

Trainingsüberprüfungen der Ruderer in Köln und Hamburg

Es berichten Trainingsleiter Ferdinand Hardinghaus und Trainer Lukas Gäßler. Die Trainingsmannschaft des WSVH hatte am Wochenende vom 16.4.-18.4.2021 eine Überprüfung des Trainingszustandes zu absolvieren.

Für Moritz Witten (U23) fand diese vom DRV organisierte Maßnahme in Hamburg auf der Regattastrecke Allermöhe statt. Julia Dyllong, Esther Böning und Clemens Issig (alle U19) mussten sich in Köln-Fühlungen der vom Landesruderverband veranstalteten Überprüfung stellen. Nach den bereits vor ein paar Wochen absolvierten Tests auf dem Ergometer, war dies für alle die erste Möglichkeit ihr Leistungsvermögen im Boot zu zeigen.

Köln-Fühlungen, U19 - 17.4.2021:

Julia und Clemens stellten sich jeweils im Zweier ohne (2-) mit ihren Partnern der Konkurrenz, während Esther im Einer antrat. Die Rennen wurden in Vorläufen über 1000 m mit dem abschließenden Final-Test über 2000 m ausgetragen. Hier war es wichtig möglichst gute Platzierungen zu erzielen, da diese, als Ranking zur Qualifikation der bundesweiten Tests in Hamburg, in der folgenden Woche gewertet wurden.

Julia Dyllong und Charlotte Hentschel (Bonner RG) JF A 2-:



Julia schildert die Testrennen aus ihrer Sicht: „Im Vorlauf über 1000 m fuhren wir auf den 4. Platz (von 5. Booten) und qualifizierten uns somit für das B-Finale. Über die 2000 m fuhren wir auf den 2. Platz, mit einer Zeit von 8:36,4. Mit dem Verlauf und dem Ergebnis vom Vorlauf sind wir nicht zufrieden. Der Start verlief noch in Ordnung, aber danach haben wir

einfach nicht unseren Rhythmus gefunden. Dementsprechend verlief das restliche Rennen nicht gut. Auf den 2000 m hat es dann deutlich besser funktioniert. Wir sind einen guten Start gefahren und haben schnell unseren Rhythmus gefunden. Die erste Hälfte ging recht schnell vorbei und wir konnten uns durch einen 10er noch einmal ein Stück von den drittplatzierten absetzen. Bis zur 1750 m Marke konnten wir unseren Streckenschlag gut halten. Der Endspurt verlief leider etwas holprig, aber dennoch gut. Insgesamt sind wir zufrieden mit unserem Ergebnis, wir müssen aber noch mutiger werden und lernen, unseren eigenen Rhythmus im Rennen zu fahren.“

Kommentar Ferdinand Hardinghaus: „Julia und Charlotte trainieren noch nicht lange zusammen. Gerade im technisch anspruchsvollen Zweier ohne sind viele Trainingskilometer wichtig, um gute Leistungen erbringen zu können. Beide zeigten dennoch eine vor allem kämpferisch gute Leistung und belegten im Ranking, nach einem 2. Platz im B Finale, insgesamt den 8. Platz von 9 Teilnehmern. Damit haben sich beide für den bundesweiten Test in Hamburg qualifiziert.“

Clemens Issig und Gerrit Schäfer (GTRV Neuwied) JM A 2-:



Clemens zum Rennverlauf: „Beim 1000 m Rennen waren wir kurz nach dem Start noch gut dabei, aber dann sind wir beide

nach ca. 400 m technisch etwas auseinandergefallen und so ins Mittelfeld gerückt. Gegen Ende konnten wir uns nochmal fangen, aber es hat dann leider doch nur für Platz 3 gereicht. Beim 2000 m Rennen lief es technisch insgesamt besser. Wir konnten beide relativ gut in einen Flow finden und konnten daher in diesem recht engen Feld gut mithalten. Alle 500 m haben wir zehn schnelle Schläge eingebaut, durch die wir weiterhin am Ball bleiben konnten. Ich habe noch gehofft, dass wir die Bonner neben uns überholen können, doch dafür hat es dann am Ende nicht mehr gereicht.“

Und Ferdinand Hardinghaus fügt hinzu: „Clemens und Gerrit rudern ebenfalls erst ein paar Wochen zusammen und konnten noch nicht sehr viele Trainingskilometer absolvieren. Deshalb gelang es den beiden nicht, in die vorderen Ränge vorzustoßen. Sie belegten im Ranking den 14. Platz von 15 Teilnehmern und starten damit nicht in Hamburg am kommenden Wochenende.“

Esther Böning JF A 1x:



Esther hatte im Vorlauf über 1000 m leider gesundheitliche Probleme bekommen und konnte ihr Leistungsvermögen nicht abrufen. Esther war sehr enttäuscht darüber, musste aber einsehen, dass die Teilnahme an dem kurz nach dem Vorlauf stattfindenden Finale unter diesen Umständen keinen Sinn macht. Esther konnte sich deshalb leider nicht für Hamburg qualifizieren. Aber Esther bleiben im Verlauf der Saison noch weitere Möglichkeiten, sich für die Nationalmannschaft zu qualifizieren.

Hamburg-Allermöhe U23 – 16.4.-18.4.2021



Moritz Witten trat in Hamburg auf der 2000 m Distanz gegen 37 Konkurrenten im Einer an. Beim Bahnverteilungsrennen am Freitag hatte Moritz schon nach 500 m unerklärliche muskuläre Probleme, so dass er sein Potenzial nicht zeigen konnte. Diese Probleme setzten sich in den folgenden zwei Rennen fort. Sehr enttäuscht musste Moritz die Tests in Hamburg abbrechen. Es muss jetzt analysiert werden wo die Ursache der muskulären Probleme von Moritz liegen. Aber auch für Moritz bleiben im Laufe der Saison noch Möglichkeiten sich für die Nationalmannschaft zu qualifizieren.

Trainer Lukas Gäbler: „Es ist natürlich ärgerlich, wenn man seine Leistung nicht zeigen kann. Allerdings war es für Moritz der erste U23 Wettkampf, daher bleiben noch genug Möglichkeiten seine Leistung zu zeigen. Letzte Woche wurde auch ein neuer Bestwert auf Ergo über 2000m eingefahren. Das müssen wir jetzt noch ins Boot bringen, indem wir die muskulären Probleme abstellen.“

Ferdinand Hardinghaus und Lukas Gäbler hoffen, dass die Pandemie im weiteren Verlauf des Jahres eingedämmt werden kann und, dass die WSVH-Athleten weiterhin die Möglichkeit haben, sich mit der Konkurrenz auf Regatten zu messen und sich gegebenenfalls für den Nationalkader zu qualifizieren.