

# **RVB**

**der riemenreißer**

**rudern - und mehr**



Heft 74 · Juni 2013

**INHALT**

Inhalt, Impressum .....	2
Vorwort, Memorandum .....	3
Silvesterlauf .....	4
Schwimmbad auf RVB-Art .....	4
Springe .....	5
Auf nach Mömpelgard! .....	6
Lemon Tea .....	8
Protokoll Mitgliederversammlung .....	10
Protokoll Jahreshauptversammlung ...	11
Basketballturniere .....	12
Tag der offenen Tür .....	13
Die Fulda in Berlin .....	14

**IMPRESSUM**

**Ruderverein Bismarckschule Hannover e.V.**  
An der Bismarckschule 5, 30173 Hannover

**Vorsitzender:**

Volker Rust, Meterstraße 37, 30169 Hannover

**Kassenwart:**

Michael de Beer, Im Moore 5, 30167 Hannover,  
Tel. 05 11 / 16 96 19 0

**Bankverbindung:**

Ruderverein Bismarckschule Hannover,  
Stadtsparkasse Hannover  
BLZ 250 501 80, KTO 710 989

**Spendenkonto:**

Ruderverein Bismarckschule Hannover,  
Stadtsparkasse Hannover  
BLZ 250 501 80, KTO 853 852

**Schülerruderverein Bismarckschule Hannover**

An der Bismarckschule 5, 30173 Hannover

**Vorsitzender:**

Frauke Lange, Meisenwinkel 22  
30459 Hannover

**Protector:**

Daniel Seipel, Freiligrathstraße 3  
30171 Hannover

**Pressewart:**

Simon Obert, Poggendiek 43d,  
30457 Hannover, Tel. 05 11 / 46 82 46

**E-Mail:** pressewart-srvb@rvb-hannover.de

**RVB**  
der riemenreißer  
rudern - und mehr

**Redaktionsschluss**  
für den nächsten  
Riemenreißer  
**gibt der Presse-**  
**wart bekannt!**

**Spendenaufruf**

*Sie möchten den RVB finanziell unterstützen, damit wir z.B. neue Boote anschaffen können  
oder unsere Boote aufrüsten bzw. reparieren können? Dann spenden Sie uns doch etwas Geld!*

**RuderVerein Bismarckschule · Sparkasse Hannover · BLZ 250 501 80 · Kto. Nr. 853 852**

## Das Vorwort



Liebe Ruderinnen und Ruderer,

ich hoffe, ihr wisst alle, dass ich (Simon Obert) jetzt Pressewart bin und den Riemenreißer erstelle. Hier ist er nun, der erste Riemenreißer des Jahres 2013. In diesem Reißer findet ihr die Berichte über den Silvesterlauf, Springe diesen sogar in zwei Versionen. Es folgen Berichte über die Leibspeise der RVB'ler und die Protokolle der Jahreshauptversammlung. In diesem ist die Rede von einem Bericht über die Altherren Wanderfahrt. Leider liegt dieser nur als sehr großer Bilder-Bericht vor, der die Kapazitäten dieses Reißers deutlich überschreiten würde. Ich kann euch aber bei Interesse den Link dazu weiterleiten. Zum Schluss gibt es noch die Berichte über die Basketballturniere, den Tag der offenen Tür und das Trainingslager in Berlin/Kassel alias „Berassel“.

*Simon Obert, Pressewart*

## Memorandum

Liebe RVBler,

einige Wochen sind seit dem Beginn der Wassersaison vergangen und wieder ist viel Berichtenswertes im Verein geschehen, wie Ihr auf den folgenden Seiten sehen werdet. Während ich diesen Text schreibe helfen viele Schüler bei der Durchführung des Hannover Marathons und einige Altherren bereiten auf eine Wanderfahrt mit der Barke auf der Weser vor. All diese Aktivitäten machen, neben dem Training am Bootshaus, zur Zeit unsere Vereinsleben aus. Gegen Ende der Saison stehen dann die Wettkämpfe

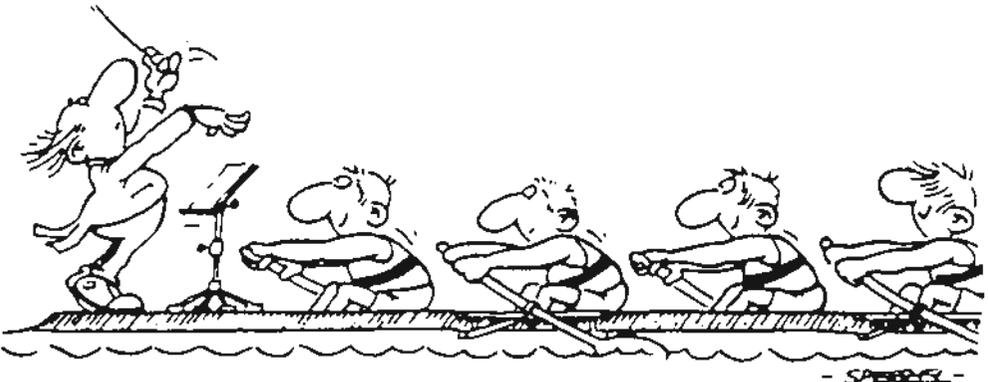
der Schüler an, doch vorher werden die europäischen Hochschulmeisterschaften ausgetragen. Mit Beteiligung des RVBs!

Es verspricht also wieder eine spannende Saison zu werden.

Beste Grüße!



*Volker Rust (1. Vorsitzender)*



## Silvesterlauf

Wir trafen uns alle hoch motiviert am Silvestermorgen um 8 Uhr am Nordufer. Als alle eingetroffen waren machten wir uns an die Arbeit. Wir stellten die Gitter auf und befestigten sie an den Bäumen damit sie nicht umfielen.

Als dieses getan war hatten wir unseren Spaß daran, einem alten Mann zuzuhören, der auf einem Fahrrad saß und uns lustige Geschichten erzählte. Der Mann war gut gebildet, denn er konnte Spanisch, Latein, Französisch und Polnisch gleichzeitig sprechen. Als der Mann nach einiger Zeit wieder fuhr, waren wir noch besser gelaunt als vorher und als wir dann noch

unsere Essensmarken bekamen, hatte dann auch der Magen gute Laune.

Als nächstes erhielten wir eine Einweisung für unseren Stand. Elena, Julian und meine Wenigkeit arbeiteten am Essens- und Getränkestand. Der Rest beschäftigte sich an der Startnummernausgabe.

Als alle Läufer gelaufen waren bauten wir die Gatter ab, banden sie von den Bäumen ab und luden sie wieder auf die Laster. Nachdem wir uns bei allen verabschiedet hatten fuhren wir gut gelaunt und mit vollen Mägen nach Hause.

*Paul-Luca Henkel*

## Schwimmbad auf RVB-Art

Am 2. Januar traf sich eine unerwartet große Horde RVBler früh am Morgen unterm Schwanz, um nach Wolfsburg zu fahren und dort in ein riesiges Schwimmbad zu gehen. Nachdem Krone die Karten für den Zug gekauft hatte (dem ich an dieser Stelle noch einmal für die Idee und die Organisation danken will), stiegen wir ein. Nach ungefähr einer halben Stunde ertönte die Lautsprecheransage, dass unsere Reise vorläufig vorbei sei, da in dem Bahnhof vor uns randaliert wird. Ein Schienenersatzverkehr sei aber in ein paar Minuten vor Ort, und wie man die Deutsche Bahn kennt, sind solche Ansagen eher als „der Schienenersatzverkehr ist in einer halben Stunde vor Ort“ zu verstehen. Also standen wir frierend an irgendeinem Bahnhof auf der Strecke Hannover-Wolfsburg und warteten mit ca. 100 anderen Leuten auf den Bus. Als der Bus dann endlich unter Jubelrufen eintraf, wollte jeder schnell ins Warme. Da im Bus aber kein Platz für 100 Leute war, rief die Fahrerin noch einen zweiten. Wir hatten aber keine Lust noch länger zu warten, weshalb wir uns beeilten, so schnell wie möglich in den warmen Bus zu kommen. Endlich am Wolfsburger Hauptbahnhof angekommen, mussten sich Krone und Simon nur noch kurz

schlau machen, welchen Bus wir zum Badeland Wolfsburg nehmen mussten. Nach einer verhältnismäßig kurzen Fahrt erreichten wir dann endlich das Badeparadies, wo ich und noch ein paar andere sich am liebsten gleich in die Fluten gestürzt hätten. Leider war da nur noch diese „kleine“ Schlange im Weg. Um es auf den Punkt zu bringen: wir standen draußen im Regen. Als wir uns dann endlich umgezogen hatten, stürzten wir uns erst einmal ins kalte Nass. Erst nachdem wir den ersten „Wellengang“ im Wellenbad überstanden hatten, konnten wir uns das riesige Schwimmbad genauer ansehen. Unser weiterer Tagesablauf sah ungefähr so aus: Wellenbad, Strudel, Rutschen und danach mehr oder weniger elegantes Turmspringen. Am meisten Spaß hatten wir eigentlich im Wellenbad, nur Wilke nicht, weil er wegen seiner Größe einfach stehen bleiben konnte, ohne dass er von den Wellen überspült wurde. Nach drei Stunden zogen wir uns um und machten uns auf den Weg zum Wolfsburger Hauptbahnhof. Die meisten von uns statteten einem uns allen bekannten Fast-food-Restaurant noch einen Besuch ab. Zurück in Hannover ging jeder seiner Wege.

*Leon*

## Springe 2013

Am Mittwoch, dem 30. Januar, gab es die Halbjahreszeugnisse, was das Startsignal für das Kennenlern-Wochenende im Landheim der Teilkampfschule war. Um 14 Uhr trafen wir uns am Bahnhof Bismarckstraße, und konnten den Zug um 14.28 Uhr nehmen! Als wir am Springer Bahnhof ankamen, wurde unser Gepäck mit dem Auto mitgenommen, und wir begaben uns in Richtung Landheim. Dort angekommen empfingen uns Simon und Max, die Springe dieses Jahr organisiert hatten (danke noch mal!).

Nachdem die Zimmer eingeteilt worden waren, richteten wir unseren Schlafplatz ein. Gegen 16.30 Uhr fand die offizielle Begrüßung statt. Jetzt hatten wir etwas Freizeit. Um 18.30 Uhr gab es Abendessen, wie immer leckere Nudeln mit Soße.

Für das diesjährige Kennenlernspiel durfte man sich etwas Klopapier nehmen und für jedes Blatt musste man etwas über sich erzählen. Nacht(ruhe) war um 21.00 Uhr. Natürlich kamen, wie jedes Jahr, wieder die Eddings mitten in der Nacht (mindestens 8 mal) in den Blauen Saal und das nicht leise, was bedeutete, dass wir nicht mehr abbekamen als sonst auch. Am zweiten Tag war die Rallye angesagt. Hier mus-

sten wir querfeldein durch den Wald, am Landheim, UND DEN BERG RAUF (nicht witzig!!!).

Im Landheim angekommen, gab es Buchstabensuppe. Abendprogramm war die Siegerehrung der Rallye. Es gewannen die Gruppen 3 und 4, die beste Geschichte schrieb Gruppe 5.

*Saug, saug, saug*

Als Preise gab es für jede Gruppe eine Dose HARI-BO, wobei eine davon dank Adams Wurfkünsten, leider dem Boden gehörte. Die Nacht(ruhe) wurde diese Nacht um eine Stunde verlängert. Natürlich wurden wir auch diese Nacht angemalt.

Am nächsten Morgen mussten wir uns mit dem Aufräumen beeilen, da noch eine andere Gruppe nach uns kam. Deshalb musste die Mitgliederversammlung auch in der kalten Turnhalle stattfinden.

Danach machten wir uns zu Fuß auf in Richtung Bahnhof. Unsere Taschen wurden wieder mit dem Auto gefahren. Um 13.03 Uhr fuhr unser Zug in den Bahnhof Bismarckstraße ein. Nun machten wir uns auf den Weg nach Hause. Diese drei Tage waren, wie jedes Jahr, ein voller Erfolg. Leider sind dieses mal keine 5.-Klässler mitgefahren. *Axel Jordan*



## Auf nach Mömpelgard!

Endlich war wieder Zeugniszeit! Wenngleich die Jahre schneller vorüberzugehen scheinen, je älter man wird – die Zeit von Springe zu Springe ist dennoch viel zu lang! Voller Vorfreude machte ich mich also auf den Weg. Und obwohl ich ziemlich spät los gekommen bin, war ich sogar noch 5 Minuten vor den anderen da und konnte den glorreichen Einzug des RVB ins Landschulheim der Tellkampfschule noch live miterleben.

Das Programm in Springe hat sich in den letzten 17 Jahren nicht verändert, denn es ist das bestmögliche aller denkbaren Programme. Die Kennenlernspiele hätte ich dieses Jahr als dienstältester Ruderer beinahe alleine machen müssen, aber zur allseits großen Freude kam Volker am Abend gerade noch rechtzeitig vorbei! Da wir diesmal etwas weniger Kinder dabei hatten als in anderen Jahren, konnten wir auch endlich mal wieder das Klorollen-Spiel spielen, ohne dass wir nebenbei an Dehydrierung starben, auch wenn Paul sich alle Mühe gab, es in die Länge zu ziehen. Jetzt wissen wir jedenfalls gegenseitig mehr über uns (und in einigen Fällen vermutlich auch mehr, als wir wissen wollten). Aber darum geht's ja auch! Ich brauche morgens übrigens 20 Minuten im Bad!

Die erste Nacht verlief wie geplant vollkommen friedlich. Die Kinder sind pünktlich so gegen halb zehn im Bett gewesen und haben zweifellos direkt und ohne Unterbrechungen bis zum nächsten Morgen durchgeschlafen. Jedenfalls habe ich das so empfunden, denn ich konnte keine Störung meiner kostbaren Nachtruhe feststellen! Am kommenden Morgen wurden wir von einer Endlosschleife: Kirsches Lieblingsliedes geweckt und während die Kinder der frühspornlichen Leibesertüchtigung nachgingen, zog ich die Beregnung meines Körpers mit warmem Wasser zum Behufe der Pflege desselben vor! So erfrischt ging es dann zum Frühstück, von dem Simon und ich allerdings nicht so viel hatten, da wir die Zeit nutzten, das obere Stockwerk mit einem Netz aus ca. 1 km Wollfaden vollzuspinnen. Leider haben wir die Stärke des Fadens über- und die Stärke der Kinder unterschätzt, sodass der Zauber nicht allzu lange währte. Nächstes Jahr Diamant-Draht, Simon!?

Das verpasste Frühstück konnten wir leider nicht nachholen, weil bereits der nächste Programmpunkt folgte: Das Aufbauen des Rallyeparcours. Dieses Jahr durfte ich nach vielen Jahren der Pause für den

abwesenden Sarnie einspringen und beim Aufbau helfen. Es gibt wenig, was ich lieber getan hätte, daher war meine Freude grenzenlos und ich war voller Motivation. Ich denke, wir haben dann dank der geballten Kreativität Kirsches, Simons und mir auch eine ganz ordentliche Rallye hinbekommen und es erstmals zu Wege gebracht, dass der Aufbau weniger lange dauerte als die Gruppen zur Bewältigung des Kurses dann brauchen sollten. High Five! Vielen Dank an alle Gruppen, die wirklich bis zur Bergspitze hinaufgeklettert sind! Nächstes Jahr verstecken wir da oben dann auch wirklich etwas Schönes. Bestimmt. Versprochen. Ganz echt, wirklich! Leider begann es nach einiger Zeit auch noch zu regnen, aber glücklicherweise hatten unsere Fahrtleiter mit der Vorbereitung warmer Buchstabensuppe der drohenden Unterkühlung etwas entgegensetzen! An dieser Stelle sollte vielleicht noch angeführt werden, dass Simon unzweifelhaft der Größte ist und jeder, der etwas anderes behauptet, auch wenn es im Versmaß liegt, ein infamer Lügenbold ist!

Der weitere Nachmittag war wie gewohnt sehr chillig und ich kam auch endlich dazu, das verpasste Frühstück mit Buchstabensuppe nachzuholen. Etwas anderes bekam ich leider nicht (\*zu Kröhne hinüberschau\*). Volker, der tagsüber leider hart arbeiten musste (sehr, sehr hart!) stieß dann am Abend nach getanem, schwerem Tagwerk wieder zu uns! Zu meiner sehr großen Freude war dazumal die Gruppe von Ehemaligen bereits auf ein erkleckliches Ausmaß angewachsen! Ich freue mich wirklich über jeden Einzelnen, der den Verein nach der Schule nicht verlässt sondern sich immer mal wieder Blicken lässt.

Es folgte nach dem gar köstlichen Abendessen (von dem böse Zungen behaupten, es würde von RTL als Vorlage für die Prüfungen der nächsten Dschungelcamp-Staffel benutzt) die Rallyeauswertung: Die Gruppe fünf mit Max als ältestem Gruppenmitglied konnte den Sieg zwar nicht erringen, aber immerhin gelang es ihm, seine sich dem Ende neigende Regentschaft vermittels eines literarischen Meisterwerkes mit dem Sieg der Geschichtenwertung zu krönen. Gut gesogen Maxi! Tatsächlich hatten wir am Ende zwei Siegergruppen, die uns beispielsweise überzeugend darlegen konnten, wieso manche Menschen vielleicht besser nicht Autofahren sollten, dass es Stockeisbären gibt, wer oder was ein Njolf ist (NJOLF!!),

wieso Psychotherapie auch für Bäume Sinn macht und dass Adam schon echt, echt alt ist (aber wenigstens bin ich nicht so dick wie Krohne, hähähä).

Die Nachtruhe wurde großzügig nach hinten verschoben, denn alle spielten gerade so schön Werwolf. War ja auch kein Problem, denn in der Nacht zuvor hatten die Kinder bekanntlich ganz ausgiebig und erholsam geschlafen! Nicht wahr, Joshi? Die Nacht verlief erneut vollkommen ereignislos. Befürchtete Rückstoß-Flugkörperschwärme hielten sich ebenso in Grenzen wie Elefantenangriffe (Nicht wahr, Julius?). Berichtenswert ist sicherlich noch, dass ein gewisser junger Herr zukünftig einen Quadratzentimeter mehr Sonnencreme auf seinem Gesicht brauchen wird. Die Welt ist erleichtert und dankt den Mutigen, die dies mit vereinten Kräften möglich gemacht haben!

Der folgende Morgen versprach, etwas hektisch zu werden, denn wir mussten ungewöhnlich früh das obere Stockwerk räumen. Letztlich lief es aber alles (natüüürllich) ganz geordnet und vollkommen stressfrei. Wie konnte ich eigentlich was anderes annehmen? Ich werde echt alt! Wir sind schließlich der beste Verein der Welt und daher war es kein Problem zwei Stockwerke die noch Stunden zuvor im Chaos versanken, innerhalb von ca. 30 Minuten mit vereinten Kräften wieder Präsentabel zu gestalten. Denn

wenngleich Chaos meistens das Resultat kreativer Beschäftigung ist und daher prinzipiell begrüßenswert, so findet doch die Landheimleitung es eher mäßig attraktiv, bei der Endabnahme des Hauses auf einer Lage Flips, Gummibärchen, Wollfäden und sonstigem Schmock dahinzugleiten. An dieser Stelle bitte ich die Eltern, solche Leistungen im Bereich der Raumpflege nicht zuhause von ihren Kindern zu erwarten. Das klappt leider nur im Rudel. Aber es ist doch schön zu wissen, dass die Kinder immerhin prinzipiell in der Lage dazu sind, Räume die sich durch ein nach oben offenes Maß von Chaos auszeichnen, effizient und zielorientiert aufzuräumen. Von der Mitgliederversammlung habe ich nicht mehr viel mitbekommen, da ich bereits auf dem Weg nach Hause war. Wenn ich heute auf meine Arme schaue, sehe ich die verblassenden Spuren der Edding-Kunstwerke und freue mich bereits sehr auf Kassel! Im Übrigen werde ich jetzt wohl beginnen müssen, Geld zurück zu legen, damit ich in 50 Jahren genug davon besitze, um das Landheim für mich rollstuhlgerecht umbauen zu lassen. Ich freue mich nämlich jetzt schon auf die nächsten 60 Jahre Springe mit dem besten, besten, besten Verein der Welt! Danke an alle!

*Der Schnypter*



# Lemon Tea

## Zeitlose Wunderessenz der Ernährungskunst

Lemon Tea, eingedeutscht weit weniger klangvoll ‚Zitronenteegranulat‘ genannt, kann zweifellos als Grundlage der Ernährung bezeichnet werden. Es gibt nahezu nichts, was diese göttliche Essenz nicht zu verfeinern vermag. Niemals könnte man alle Rezepte darstellen, die im Laufe der vergangenen 15 Jahre schon in unseren kulturellen Besitz eingebracht wurden, die beliebtesten 3 sollen aber hier vorgestellt werden.

### Für Puristen und Genießer:

#### Lemon Tea direkt aus der Dose.

Dieses Rezept funktioniert am besten mit klassischem Lemon-Tea, nicht dem, auf welchem ‚doppelte Ergiebigkeit‘ steht, da der enthaltene Süßstoff den ursprünglichen und naturidentischen Zitronengeschmack ein wenig verfälscht. Leider gibt es den klassischen fast nirgendwo mehr zu kaufen. Notfalls geht aber auch die Süßstoffvariante.

Man nehme: Eine vollständig verschlossene Packung Lemon-Tea mit unangebrochenem Frischesiegel (wichtig!). Vorsichtig wird mit dem Finger, am besten aber unter Zuhilfenahme eines ausreichend scharfkantigen Objekts (Vorsicht mit scharfen Gegenständen!), ein Loch am Rand des Frischesiegels gestochen. Dabei ist von besonderer Relevanz, dass das Loch weder zu groß, noch zu klein sei! Es darf nicht so klein sein, dass die Lemon-Tea Granulatteilchen miteinander dergestalt verkanten, dass sich ein Klumpen bildet, der der Rieselfähigkeit der Gesamtmasse negativ entgegenwirkt, gleichzeitig darf das Loch aber nicht zu groß sein, um das spätere Ansetzen und vollständige Umschließen des Loches durch die Lippen nicht unmöglich zu machen. Missglückt der Versuch, so muss das Granulat nicht weggeworfen werden, sondern kann für eines der beiden unteren Rezepte weiterverwendet werden. Geübte Lemon-Tea-Genießer können die richtige Lochgröße aber schnell sehr gut einschätzen. Ist das Loch in geeigneter Weise herbeigeführt worden, so setze man die Lippen an die Packung an und lasse das Granulat direkt in den Mund rieseln. Vorsicht ist Anfängern geboten, die sich schnell verschlucken und nicht genug Speichel nachproduzieren, um die Geschmacks-träger durch Formung eines dickflüssigen Breis zur vollständigen Entfaltung kommen zu lassen. In einer

anderen Variante der Zubereitung wird der Tea zunächst in die Hand geschüttet. Dies hat aber nicht nur einen erhöhten Reinigungsaufwand zur Folge, da meist etwas danebengeht, sondern brennt auch fürchterlich in offenen Blasen und wird daher von Profis eher vermieden.

### Für Durstige:

#### Lemon-Tea mit Sprudelwasser

Man nehme: Lemon Tea, einen Trichter (Hand, Papier, usw.), eine Flasche Sprudelwasser  
Echte Sportler bekommen häufig Durst. Glücklicherweise lässt sich profanes Wasser deutlich aufwerten, wenn man Lemon-Tea hinzugibt. Das Rezept ist ein echter Klassiker, es steht sogar auf der Rückseite der Lemon-Tea Packung. Allerdings ist weder das dort angegebene Mischungsverhältnis sinnvoll, noch der Serviervorschlag in einer Karaffe oder Amphore praktikabel. Wir mischen daher nach der althergebrachten Weise unserer Altvorderen mit einer Flasche Sprudelwasser, notfalls Leitungswasser. Der Nachteil gegenüber dem Pur-Rezept soll nicht verschwiegen werden: Der Geschmack wird nicht ganz so intensiv, weil die Aufnahmefähigkeit des Wassers irgendwann gesättigt ist und eine flussfähige Konsistenz der Lösung nicht unter Erreichung derselben Geschmacksintensität zuwege gebracht werden kann. Allerdings stillt es Durst.

Um dies zu erreichen, wird der Flasche Wasser über den Trichter Lemon-Tea zugegeben (geübte Lemon-Tea-Zubereiter werden ihre Hand oder ein gefaltetes Papier verwenden oder ähnliche Hilfsmittel gebrauchen). Vorsicht: Bei einer frischen Flasche Sprudelwasser kann die Freude des Wassers über die Lemon-Tea Beigabe zu einer übersäumenden Reaktion führen. Möchte man dies vermeiden, sollte man zunächst mit geringsten Mengen Lemon-Teas starten. Wahlweise kann der Überdruck mit gezielter Bewegung auch genutzt werden, um umstehende mit einer Lemon-Tea-Fontaine zu erfreuen! Die Menge des Lemon-Teas den man dem Wasser zugibt, ist nach oben weitgehend offen, sollte aber mindestens genug sein, dass das Wasser nicht mehr durchsichtig ist und wird von Gourmets gern bis an die Grenze der Lösungs-fähigkeit gesteigert. Das fertige Getränk mundet vor allem kalt außerordentlich gut.

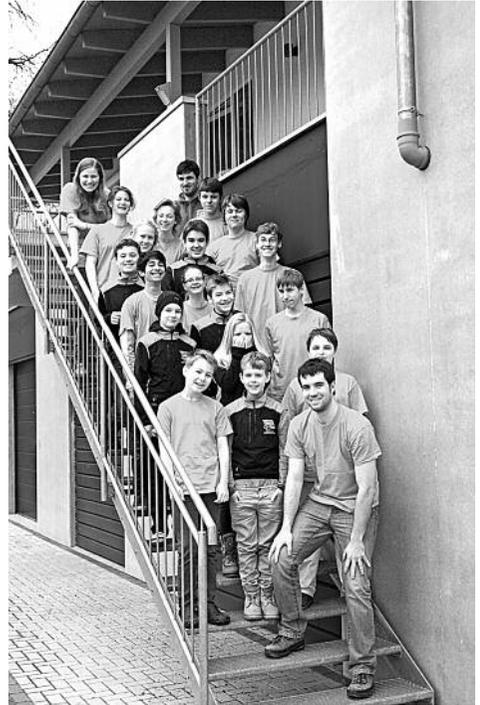
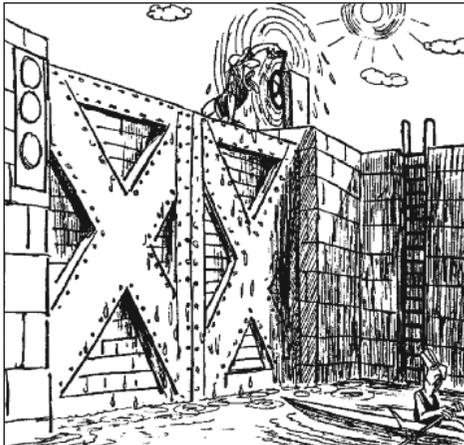
**Für Hungrige:**

**Lemon-Tea-Brötchen**

Lemon-Tea Brötchen ist vor allem in der Gegend um Kassel zu Pfingsten ein beliebtes Gericht. Die Zubereitung ist relativ einfach und da es gern im Freien gegessen wird, ist der anschließende Reinigungsaufwand vernachlässigbar. Für eine gelungene Zubereitung sollte man folgende Ingredienzien und Hilfsmittel zurecht legen.

Man nehme: Mindestens 1 Weißbrötchen (Schrippe), 50-100g Lemon-Tea, 1 Messer, etwas Streichfett (Für Rezeptvariationen, wie am Ende beschrieben werden wird, noch etwas Scheibenwurst, oder -käse, wahlweise auch Nusschneiß oder anderen Brotbelag). Das Brötchen wird zunächst längs aufgeschnitten, wie man es üblicherweise mit einem Brötchen tun würde und daraufhin dünn bis mitteldick mit Streichfett beschmiert. Beide Seiten sollten beschmiert werden. Nur mit Streichfett als Untergrund gelingt ein wahrlich meisterhaftes und gutes Lemon-Tea-Brötchen, da nur so die staubigen Eigenschaften des Lemon-Teas kompensiert werden können. Gleichzeitig dient es als Geschmacksträger und lässt den Tea ausgezeichnet an den Brötchenhälften haften.

Über die untere, sorgfältig bestrichene Brötchenhälfte, wird nun Lemon-Tea geschüttet. Die Menge variiert dabei je nach Geschmack.



Die zweite Brötchenhälfte kann zur Unterstützung bei größeren Mengen oben aufgelegt werden, wie bei einem Hamburger, und so serviert werden. Bei geringen Mengen Lemon-Teas ist es aber auch möglich, beide Hälften separat zu bestreuen einzeln zu verzehren, bzw. auf einem Teller drapiert zu servieren.

Streichfett kann nur dann weggelassen werden, wenn ein geeignetes Substitut genutzt wird, wie bspw. Nusschneiß, der eine außerordentlich gute Haftwirkung erzielt und eine angenehm Schokonussige Note hinzufügt. Das Grundrezept kann aber auch mit Käse und/oder Wurst bzw. Philadephiakäse, Leberwurst oder eigentlich jedem anderen Brotaufstrich kombiniert werden, solange für ausreichend Haftung des Lemon Teas gesorgt wird. Ihrer Phantasie sind bei der Zubereitung also keine Grenzen gesetzt! Guten Appetit!

## Protokoll der Mitgliederversammlung des SRVB vom 1. Februar 2013

Der erste Vorsitzende Max Mynter eröffnet um 10.15 Uhr die Versammlung

### Top 1 · Feststellung der Stimmberechtigten

Es sind 24 stimmberechtigte Mitglieder anwesend.

### Top 2 · Bericht des Vorstandes

*Regattawartin:* Die Regatten verliefen gut. Allerdings wurden sehr viele Einer gemeldet. Es sollte versucht werden, mehr Vierer zu melden.

*Fahrtenstatistikerin:* Drei Athleten führen dieses Jahr mehr als 1000 Kilometer. Es sollten aber vor allem die Kleineren auf das Fahrtenbuch hingewiesen werden, da sich immer noch viele nicht regelmäßig ins Fahrtenbuch eintragen.

*Bootswart:* Es mussten viele Reparaturen durchgeführt werden. Der Bootswart weist darauf hin, dass die Boote am Ende einer Trainingseinheit auch ordentlich geputzt werden sollen.

*Pressewart:* Die Bereitschaft einen Bericht zu schreiben ist vorhanden. Allerdings sollten die Berichte auch pünktlich abgegeben werden.

*Kassenwartin:* Es gab keine nennenswert hohe Ausgabenpunkte.

*Erster- und Zweiter Vorsitzender:* Das Sommerfest verlief nicht sonderlich positiv. Dennoch kann das gesamte Jahr als sehr erfolgreich betrachtet werden.

### Top 3 · Festsetzung des Mitgliederbeitrags

Der Vorschlag den Mitgliedsbeitrag von 50,- Euro beizubehalten wird einstimmig angenommen.

### Top 4 · Entlastung des Vorstandes

Eine offene Wahl wird einstimmig angenommen. Der Vorstand wird mit sechs Enthaltungen und ohne Gegenstimme entlastet.

### Top 5 · Wahl des neuen Vorstandes

*Erste Vorsitzende:* Vorschläge: Frauke Lange – mit einer Enthaltung und ohne Gegenstimmen gewählt.

*Zweiter Vorsitzender:* Vorschläge: Simon Obert und Leander Helms. Simon Obert erhält drei Stimmen, Leander Helms erhält 15 Stimmen und es gab sechs Enthaltungen. Gewählt wurde Leander Helms.

*Kassenwartin:* Vorschläge: Manja Radtke – mit vier Enthaltungen und ohne Gegenstimmen gewählt.

*Bootswart:* Vorschläge: Lars Hildebrandt – mit drei Enthaltungen und ohne Gegenstimmen gewählt.

*Pressewart:* Vorschläge: Simon Obert und Armin Djalmali. Simon Obert erhält zehn Stimmen, Armin Djalmali erhält sieben Stimmen und es gab sieben Enthaltungen. Gewählt wurde Simon Obert.

*Regattawartin:* Vorschläge: Pia Thomsen – mit einer Enthaltung und ohne Gegenstimmen gewählt.

*Fahrtenstatistikerin:* Vorschläge: Carolin Vey – mit zwei Enthaltungen und ohne Gegenstimmen gewählt.

*EDV-Wart:* Vorschläge: Sven Merseburger – mit vier Enthaltungen und ohne Gegenstimmen gewählt.

Um 11 Uhr schließt die erste Vorsitzende Frauke Lange die Mitgliederversammlung des SRVB.

*Leander Helms*

## Protokoll der Jahreshauptversammlung am 16. Februar 2013

**Ort: Jutta Pauls Cafe und Restaurant im HRC von 1880 e.V.**

Der erste Vorsitzende Volker Rust eröffnet um 19.10 Uhr die Versammlung.

**Top 1 · Feststellung der Anzahl der Stimmberechtigten**  
Von 24 anwesenden Mitgliedern sind 24 stimmberechtigt.

### Top 2 · Genehmigung des Protokolls der letzten Jahreshauptversammlung

Das Protokoll wird einstimmig angenommen.

### Top 3 · Bericht des Vorstandes

Volker Rust berichtet, dass der neue Zweier repariert

ist. Das Boot wurde im Jahr 2012 beim Zusammenstoß mit einem Segelboot beschädigt. Da das Boot noch keinen Namen hat, sind die Mitglieder aufgefordert, ihm Namensvorschläge zukommen zu lassen.



Als nächstes teilt er mit, dass das diesjährige Sommerfest ausfallen wird. Gründe hierfür sind, dass der Ruderverein der Humboldtschule anlässlich seines 100-jährigen Bestehens ein eigenes Fest veranstalten will und das im Vorstand z.Z. nicht genug Kapazitäten für die Organisation des Sommerfestes frei sind.

Bevor Volker Rust an Daniel Seipel übergibt, berichtet er noch, dass er einen Bericht von der Altherren Wanderfahrt erhalten hat, der dann im nächsten Riemenseißer auftauchen wird.



Daniel Seipel berichtet von der „Mini-Wanderfahrt“, die speziell für die 5. und 6. Klassen ausgerichtet wurde. Wie auch das Ruderlager in Kassel, lief diese Veranstaltung gut.

Abschließend wird noch Frauke Lange als neue 1. Vorsitzende der Schüler vorgestellt.



**Top 4 · Bericht des Kassenwarts**

Da Michael de Beer als Kassenwart nicht anwesend sein kann, übernimmt Konstantin Mues (Kassenprüfer) den Bericht des Kassenwarts. Konstantin Mues berichtet, dass der Überschuss in diesem Jahr höher ausgefallen ist, als im letzten Jahr. Das liegt vor allem daran, dass im letzten Jahr der neue Zweier angeschafft wurde, für dessen Reparatur der Verein die Rechnung aber noch erhält.

Außerdem gab es Probleme mit der Bezahlung der Bundesfreiwilligendienstler, die der RVB angestellt hat und mit der Bismarckschule Hannover teilt. Das Geld von der Bismarckschule Hannover wurde vom zuständigen Amt nicht rechtzeitig auf das Konto des RVB überwiesen. Trotzdem wurde vom Amt, welches für die Bezahlung der Bundesfreiwilligendienstler zuständig ist, das Geld vom Konto des RVB eingezogen.

Michael de Beer hat diesen Transfer widerrufen, bis der RVB das Geld von der Bismarckschule Hannover erhält. Der Vorstand bemüht sich derzeit um die Lösung des Problems. Die vom Vorstand geplante Anschaffung eines Motorboot Trailers ist bei aktuellem

Stand der Finanzen möglich.

**Top 5 · Bericht der Kassenprüfer**

Konstantin Mues berichtet, dass im Kassenbericht ein Beleg für eine Teilnahmegebühr am Angaria Radrennen einer RVB Mannschaft fehlt. Dieser wird aber nachgereicht. Außerdem fehlt ein Vertrag, der die Bezahlung der Bundesfreiwilligendienstler erklärt. Dieser wird von Volker Rust nachgereicht.

**Top 6 · Entlastung des Vorstandes**

Thomas Sielenkämper schlägt vor den Vorstand des RVB für das Jahr 2012 zu entlasten. Dieser Vorschlag wird von der Versammlung mit vier Enthaltungen angenommen.

**Top 7 · Wahl des Kassenprüfers**

Da Volker Neitzel nicht mehr als Kassenprüfer zur Verfügung steht, wird Philipp Böhme als neuer Kassenprüfer vorgeschlagen. In Abwesenheit wird er einstimmig für dieses Amt gewählt.

**Top 8 · Festsetzung der Mitgliederbeiträge**

Die Versammlung beschließt einstimmig, dass die Mitgliederbeiträge beibehalten werden. Volker Rust merkt noch an, dass die Befürchtung, dass durch die Beitragserhöhung viele Mitglieder austreten würden, sich nicht bewahrheitet hat.

**Top 9 · Ausschluss von Mitgliedern**

Volker Rust stellt fest, dass kein Anlass zum Ausschluss von Mitgliedern besteht.

**Top 10 · Sonstiges**

Volker Rust kündigt an, dass es einen festen Termin zur Bestellung von Vereinskleidung geben wird. Immer bis zur Jahreshauptversammlung kann Vereinskleidung bei Sebastian Krohne bestellt werden. Thomas Sielenkämper weist auf den Ehemaligenbrief Anfang des Jahres hin, der zur Besserung der Einladungs- und Informationspolitik beitragen soll. Explizit wurde darin auf das Ehemaligentreffen am 26.12. hingewiesen. Außerdem merkt Thomas Sielenkämper an, dass der RVB mehr Präsenz bei der Jahreshauptversammlung des SRVN zeigen soll. Um 20.00 Uhr schließt Volker Rust die Jahreshauptversammlung des RVB.



## Basketballturnier der Kinder

Das traditionelle Basketball-Turnier der hannoverschen Schülerrudervereine für die Jahrgänge 1999 und jünger fand dieses Jahr bei uns in der Bismarckschule statt. Am 1. März traten in der Altersklasse 1999/2000 drei Mannschaften, in der Altersklasse 2001 und jünger vier Mannschaften gegeneinander an. Nach der kurzfristigen Absage der Schillerschule wurde der Spielplan neu geschrieben, und es konnte um 14.25 Uhr losgehen. Getrennt nach Altersklassen

spielte jeder gegen jeden. Bei den älteren Schülern musste jedes Team 2 Spiele bestreiten. Am Ende landete das Team des RVB der Altersklasse auf dem dritten Platz.

In der Altersklasse 2001 und jünger gewann der RVB nach einigen spannenden Spielen. Der RVB freute sich über einen hart erkämpften Basketball und über jede Menge Süßigkeiten.

*Torm Bierwirth*



## Basketballturnier der Älteren

Wie jedes Jahr sollte auch in diesem Jahr ein Basketballturnier stattfinden. So machten wir uns also auf den Weg zur Humboldtschule, die auch in diesem Jahr wieder der Austragungsort eines epischen Ringens der Schülerrudervereine Hannovers werden sollte. Unser erklärtes Ziel war es den Sieg für den RVB einzufahren, dies gelang uns teilweise.

Wir begannen das Turnier mit dem Spiel RVB 1 gegen RVB 2 hier gewann der RVB 1 souverän mit 27 zu 4 Punkten. Zeitgleich spielten die Mädchen in der kleinen Halle. Mit einer Überzahl an 100% Chancen in den zwei Spielen, blieb der erhoffte und verdiente Erfolg leider aus.

Bei den Jungen verlief das Turnier mit viel Unglück leider nicht besser, nach 2 Minuten waren die ersten Verletzten schon wieder auf der Bank. Leicht gehan-

dicapt wurde das Spiel fortgesetzt; leider war diese Mannschaft nicht in der Lage, einen Sieg zu erringen: was zu einem ehrenwerten 4. Platz führte.

Genauso erging es auch der zweiten Mannschaft der RVBs. Die beste RVB Mannschaft war die RVB 1-Mannschaft, hier war Krohne (ca. 190 cm groß und mind. hundert Kilo schwer) der kleinste und schwächigste Spieler. Trotz der Tatsache, dass diese Mannschaft teilweise mit nur 4 Spielern spielen musste, da einer der Spieler doch etwas beherzter bei der Sache war, konnte der Sieg dieser Mannschaft nicht mehr aufgehalten werden.

Das Endergebnis sind also zwei 4. Plätze, ein 3. Platz und ein 1. Platz. Das Basketball Turnier war ein Erfolg, denn wir hatten alle Spaß und das ist ja die Hauptsache.

*Sven Merseburger*

## Tag der offenen Tür

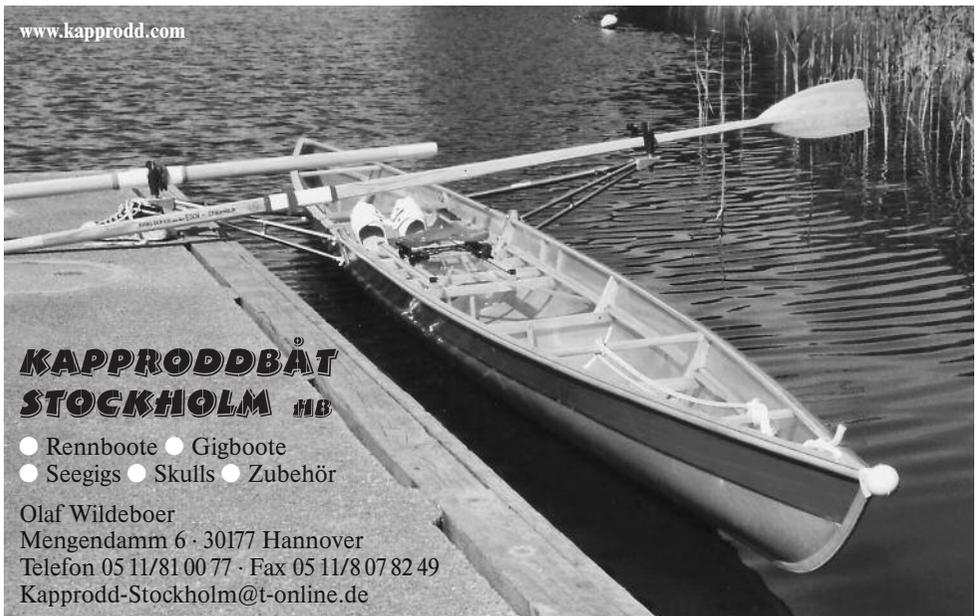
Wie jedes Jahr, fand auch dieses Jahr ein „Tag der offenen Tür“ in der Bismarckschule statt, um vor allem Viertklässlern die Chance zu geben, einen Einblick in unsere Schule zu erhaschen.

Genau das war der Anlass dafür, dass sich etliche RVBler noch nach Schulschluss in der Schule aufhielten um unseren Stand, der sich wie immer direkt vor der Aula befand, aufzubauen.

Durch die Vielzahl helfender Händen waren die Ergometer schnell hochgetragen, und bevor man sich versah, war auch schon die Leinwand für eine Bildpräsentation aufgebaut. Etwas aufwändiger gestaltete sich die anschließende Nachbearbeitung dieser, mit der Krohne kurz zu kämpfen hatte, sich das Ergebnis aber blicken lassen konnte. Positiv war auch, dass sich neben uns der Stand der Solaranlage niedergelassen hatte und unsere Präsentation mit Musik von deren Filmchen untermalte. Kurz nachdem wir auch

diesen Punkt von unserer imaginären Checkliste streichen konnten, fanden schon die ersten Grundschüler und deren Eltern den Weg zu uns. Die Ergometer waren der Hit unter den Kindern, so dass sich schnell eine lange Schlange bildete und manche von ihnen öfter fahren wollten, um eine bessere Zeit zu erreichen, als der beste Freund oder die beste Freundin. Auch sehr gut angekommen sind die frisch aus der Druckerei stammenden Flyer und der letzte „Riemenreißer“. Beides ging quasi weg wie „heiße Semmel“.

Das Abbauen danach ging fast wie von selbst, und nach gefühlten 10 Minuten war alles wieder sicher im Office verstaut. Insgesamt konnten wir eine Menge Schüler für uns begeistern und somit die Schulauswahl ein Stückchen erleichtern, so dass man als Fazit festhalten kann, dass wir uns wieder einmal gut präsentiert haben.



[www.kapprodd.com](http://www.kapprodd.com)

**KAPPRODDBÅT  
STOCKHOLM HB**

- Rennboote ● Gigboote
- Seegigs ● Skulls ● Zubehör

Olaf Wildeboer  
Mengendamm 6 · 30177 Hannover  
Telefon 05 11/81 00 77 · Fax 05 11/8 07 82 49  
[Kapprodd-Stockholm@t-online.de](mailto:Kapprodd-Stockholm@t-online.de)

## Die Fulda in Berlin

### Oder auch: Trainingslager Berlin

Traditionell fährt der RVB in den Osterferien zum Trainingslager nach Berlin. Wie aber vermutlich jeder weiß, hatten wir dieses Jahr einen sehr langen Winter und dementsprechend erschien ein Trainingslager nicht sehr sinnvoll, da der Spandauer Schifffahrtskanal zuzufrieren drohte.

So ein Trainingslager kann und soll aber nicht entfallen, da es zum einen für die Saisonvorbereitung unerlässlich ist und zum anderen man den Eltern in gewisser Weise gegenüber in der Pflicht steht. So gelang es den Organisatoren Vincent Behrens und Sebastian Krohne, 48 Stunden vor Beginn des Trainingslagers Berlin noch eine Bleibe für uns in Kassel zu finden. Besonderer Dank gilt hier Krohne, der sich mit dem Ruderverein des Wilhelmshynasiums Kassel in Verbindung gesetzt hat, so dass wir das Trainingslager an bekannter Stätte absolvieren durften, da wir auf der Grünfläche eben jenes Bootshauses über Pfingsten alljährlich unsere Zelte aufschlagen.

Viele hatten sich zwar auf Berlin gefreut, wobei das eher auf die Betreuer zutrifft, da es in deren Haus einen Kamin gibt und in Berlin die Gestaltungsmöglichkeiten zwischen den Einheiten doch zahlreicher als in Kassel sind. Nichtsdestotrotz mussten wir dieses Jahr aber nach Kassel ausweichen. Das war gar nicht so schlecht, denn dank der kürzeren Anfahrt konnten wir bereits am Ankunftsstag mit den Kindern eine Einheit fahren.

Kaum angekommen, stellten wir fest, dass der Steg

anscheinend über den Winter hinweg abgebaut worden war. Wir durften dann auf den Steg von Kurhessen Cassel ausweichen.

Nachdem alle ihr Nachtlager aufgeschlagen hatten (dies lief nach strengen Regeln ab, da der Raum nur eine begrenzte Größe hatte und wir gleichzeitig auch darin essen mussten) gab es natürlich klassisch für den ersten Abend, weil unkompliziert: Nudeln. Am nächsten Morgen musste erst einmal bei heftigem Schneefall der Steg aufgebaut werden, der normalerweise immer erst im April aufgebaut wird. Dies funktionierte dank Daniel vom RV Wilhelmshynasium super. Die Einheiten verliefen dann aufgrund der Kälte leider viel zu oft kurz und knapp. Jedenfalls kann ich das für meine Trainingsmannschaft – bestehend aus fünf Jungs – sagen. Das ist übrigens mein erstes Trainingslager, bei dem ich als Trainer dabei bin. Zwischen den Einheiten wurde sich im Schlafsack aufgewärmt oder die anscheinend viel zu munteren Kinder wagten es, sich mit den Großen anzulegen. Das endete meistens in Schlachten, die die Schlafplätze der anderen verwüsteten, und dementsprechend glich der Raum bereits nach einem Tag einem Schlachtfeld.

Das Abendessen vom Sonntag machte seinem Vorgänger vom Vortag alle Ehre, und so ging es mit dem üblichen Trainingslageressen weiter. Es gab Reis mit einer ziemlich undefinierbaren Schleimmasse und vereinzelt Bruchstücken eines Huhns.



Der Montag war wettertechnisch etwas freundlicher aber trotzdem war es a\*\*\*\*kalt, wozu der Wind sein Übriges tat. Nach der ersten Einheit rannte Krohne wie ein Irrer plötzlich auf die schneebedeckten Maulwurfshügel zu, und es sah so aus, als wollte er sie verjagen. Wir fragten ihn, was er da mache, und er sagte uns, dass er dachte, es seien Gänse. Wer also demnächst einem schneebedeckten Maulwurfshügel über den Weg läuft: Achtung, es könnten Gänse sein!

Bekanntlich sorgt man ja bei der Zubereitung von Essen für Müll. Dazu gehören auch Verpackungen für den gelben Sack. Dieser ist aber in Kassel sehr schwer zu bekommen. Nachdem wir es im DEZ (Einkaufszentrum bei Kassel) versucht hatten, schickte man uns zum Einwohnermeldeamt. Die wiederum meinten man solle es beim Wertstoffhof versuchen. In unseren Reihen wurden bereits erste Rufe laut, sich die gelben Säcke auf dem Schwarzmarkt zu besorgen, als der Mann am Wertstoffhof meinte, er könnte uns welche geben, aber nur, wenn wir nachweisen dass wir wirklich Müll entsorgen möchten und wenn wir ein Formular ausfüllten. Dabei wollten wir doch nur Müll entsorgen! So viel zur Besorgung von gelben Säcken in Kassel. Ich hoffe irgendjemand hat die restlichen Säcke für Pfingsten aufgehoben... Der Dienstag war auch immer noch kalt, und die Kinder waren kurz davor, den Kältetod zu sterben. Leider gab es schon erste Anzeichen von Ausfall und kranken Kindern. Besonders meine Trainingsmannschaft hatte damit zu kämpfen. Deshalb schien der ruderfreie Tag am Mittwoch gerade recht zu kommen. Am Mittwoch ging es also in kleinen Gruppen in die Innenstadt von Kassel. Viele waren wegen des Pfingstlagers schon sehr oft in Kassel, aber niemand wusste was es dort gab. Das einzige was wir kannten, war der Weg vom Bahnhof zur Fulda und von der Fulda zum DEZ. In der Innenstadt angekommen steuerten wir erst einmal in die warmen und trockenen Kaufhäuser und Einkaufsgalerien. Viel außer etwas essen und ein bisschen durch die Läden schauen, machten wir eigentlich nicht, da es viele Geschäfte auch in Hannover gibt. Ich weiß aber, dass Leander mit seiner Gruppe noch in ein Planetarium oder eine Sterwarte mit Museum gegangen ist. Der Rest machte sich sehr früh wieder in Richtung der Unterkunft auf. Ich schaute noch mit einigen anderen im Pfannkuchenhaus direkt an der Fulda vorbei und ich kann die Pfannkuchen, ob süß oder herzhaft, nur empfeh-



len!

Mit Abstand der freundlichste und sonnigste Tag war wohl der Donnerstag, wobei auch hier wegen Krankheiten bei vielen Trainingsmannschaften improvisiert werden musste. Zwischendurch kämpfte Leander noch mit einem Raben, der meinte, er müsse die Tüte mit den Speedclips für die Dollen aus dem Werkzeugkasten stehlen. Daraus haben wir gelernt, und der Werkzeugkasten wird zeitnah mit einer Alarmanlage ausgerüstet, und er wird bei unbefugter Benutzung Starkstromschläge verteilen.

Am Freitag sind sehr viele noch Belastungen bis zur Erschöpfung gefahren, und anschließend wurde bei Kälte bis in die Dunkelheit der Anhänger beladen.

Am nächsten Morgen ging es dann wieder zurück nach Hannover. Ein Dank gilt hier Familie Jordan, die das Motorboot nach Hannover zog.

Insgesamt verlief das Trainingslager vielleicht nicht unter optimalen Rahmenbedingungen wegen des Wetters. Aber ich finde, dass alle aus der Situation das Beste gemacht haben und dass sich jeder damit arrangiert hat. Somit war das Trainingslager eine gute Vorbereitung für die Wassersaison 2013 und ich freue mich auf das nächste Jahr. Hoffentlich in Berlin...

*Lars Hildebrand*

