

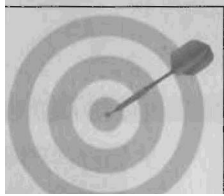
Die Frauen begreifen es meistens schneller

BI-SERIE **„MITTEN IM VEREIN“**: Im Ruderclub wird sowohl der Spitzensport als auch der Breitensport groß geschrieben

VON UNSEREM MITARBEITER
JANNIK SCHALL

GRENZACH-WYHLEN. Der Schein trägt. Ruhig liegt das Gelände des Ruderclub Grenzach da. Eine kleine Gruppe Menschen plaudert miteinander, eine Frau im Badeanzug steigt aus dem Rhein und weiter hinten ist ein Grill aufgebaut. Doch es ist auch ein Ort, an dem konzentriert und diszipliniert trainiert wird. „Im Moment ist hier nicht so viel los, es ist eben Urlaubszeit“, erklärt der zweite Vorsitzende des Vereins, Kurt Paulus. Normalerweise erscheinen auch donnerstags viele der

MITTEN
IM
VEREIN



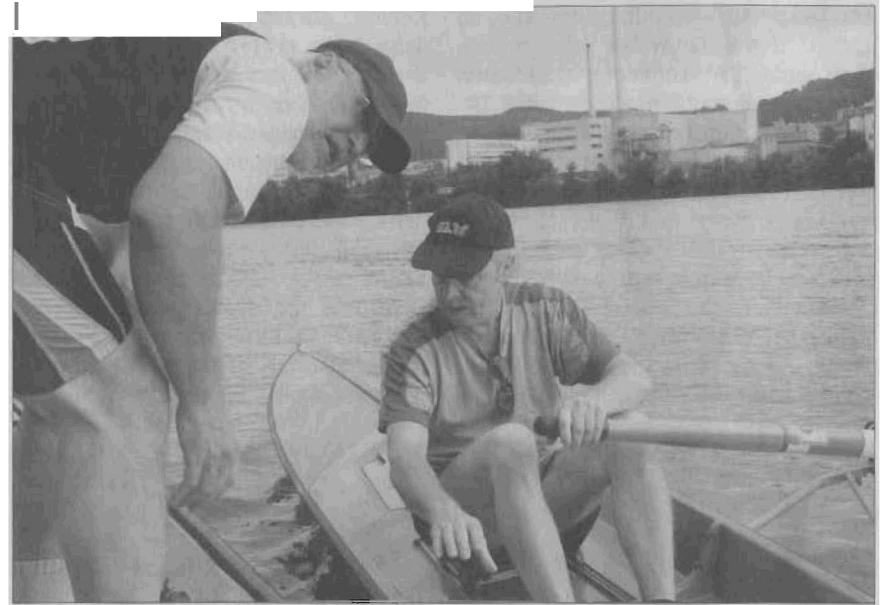
AKTIV IN GRENZACH-WYHLEN

insgesamt 200 Vereinsmitglieder zum Training. Einer ist aber an diesem Donnerstag gekommen: Peter Gehweiler. Er absolviert heute sein sechstes **Training** - zum ersten Mal darf er einen Einer fahren. Nachdem er sich an das breite Boot gezwängt hat, das wenig gemein hat mit den schnittigen Rennbooten, die weiter draußen auf dem Wasser vorbeischießen, beugt sich Paulus zu ihm runter und gibt letzte Instruktionen.

Anfangs sieht es noch etwas unsicher aus - Paulus ruft wiederholt "näher ans Ufer" - aber dann klappt es doch schon ganz gut. Ihn habe das "synchrone, lautlose dahingehen" fasziniert, begründet Gehweiler seinen Vereineintritt. Das harmonisieren einer Mannschaft in einem größeren Boot wollte er selbst erleben. Das hierfür benötigte Maß an Konzentration und Disziplin habe er jedoch unterschätzt, gibt er zu. Dennoch hat er bisher große Freude am Training. Manche lernen die grundlegende Technik schneller als andere, sagt Paulus. Tendenziell seien die Frauen aber schneller.

Vor dem Bootsschuppen hat sich eine Gruppe Physiotherapeuten versammelt. Das gehört auch dazu: Firmen oder Vereine können beim RCG zum Beispiel Drachenboot fahren. Während die eine kurze Einführung bekommen, erzählt Paulus seine eigene Geschichte - nicht ohne sich vorher vergewissert zu haben, dass Gehweiler die Ruder auch wirklich senkrecht hält. Paulus ist seit 1999 dabei. Er lief damals zufällig am Vereinsgelände vorbei und wurde neugierig. "Ich war eigentlich nicht so der Vereinsmensch", sagt Paulus. Noch im gleichen Jahr wurde er in den Vorstand gewählt.

Der Breitensport ist dem Verein wichtig, jeder soll das leisten, was er leisten kann und will. Natürlich gibt es aber sowohl beim Rudern als auch im Drachenboot ambitionierte Sportler. Der harte Kern trainiert sogar im Winter auf dem Wasser. Rund 60000 Kilometer werden



Einführung auf dem Wasser: Kurt Paulus (links) betreut Ruder-Neuling Peter Gehweiler.

FOTO: JANNIK SCHALL

jedes Jahr auf dem Wasser zurück gelegt. Paulus zeigt einen Computer, auf dem peinlich genau jede Fahrt und ihre Länge eingetragen wird. Im Hintergrund haben die Physiotherapeuten offensichtlich großen Spaß - eine junge Frau aus ihren Reihem fliegt samt Kleidung in den Fluss.

Höhepunkte des Vereinslebens sind natürlich die diversen Regatten und Drachenbootrennen. Dieses Jahr will der RCG in der Breitensportklasse eine Drachenbootmannschaft zur deutschen Meisterschaft schicken. „Jeder weiß, dass

das viel Training bedeutet“, erklärt Paulus. Um optimal vorbereitet zu sein, wird viel im Krafraum trainiert. Auch ein gemeinsames Lauftraining wird angeboten. „Rudern war mal ein elitärer Sport“, sagt Paulus, „heute kann hier jeder kommen, der Spaß an diesem Sport hat“. Er zeigt den Krafraum im Neubau und die Bootshalle, die zum Bersten gefüllt ist. Und die junge Frau liegt schon wieder im Wasser.

▶▶ Weitere Infos zum Ruderclub gibt es unter www.ruderclubgrenzach.de