



Ansprechpartner  
Volker Friederich

Telefon  
+49 6071 2086-21  
friederich@adh.de  
www.adh.de

## FAX- Meldung

# 4. adh-Open Ergorudern 2015

7.März 2015  
Campus der Jacobs University Bremen

Meldende Hochschule: \_\_\_\_\_



Meldeschluss: Freitag, 27. März 2015 (18.00 Uhr)  
**FAX-Nummer: 0911/3084480190**

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

**Meldende Hochschule**

Bezeichnung: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Strasse/Postfach \_\_\_\_\_

PLZ Ort \_\_\_\_\_

**Teamleitung**

Name: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Handynummer \_\_\_\_\_

**Bestätigung der Hochschule**

Hiermit wird die Meldung für \_\_\_\_ Starts (namentliche Meldung auf den folgenden Seiten) bestätigt.

Die Zahlung der Meldegelder gem. Zahlungsmodalitäten in der Ausschreibung, sowie der Verbandsabgaben für nicht Mitgliedshochschulen des adh (€ 65,- pro Teilnehmer) erfolgt in bar auf der Veranstaltung. Eine Rechnung wird ausgestellt.

**Datum, Ort****Stempel/Unterschrift**

\_\_\_\_\_

<b>Meldung #</b> _____				
<b>Rennen Nr.</b> _____		<b>Bezeichnung</b> _____		
	<b>Nachname</b>	<b>Vorname</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Hochschule</b>
<b>Pos.1</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.2</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.3</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.4</b>	_____	_____	_____	_____

<b>Meldung #</b> _____				
<b>Rennen Nr.</b> _____		<b>Bezeichnung</b> _____		
	<b>Nachname</b>	<b>Vorname</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Hochschule</b>
<b>Pos.1</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.2</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.3</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.4</b>	_____	_____	_____	_____

<b>Meldung #</b> _____				
<b>Rennen Nr.</b> _____		<b>Bezeichnung</b> _____		
	<b>Nachname</b>	<b>Vorname</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Hochschule</b>
<b>Pos.1</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.2</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.3</b>	_____	_____	_____	_____
<b>Pos.4</b>	_____	_____	_____	_____

## Wettbewerbe

### 4. adh-Open Ergorudern 2015

### 7. März Bremen

Re.	adh-open			
9	Männer	1000m		
10	Männer LG	1000m		max. Gewicht: 75kg
11	Frauen	1000m		
12	Frauen LG	1000m		max. Gewicht: 61,5kg
30a	Vierer-Team Männer	1000m	HS/WG	(4x4 Starter auf 16 Ergos)
30b	Vierer-Team Frauen	1000m	HS/WG	(4x4 Starter auf 16 Ergos)
31	Mixed-Team Achter	350m	Rgm.	(2x8 Starter auf 16 Ergos)

Gerudert wird auf Concept 2 Ruderergometern. Der Veranstalter kann Rennen zusammenlegen - die Wertung erfolgt dabei getrennt. Während des Rennens darf der Widerstand am Ruderergometer nicht verstellt werden. Die Vierer sind jeweils auf TeilnehmerInnen einer Hochschule, bzw. adh-Wettkampfgemeinschaft beschränkt. Beim Mixed-Achter sind hochschul-übergreifende Renngemeinschaften erlaubt.

#### **Einheitliche Kleidung:**

Während des Wettkampfs muss in den Mannschaftswettbewerben einheitliche Wettkampfkleidung getragen werden. Betreuer auf der Bühne sollen anhand ihrer Kleidung als Teil der Mannschaft erkennbar sein (z.B. Hemd/Polo der Hochschule). Zu den Siegerehrungen ist ebenfalls einheitliche Kleidung zu tragen.

#### **Achter/Vierer:**

Bei den Achtern und Vierern treten die Mannschaften direkt gegeneinander an. Ein Mixed-Team besteht aus mindestens 4 Frauen und 4 Männern (4w/4m). Es wird pro Mannschaft auf vier, bzw. acht Ergometern parallel gerudert. Der genaue Modus ist von der Anzahl der Meldungen abhängig.

#### **Waage:**

Leichtgewichte müssen sich zwei Stunden, spätestens eine Stunde vor dem Rennstart verwiegen lassen.