ob jetzt keine Erfolge zu vermelden waren. Durch das kleine Rennen, konnte man viel Potenzial sehen und wir haben auf jeden Fall einige der Kinder von der Talentiade heute in der Trainingsgruppe.

Dadurch, dass das nach Bezirken ging war die Anreise zum Wannsee für manche doch zu weit. Dafür sind die Bezirke auch zu groß. Es waren aber auch nicht die optimalsten Bezirke. Dort musste man aber quasi nehmen, was da war. Die Talentiade hat vom Timing sehr gut gepasst vor dem Schnupperkurs und zu weit weg waren die Bezirke jetzt auch nicht.

Ich für meinen Teil hatte durchaus Spaß. Es war ein ganz neues Erlebnis so etwas von Vorne bis Hinten zu betreuen. Ich habe viel gelernt, über Organisation und Vorbereitung. Der Umgang mit den Kindern hat mir Spaß gemacht und Ende des Tages war ich trotz des Stresses ziemlich zufrieden.