



**RUDER-UNION ARKONA**  
Berlin -1879- e.V.

# UNIONSSPIEGEL

Gesundheitsseminar, Langstrecke Leipzig und Regatta Bremen

Heft Nr. 452  
Mai, Juni, Juli, August 2026



## Inhalt



Vorwort vom 1. Vorsitzenden zur Ausgabe Nr. 452 .....	4
Langstrecke in Leipzig .....	7
Deutsche Kleinbootmeisterschaften in München .....	8
Nudelsprint bei Hellas Titania .....	10
Erfolgreiches Regattawochenende in Berlin-Grünau .....	12
Regatta Bremen .....	14
Berliner Anrudern mit Arkona in Grünau .....	16
Start der Rudersaison 2026 .....	17
Ergebnis des Vereinswettbewerbs 2025 .....	18
Tag der Offenen Tür .....	19
Mit jedem Schlag gesünder: Rückblick auf das Gesundheitsseminar ..	20
Nutzung der Breitensportboote im Jahr 2025 weiter rückläufig .....	22
Termine Mai bis September 2026 .....	24
Einladung zur Mitgliederversammlung .....	25
Spendeneingänge .....	26
Mitgliederbewegungen .....	27
Geburtstage der Mitglieder .....	28
Vorstand und Ansprechpartner .....	30
Impressum und Kontakt .....	31

## Vorwort vom 1. Vorsitzenden zur Ausgabe Nr. 452

**Liebe Vereinsmitglieder, liebe Freunde, Eltern und Kinder, liebe Förderer,**

nun sind die ersten 4 Monate vom neuen Jahr schon wieder vorbei.  
Ich hoffe, Du hast den Winter gut überstanden.

Am 22. Februar fand unsere Jahreshauptversammlung 2026 statt. In diesem Jahr waren wieder Wahlen im Geschäftsführenden und erweiterten Vorstand. Für die Leitung Geschäftsstelle wurde Katrin Lohmann und als Vorsitzende Breitensport Sibille Pletsch gewählt. Auch im erweiterten Vorstand und bei den Funktionsstellen und Ausschüssen konnten freie Stellen neu besetzt oder Amtsträger wiedergewählt werden. Ich freue mich auf eine gute und erfolgreiche Zusammenarbeit mit den alten und neuen Amts- und Funktionsträgern.

Am 14. April fand das Gesundheitsseminar mit unserer Referentin Dr. med. Anja Lilge statt. Fazit: Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Rudern weit mehr als eine sportliche Freizeitbeschäftigung ist: Es ist ein lebenslang betreibbarer Gesundheitssport, der sowohl die physische Ausdauer als auch die psychische Regeneration nachhaltig fördert. Durch die Kombination aus umfassender muskulärer Kräftigung und Herz-Kreislauf-Training stellt es eine hervorragende Möglichkeit dar, Zivilisationskrankheiten aktiv vorzubeugen und die allgemeine Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter zu sichern. Wer die Signale seines Körpers achtet und die Sicherheitshinweise beherzigt, findet im Rudersport die ideale Formel für ein gesundes und ausgeglichenes Leben. Die beste Werbung für unsere Sportart.



Nach ungewohnt langem Winter mit Eis auf der Scharfe Lanke und am Steg konnten wir am 18.04.26 unseren Tag der offenen Tür bei fast sommerlichen Temperaturen mit Schnupperrudern durchführen. Von den knapp 70 Besuchern haben ca. 50 das Angebot des Schnupperruderns angenommen und waren begeistert. Ein Dank an alle, die dabei geholfen haben, den Besuchern unsere Sportstätte zu zeigen und die ersten Ruderschläge beizubringen. Nun sind unsere Ausbilder gefragt, um den Ruderinteressierten das Ruderhandwerk im Anfängerkurs nahe zu bringen und sie für unseren schönen Sport zu begeistern. Danke an alle, die am 18.04. die Besucher bestens betreut haben und unsere Ausbilder, die nun gefordert sind.

Am Tag der offenen Tür der Spandauer Rudervereine am 26.04.26 sind wir selbstverständlich auch mit unserem Programm dabei.

Um den Spandauern unseren Rudersport näher zu bringen und damit auch für Nachwuchs zu werben, wurde erstmalig das Gemeinsame Spandauer Anrudern der RIG-Vereine am 19.04.26 durchgeführt. In der Zeit von 11:00 bis 12:00 defilierten die Boote der Spandauer Rudervereine am Lindenufer vorbei und begrüßten die Zuschauer mit unserem Rudergruß: Hipp hipp hurra!.



Pünktlich um 11:00 Uhr standen der Bürgermeister Frank Bewig und die stellv. Bürgermeisterin und Bezirksstadträtin für Sport Dr. Carola Brückner mit Vertretern der Vereine am Lindenufer und begrüßten euphorisch die zahlreich vorbeifahrenden Ruderkameradinnen und -kameraden. Leider haben sich zu dieser Zeit nur wenige Spandauer die Beine am Lindenufer vertreten. Die extra gestalteten Flyer mit Einla-

derung zum Gemeinsamen Tag der offenen Tür konnten dann doch noch in der Fußgängerzone an Interessierte verteilt werden.

Am 14. Mai erwarten wir wieder viele Besucher an Himmelfahrt zur traditionellen LRV- Sternfahrt zu ARKONA.

Die Organisation läuft auf Hochtouren und wir freuen uns auf viele Besucher. Allen Gästen wünschen wir eine schöne Anfahrt, viel Spaß bei Musik, Essen, Trinken und Tanzen, mit guter Laune und schönstem Ruderwetter.

Zur Rudersaison 2026 wünsche ich

- den Breitensportler\*innen viele Kilometer und Zielfahrten sowie schöne Wanderfahrten,
- den Leistungssportler\*innen viele Siege und dass sie so oft wie möglich auf dem Treppchen stehen,
- unserer Jugendabteilung mit ca. 80 Mitgliedern weiterhin viel Erfolg, dass die "kleinen Arkonen" ab 18 "große Arkonen" werden und weiterhin eine gute Zusammenarbeit mit unseren Kooperations-Schulen.

Auf eine erfolgreiche unfallfreie Rudersaison 2026!

*Euer 1. Vorsitzender  
René Wilmes*

## Langstrecke in Leipzig



Am 28./29.03 fand die traditionelle Frühjahrslangstrecke in Leipzig statt. Für alle Athleten ist es die erste offizielle Standortüberprüfung und Empfehlung für die Kleinbootmeisterschaft in München.

Während Nora Peuser krankheitsbedingt abmelden musste, zeigte unser Niclas Schröder auf dem Ergometer eine solide Leistung und überzeugte auf dem 6000m mit seinem Partner René Schme-la (BRC) mit einem starkem 4. Platz auf

der Langstrecke.

Ayse Gündüz versuchte sich erstmalig bei der Testung im Costal-Bereich und konnte wertvolle Erfahrungen sammeln.

Unsere Juniorinnen Gwendolin Leishmann und Mathea Stahnke blieben im JF2- aufgrund von Steuerfehlern und Krankheiten im Vorfeld noch hinter ihren Erwartungen, wollen aber in München voll angreifen.

*Text: Mandy Reppner*

*Fotos: rowerhead, meinruderbild*



## Deutsche Kleinbootmeisterschaften in München



Vom 17. bis 19.04. fand in München die Deutsche Kleinbootmeisterschaft statt. Bei fairen Bedingungen und viel Sonnenschein ging es für alle Athleten (Junioren & Senioren) über die 2000m Strecke.

Für unsere beiden A-Kader Athleten Niclas Schröder und Nora Peuser ging es jeweils im Zweier ohne an den Start. Beide konnten sich bereits in den Vorläufen mit ihren Partner:innen eine sehr gute Ausgangslage für die Halbfinals schaffen.

Für Nora ging es nach nur 3 gemeinsamen Trainingstagen mit Anna Härtl an den Start. Zusammen konnten sie sich von Rennen zu Rennen steigern und souverän in das Finale fahren. Hier belegten sie einen guten 4. Platz, der erstmal als Ausgangslage für die weiteren Aufgaben (Weltcups) vielversprechend ist.

Niclas schaffte es mit seinem Partner

René Schmela vom Berliner Ruderclub ebenfalls souverän in das Finale. Mit einem beherzten Rennen lagen sie lange auf Medaillenposition, mussten dann aber leider doch zwei heranspurtenenden Zweiern Vorrang gewähren. Am Ende steht ein guter 4. Platz mit Luft nach oben. Auch hier bleibt es spannend, wie die Trainer nun entscheiden. Eins steht fest – Niclas möchte wieder in den Achter.

Kurzfristig hatte sich Ayse Gündüz für einen Start im Leichtgewichtseiner entschieden. Nach einem soliden Vorlauf und Halbfinale, standen die Chancen im



Finale nicht schlecht. Leider musste sie dann das Finale gesundheitsbedingt absagen.

Bei den Juniorinnen gingen Mathea Stahnke mit ihrer Partnerin Liselotte Schlitter und Gwendolin Leishmann mit ihrer Partnerin Vera Schwagrzinna an den Start. Die beiden RUA/RAW Kombis mussten bei der Langstrecke in Leipzig noch viel Lehrgeld zahlen und wollten nun in München richtig auftrumpfen. Leider gelang auch hier der erhoffte Befreiungsschlag noch nicht, dennoch konnten sich beide Kombinationen so-

wohl im Training davor als auch im Wettkampf steigern und nehmen wertvolle Erfahrung mit. Für beide ging es am Sonntag noch in die Mittelboote (Vierer ohne), um mögliche Kombinationen für die nächsten Wettkämpfe auszuprobieren.

Am Ende steht für Mathea mit Liselotte ein 2. Platz im C-Finale, also Gesamtplatz 14 und für Gwendolin mit Vera ein 2. Platz im D-Finale, also Gesamtplatz 20 zu buche.

*Text: Mandy Reppner*

*Fotos: Shotbyhille, meinruderbild*



# Nudelsprint bei Hellas Titania

Am 17.01. fand der traditionelle Nudelsprint bei unseren Nachbarn Hellas Titania statt. Mit dabei waren für die RUA-Familie unsere Nachwuchskinder, die Bundesliga Sportler\*innen sowie unsere ambitionierten Breitensportler.

Insgesamt konnten unsere Sportler\*innen stolze 7x einen Sieg einfahren, 2x den 2.Platz, 1. Den 3.Platz sowie 4x Platz 4. Außerdem wurden insgesamt sieben neue Rekorde aufgestellt:

- 1 Rekord vom Regattateam im Staffelfahren mit den meisten Wechseln
- 4 Rekorde durch die Männer vom Hauptstadtsprinter
- 1 Rekord durch Franzi und Lucia vom HavelQueen-Achter
- im Gesamtranking über alle Jahre ein hervorragender 3. Platz im Ranking

Neben spannenden Rennen sowie interessanten Gesprächen durften auch die Nudelparty zum Auffüllen der Energiespeicher nicht fehlen.

*Mandy Reppner*



### Bericht der Kinder:

Im Anschluss an die JJHV, haben sich unsere Kinder beim Nudelsprint ordentlich angestrengt und großartige Leistungen erzielt. Drei unserer Sportler\*innen konnten eine Platzierung erzielen und sich die begehrten Nudeln sichern. Das Highlight war aber der erste Platz unserer Staffel! Der Teamgeist erfüllte den Raum, während sich unser digitales Boot auf dem Bildschirm 21m vor dem Zweitplatzierten über die Ziellinie schob! Ein spannendes Kopf-an-Kopf-Rennen.

Danke an alle Sportler, Betreuer und auch an Hellas für die Organisation!

*Rebecca Weisz*



Altersklasse	Name/Team	Platz
Vierer Mix	Hauptstadtsprinter 1 (Söllner, von Zumbusch, Haack, Gawro)	1
Zweier Mix	Haupt, Haack	1
Zweier Männer	Hauptstadtsprinter (Haack, Söllner)	1
Frauen 50-59	Sibille Pletsch	1
Männer 19-26	Luis Haack (Hauptstadtsprinter)	1
Mad bis 13/14	Sarina Mutzke	2
Männer 19-26	Finn Söllner (Hauptstadtsprinter)	2
Vierer Erwachsene	Martina Banthau, Sibille Pletsch, Birte Ganz, Paula Reschke	3
Vierer Mix	Hauptstadtsprinter 2 (Wende, Röhrich, Unteutsch, Nowakow)	4
Jung bis 12	Tom Banthau	5
Jung bis 13/14	Lev Grinchenko	5
Jung bis 13/14	Raphael Ketzmar	7
Mad bis 12	Merle Ketzmar	8
Männer 27-39	Moritz Röhrich (Hauptstadtsprinter)	8
Mad bis 12	Maja Ohletz	9
Frauen 27-39	Marina de Groot	9
Männer 27-39	Jan-Niklas Schulz	10
Mad bis 12	Louisa Mutzke	11
Jung bis 13/14	Teoman Sowa	11
Männer 19-26	Valentin Schlegel	12
Jung bis 12	Alexander Steck	13
Jung bis 12	Tim Pilawa	15
Jung bis 13/14	Fiete Neitzel	15
Jung bis 13/14	Milan Wotter	19
Jung bis 13/14	Nino Schmidt-Olfusen	20
Mix Vereinsstaffel	RUA	1 (166 Wechsel)
Mix Kinder Staffel	RUA	1 (3681 Meter)
Mix Vereinsstaffel	Hauptstadtsprinter	1 (5405 Meter)
Mix Kinder Staffel	RUA	4 (23 Wechsel)
Mix Vereinsstaffel	Hauptstadtsprinter	4 (45 Wechsel)
Mix Vereinsstaffel	Hold my Langhantel/RUA	4 (5004 Meter)
Mix Vereinsstaffel	Hold my Langhantel/RUA	7 (37 Wechsel)
Mix Vereinsstaffel	RUA	9 (3864 Meter)



## Erfolgreiches Regattawochenende in Berlin-Grünau



### Edelmetall-Regen für unser Team

Am letzten April-Wochenende hieß es für unsere Ruderinnen und Ruderer wieder: „Ready – Attention – Go!“. Auf der traditionsreichen Regattastrecke in Berlin-Grünau stellten wir uns der Konkurrenz und blickten auf zwei ereignisreiche Tage mit starken Ergebnissen zurück.

### Wechselhaftes Wetter, stabile Leistungen

Das Wetter zeigte sich typisch für die Jahreszeit: Ein Mix aus frischem Wind und sonnigen Abschnitten forderte uns Athleten heraus. Während es morgens noch recht kühl war, sorgte die Sonne zwischen durch für gute Stimmung am Sattelplatz.

### Samstag: Ausdauer auf der Langstrecke

Der Samstag stand ganz im Zeichen der Langstrecke. Bei ordentlichem Wind und kabbeligem Wasser gingen insgesamt



fünf unserer Boote an den Start. Die harten Trainingseinheiten der letzten Wochen machten sich bezahlt, denn unsere Crews kamen mit den windigen Bedingungen hervorragend zurecht.

Die Bilanz des ersten Tages kann sich sehen lassen:

- 1x Gold (Raphael Ketzmar im Einer)
- 2x Silber (Teoman Sowa und Finn Lasala im Doppelzweier)

Auch die weiteren Boote erkämpften sich gute Platzierungen im Mittelfeld und sammelten wertvolle Erfahrungen auf der langen Distanz.



### Sonntag: Gold-Rausch im Einer

Am Sonntag beruhigte sich der Wind deutlich, was nahezu für ein spiegelglattes Wasser und perfekte Bedingungen in den Einer-Rennen sorgte. Unsere Skiff-Spezialisten nutzten die Gunst der Stunde und zeigten ihre technische Klasse. In packenden Bord-an-Bord-Kämpfen konnten wir gleich dreimal am Siegersteg anlegen.

Die Ausbeute des Sonntags:

- 3x Gold im Einer (Raphael Ketzmar, Tom Banthau, Finn Lasala)

Mit insgesamt vier Gold- und zwei Silbermedaillen im Gepäck blicken wir stolz auf dieses Wochenende zurück. Ein großer Dank geht an die mitgereisten Trainer und Unterstützer, die trotz der frischen Temperaturen am Ufer alles gegeben haben.

*Nino, Raphael, Teoman, Merle, Tom*



## Regatta Bremen



An Wochenende vom 09./10. Mai waren wir mit den Kindern und den B-Junior\*innen bei der Regatta in Bremen am Start. Bereits am Freitag verlief die Anreise problemlos und nach der Ankunft konnten einige von uns noch eine lockere Runde auf der Regattastrecke drehen, um ein Gefühl für die Bedingungen vor Ort zu bekommen.

Der Samstag war dann für Arkona ein richtig erfolgreicher Regattatag. Die Kinder gingen über die 2.500 m Langstrecke an den Start und konnten starke Leistungen zeigen. Raphael gewann im Einer und Finn/Teoman konnten sich den Sieg im Doppelweier sichern. Auch Nino, Illia und Sarina haben alles gegeben, wichtige Rennerfahrungen gesammelt und starke Rennen gezeigt.

Auch die B-Junior\*innen waren erfolgreich unterwegs. Über die 1.500 m Strecke konnten insgesamt vier erste Plätze und zwei zweite Plätze errudert werden. Yehor und Lilli gewannen im Achter, Ben konnte sowohl im Einer als auch im Doppelweier den ersten Platz belegen. Nika musste sich im leichten Doppelweier nach einem starken Rennen lediglich einer starken Konkurrenz

geschlagen geben und belegte einen guten zweiten Platz.

Anton konnte in seinem leichten Doppelweier in Renngemeinschaft mit dem RaW bei den schweren 2x an den Start gehen und einen dritten Platz errudern.

Auch am Sonntag hat sich Arkona wieder stark präsentiert. Yehor eröffnete den Regattatag direkt mit einem Sieg im 4-. Außerdem konnte sich Illia bei den Kindern über 700 m im Einer durchsetzen und seine Medaille bei der Siegerehrung abholen. Auch in den weiteren Rennen war Arkona vorne mit dabei: Viermal konnte der 2. Platz und dreimal der 3. Platz errudert werden.

Damit verabschieden wir uns aus Bremen und freuen uns schon auf die nächsten Regatten. Als schöne Abrundung des Wochenendes hatten wir außerdem eine tolle Jugendherberge mit Blick auf die Weser.

Insgesamt war es ein sehr gelungenes Wochenende mit vielen guten Rennen, neuen Erfahrungen und einer starken Teamleistung von Arkona.

*Lilly, Nika, Ben, Anton, Yehor*



## Berliner Anrudern mit Arkona in Grünau

Das Berliner Anrudern zum Saisonbeginn führte erstmals zur Ruder-Gemeinschaft Grünau.

Viele Ehrenamtliche hatten alles vorbereitet und sich um Kaffee, Kuchen, Gebrilltes und Getränke gekümmert. Ab 11 Uhr legten Boote aus ganz Berlin an. Es kamen sogar Ruderinnen und Ruderer aus Bamberg, Greifswald, Magdeburg und dem Ruhrgebiet. Sie alle feierten das Wiedersehen, den Ruder-

sport und das Miteinander – über Generationen und Entfernungen hinweg.

Arkona waren dieses Jahr mit 2 Booten und 9 Ruderern vertreten. Insgesamt hatten sich 60 Boote auf den Weg nach Grünau bei bestem Sonnenschein und frischen 12 Grad Höchsttemperatur gemacht. Ein schöner Start ins neue Ruderjahr.

*Andi Jahn*



## Start der Rudersaison 2026

Die Rudersaison startet traditionell mit dem Anrudern. Nur – mit welchem? Hartgesottene starten das Jahr gleich mit einem Neujahrsturern – was aber dieses Jahr bei uns aufgrund der sehr langen Eisbildung erst ab dem 1. März überhaupt möglich war.

Dann gibt es das „Gesamtberliner Anrudern“. Das fand am 11. April 2026 bei der Ruder-Gemeinschaft Grünau e.V. statt. Bernd Skoeries hatte dankenswerterweise bei den Wasserfreunden Erkner zwei Boote ausgeliehen, so dass wir bei bestem Wetter von Erkner aus über den Müggelsee, Spree und Dahme ruderten, bevor wir dann in Grünau anlegen und mit Kameradinnen und Kameraden aus anderen Rudervereinen gemeinsam die Berliner Rudersaison eröffnen konnten. Im Anschluss ruderten wir dann über den ESV Schmöckwitz und den Gosener Graben zurück nach Erkner.

Schließlich veranstaltet jeder Verein auch ein eigenes Anrudern. Doch dieses Jahr gab es eine Premiere: Am 19.04.26 fand auf eine Initiative der RIG das erste Mal ein gemeinsames Anrudern fast al-



ler Spandauer Rudervereine statt.

Arkona war mit zwei Achtern, einem Vierer und mehreren Einern unterwegs. Die Strecke verlief diesmal in Richtung Schleuse Spandau/Spreemündung, vorbei am Lindenufer, an dem die Vorsitzenden der beteiligten Vereine fleißig die extra gestalteten Infoflyer verteilten. Bezirksbürgermeister Frank Bewig und seine Stellvertreterin, Bezirksstadträtin Dr. Carola Brückner (Ressort Sport), waren ebenfalls anwesend und grüßten die vorbeirudernden Kameradinnen und Kameraden euphorisch.

Im Anschluss fanden auf dem Vorplatz die Taufe der fünf neuen Einer durch Vertreter der Jugend sowie die Verleihung des Vereinswettbewerbs 2025 statt. Vielen Dank an die Stiftung des Walter H.F. Brodkorb zugunsten der RU Arkona sowie an die Richard Motte Schröder Jugendstiftung, die die Anschaffung der Boote ermöglicht haben.

Der Wettergott meinte es übrigens allen Unkenrufen zum Trotz gut mit uns - das Anrudern sowie Bootstaufe und Verleihung fanden im Trockenen statt, kurz danach tröpfelte es leicht.

*Sibille Pletsch*

## Ergebnis des Vereinswettbewerbs 2025

### Kinder W

1. Platz	2025	Mara Viebahn	535 km
2. Platz	2025	Sarina Mutzke	492 km
3. Platz	2025	Merle Ketzmar	307 km

### Kinder M

1. Platz	2025	Paul Banthau	794 km
2. Platz	2025	Raphael Ketzmar	714 km
3. Platz	2025	Leon Heil	546 km

### Jugend W

1. Platz	2025	Lilly Herbach	1.603 km
2. Platz	2025	Johanna Ohnesorge	1.581 km
3. Platz	2025	Nika Koser	1.354 km

### Jugend M

1. Platz	2025	Paul Häber	1.400 km
2. Platz	2025	Yehor Zakharov	1.141 km
3. Platz	2025	Yaniv Baule	818 km

### Frauen A

1. Platz	2025	Mandy Reppner	2.970 km
2. Platz	2025	Louisa Neuland	890 km
3. Platz	2025	Elisabeth Mainz	849 km

### Männer A

1. Platz	2025	Max Richter	2.203 km
2. Platz	2025	Max Peters	998 km
3. Platz	2025	Valentin Schlegel	910 km

### Frauen B

1. Platz	2025	Sibille Pletsch	4.383 km
2. Platz	2025	Martina Banthau	2.365 km
3. Platz	2025	Katja Czerr	2.227 km

### Männer B

1. Platz	2025	Tobias Witting	2.332 km
2. Platz	2025	Toni Czerr	1.871 km
3. Platz	2025	Mario Walluschek	1.853 km

### Frauen C

1. Platz	2025	Annemarie van Hoof	2.336 km
2. Platz	2025	Angelika Walden	1.298 km
3. Platz	2025	Heide Wiechmann	1.119 km

### Männer C

1. Platz	2025	Arnold Hiß	4.208 km
2. Platz	2025	Wolfgang „Pepe“ Hagel	1.581 km
3. Platz	2025	Albert Zeller	1.340 km

Jörg-Gesellius-Gedächtnispreis: Martina Banthau 2.365 km

## Tag der Offenen Tür

Teilnahme am Tag der Offenen Tür 2026: 48 externe Gäste, die 21 Fahrten machten

Dieses Jahr war der Tag der Offenen Tür (18.4.2026) bei Arkona wirklich gut besucht. Bei herrlichem Wetter und das waren bis zu 21 Grad ohne Regenwolken.

- Insgesamt sind 48 Gäste in unsere Boote eingestiegen und haben erstmalig gerudert.
- Diese machten insgesamt 21 Fahrten, also auf der Rhein (6), der Alfred Schwarz (6), der Dahme (6) und mit der Lehmann (3).
- Die Beteiligung von Arkona war recht hoch, auf jeder Fahrt waren die Steuerleute und die Stabilisierer von Arkona, immerhin 25 Arkonen beteiligten sich daran.

Bernd Stöckel machte die Einteilung in die Boote, sodass jedes Boot auch immer erfahrene Steuerleute und Stabilisierer an Bord hatte, da doch von den Anfängern eine hohe Zahl von Krebsen gezogen wurden, die die Kunststoffboote gut ins Kippen brachten.

Die Rückmeldung der Gäste war ausschließlich sehr positiv, sie waren alle dankbar, dass sie die Runden auf der Scharfen Lanke mitfahren konnten. Wir werden sehen, wie viele der Gäste sich zu einem Grundkurs anmelden werden und wie viele dann auch eventuell in unseren Verein eintreten werden.

*Andi Jahn*

## Mit jedem Schlag gesünder: Rückblick auf das Gesundheitsseminar

Am 14. März 2026 fand in unserem Verein ein Gesundheitsseminar statt, das die medizinischen Potenziale des Rudersports sowie wichtige Aspekte der Sicherheit und Notfallvermeidung beleuchtete.

### Die physiologischen Vorzüge des Ruderns

Im ersten Teil des Vortrags wurde detailliert erläutert, warum Rudern ein außergewöhnlich breites Spektrum an gesundheitlichen Vorteilen vereint. Als eine der wenigen Sportarten ermöglicht es eine nahezu vollständige muskuläre Aktivierung in einem einzigen, fließenden Bewegungsablauf. Die Kraftverteilung ist dabei hocheffizient auf den gesamten Körper verteilt: Etwa 60 % der Energie werden aus den Beinen generiert, 30 % durch die Rumpfmuskulatur stabilisiert und 10 % über die Arme und Schultern übertragen.

Dieser ganzheitliche Ansatz bietet weitreichende Vorteile für den Organismus:

- Herz-Kreislauf-System: Als aerober Ausdauersport stärkt Rudern die Herzleistung, optimiert die Sauerstoffaufnahme und hilft effektiv bei der Regulierung des Blutdrucks sowie des Stoffwechsels.
- Gelenkschonende Belastung: Da die Bewegung im Sitzen erfolgt und keine Stoßbelastungen auftreten, ist die Sportart besonders gelenkschonend. Die rhythmische Be- und Entlastung fördert zudem

die Nährstoffversorgung des Gelenknorpels und wirkt degenerativem Abbau entgegen.

- Stärkung des Stützapparates: Bei korrekter Technik wird gezielt die Muskulatur der Wirbelsäule gekräftigt. Dies wirkt präventiv gegen Haltungsschäden und Rückenbeschwerden, die oft durch einseitige Belastungen im Alltag entstehen.
- Mentale Regeneration: Die Kombination aus der Bewegung in der Natur und der notwendigen Konzentration auf den Rhythmus unterstützt den Stressabbau und bietet einen effektiven Ausgleich zu mentalen Belastungen.

### Medizinische Sicherheit und Notfallmanagement

Der zweite Teil des Vortrags konzentrierte sich auf die Vermeidung und den Umgang mit medizinischen Akutsituationen. Hier wurden verschiedene Notfallszenarien durchgespielt und Erste Hilfe-Maßnahmen besprochen.

Zudem wurde die Handhabung des automatisierten externen Defibrillators (AED) praxisnah erklärt. Ziel war es, Hemmschwellen abzubauen und die Sicherheit im Umgang mit diesem lebensrettenden Gerät zu stärken. Ein AED hängt im großen Saal unseres Vereinshauses, ein zweiter AED ist mobil für Rudertourfahrten verfügbar.

### Fazit

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Rudern weit mehr als eine sportliche Freizeitbeschäftigung ist: Es ist ein lebenslang betriebbarer Gesundheitssport, der sowohl die physische Ausdauer als auch die psychische Regeneration nachhaltig fördert. Durch die Kombination aus umfassender muskulärer Kräftigung und Herz-Kreislauf-Trai-

ning stellt es eine hervorragende Möglichkeit dar, Zivilisationskrankheiten aktiv vorzubeugen und die allgemeine Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter zu sichern. Wer die Signale seines Körpers achtet und die Sicherheitshinweise beherzigt, findet im Rudersport die ideale Formel für ein gesundes und ausgeglichenes Leben.

*Dr. Anja Lilge*

## HINWEIS

### E-Mail-Adresse, Telefon oder Wohnadresse geändert?

Dann bekommt ihr keine Nachrichten mehr. Wäre doch schade!

Also informiert bitte bei Änderung der Kontaktdaten die Geschäftsstelle rechtzeitig schriftlich unter

[mitgliederverwaltung@ru-arkona.de](mailto:mitgliederverwaltung@ru-arkona.de)

*Na bitte, geht doch!*

# Nutzung der Breitensportboote im Jahr 2025 weiter rückläufig

Die Auswertung der neuesten Nutzungsstatistik unserer Breitensportboote bei Arkona ergab für das vergangene Jahr 2025 folgendes:

- Die Bootsnutzung ist weiterhin rückläufig, in 2025 etwa 9,7% unterhalb des Vorjahres und etwa 39,6% weniger als in 2019. Dies bedeutet nicht zwangsläufig, dass der gesamte Breitensport auch weniger Kilometer gerudert ist.
- Der Bootsbestand erneuert sich nur sehr langsam, wir haben immer noch 21 Boote, die älter als 25 Jahre sind und nur 12 Boote, die jünger als 25 Jahre sind.
- Es gibt nur noch ein viel gefahrenes Boot („Merkur 2x+/3x“), das mehr als 90mal im Jahr gefahren wird.
- Es gibt viele wenig genutzte Boote (also weniger als 25mal gefahren) und das sind immerhin 16 Boote, die selten aufs Wasser kommen.
- Holzboote (17) weiterhin in der Überzahl, also noch immer bei etwas mehr als der Hälfte im Bestand (Nicht-Holzboote 16).
- Pirsch (15) führt immer noch als Bootsbauer vor BBG (11).
- Es wurde nur ein Boot im Jahr 2025 verkauft („Siemens (1)“), zwei Boote entsorgt („Werner (0)“, „Stößensee (0)“) und zwei Boote liegen draußen („Werder (0)“, „Teutonia (2)“). Die Zahlen in Klammern geben die doch sehr geringen Bootsnutzungen im Jahr 2025 an.

- In der Diskussion zu einem möglichen Verkauf im Jahr 2026 sind weitere drei Boote („Teutonia (2)“, „Donau (1)“, „Willy Kantel (1)“). Die Zahlen in Klammern geben die doch sehr geringen Bootsnutzungen im Jahr 2025 an. Verkäufe benötigen selbstverständlich entsprechende Beschlüsse des Vorstands und der Mitgliederversammlung.
- Die Gesamtkilometerleistung von Arkona ist nicht Teil der Bootsstatistik. Aber für alle, die sich für diese Zahlen interessieren hier die Entwicklung der Kilometerleistungen, die ähnlich wie die Bootsnutzungen auch rückläufig ist.
- 2019 noch 149.661 km, 2020 dann Rückgang auf 112.345 km, 2021 in der Coronazeit nur noch 109.004 km, danach etwa gleichbleibend bei 2022 mit 124.642 km, dann 2023 der Tiefstand mit 98.110 km, 2024 dann wieder 115.549 km und im letzten Jahr, also 2025 genau 108.183 km.
- Ähnliches gilt für die Zahl der Erfüller des DRV Wettbewerbs, 2019 hatten wir noch 68 Erfüller, dieses Jahr haben wir nur noch 25 Erfüller. Noch schwieriger ist es mit der Zahl der Erfüller bei den Kindern und Jugendlichen, nach dem wir in den letzten Jahren in dieser Gruppe noch 15 bis 32 Erfüller hatten ist die Zahl der Erfüller im Jahr 2025 auf Null

zurückgegangen. Also auch hier die Parallele zum Rückgang der Bootsnutzungen.

Dank an Christiane und an Achim für die Führung von Efa und die Bereitstellung der Rohdaten für 2025.

Andi Jahn

Übersicht zu unseren 32 GIG-Booten bei Arkona (Stand 16.01.2026)																							
Boots-Typ GIG	Name	Halle (links, rechts)	Anzahl Fahrten in 2025		Anzahl Fahrten in 2024		Anzahl Fahrten in 2023		Anzahl Fahrten in 2022		Anzahl Fahrten in 2021		Anzahl Fahrten in 2019		Gat-tung	Baujahr (a)	Material	Boots-hersteller	Kommentar				
			Nach Corona	Nach Corona	Nach Corona	Nach Corona	Nach Corona	Nach Corona	Nach Corona	Nach Corona	Vor Corona	Vor Corona											
<b>Achter+ (3)</b>																							
8x+	Heinrich	2Re	50	43	45	64	33	14	C-Gig	1985	Holz	Pirsch											
8x+	C.F.v.S. II	verkauft	1	6	4	7	5	11	C-Gig	1977	Holz	Pirsch	verkauft										
8x/8x	Rüdiger1968 (11/25)	2Re	8						C-Gig	2025	GFK		Riemen/Skull										
8+	Union	2Li	5	17	2	6	1	3	B-Gig	1958	Holz	Pirsch											
<b>Fünfer/Vierer+ (5)</b>																							
4x+ / 5x	Günther Rühl	3Li	46	26	78	35	50	74	C-Gig	1999	GFK	BBG											
4x+ / 5x	Rhein	1Li	39	49	41	65	64	123	C-Gig	1994	GFK	BBG											
4x+ / 5x	Joachim Lehmann	1Li	32	96	90	63	47	85	C-Gig	2008		BBG											
4x+ / 5x	Saale	1Li	67	79	50	13	15	36	C-Gig	2018	GFK												
4x+ / 5x	Kalle	3Re	43	27	27	36	0	0	C-Gig	2021			Rehberg							liegt sehr tief			
<b>Vierer+ (7)</b>																							
4+/4x+	Havel (Reserve)	4Re	1	1	13	2	2	53	B-Gig	k=1997	Holz	Pirsch	Riemen/Skull										
4x+	Willy Kantel	4Re	1	0	9	3	23	79	B-Gig	1983	Holz	Pirsch											
4x+	Alfred Schwarz	3Li	41	39	19	20	6	49	C-Gig	1997	GFK	Pirsch											
4x+	Werder	draußen	0	0	1	3	0	0	B-Gig	1966	Holz	Pirsch	abgeriggert										
4x+	Donau	1Li	3	4	1	0	4	15	C-Gig	1979	Holz	Pirsch											
4x+	Stößensee	entsorgt	0	0	0	0	0	2	B-Gig	k=1982	Holz	Pirsch	entsorgt										
4+ / 4x+	Brandenburg	1Li	30	56	54	83	15	24	B-Gig	k=2018	Holz	Pirsch	Riemen/Skull										
<b>Vierer/Dreier+ (4)</b>																							
3x+ / 4x	Scharfe Lanke	2Li	44	47	44	50	15	66	C-Gig	1958	Holz	Göhr											
3x+ / 4x	Dahme	2Li	49	30	66	45	63	98	C-Gig	1992	GFK	BBG											
3x+ / 4x	Spree	1Re	57	101	76	81	78	104	C-Gig	2011	GFK/Carbon	BBG											
3x+ / 4x	Oder	1Re	67	59	43	72	65	2	C-Gig	2019	GFK/Carbon	BBG											
<b>Dreier/Zweier+ (4)</b>																							
2x+ / 3x	Teutonia	draußen	2	5	24	46	99	101	B-Gig	1980	Holz	Göhr											
2x+ / 3x	Bocksfelde	1Mi	19	40	51	32	12	14	B-Gig	1987	Holz	Pirsch											
2x+ / 3x	Merkur	1Re	96	99	78	103	195	149	C-Gig	2000	GFK	Baumgarten											
2x+ / 3x	Venus	1Re	61	66	47	41	56	61	C-Gig	2014		BBG											
<b>Zweier+ (2)</b>																							
2x+	Werner	entsorgt	0	1	0	0	1	13	B-Gig	k=1995	Holz	Pirsch	entsorgt										
2x+	Pluto	1Re	41	3	4	0	2	3	C-Gig	k=1999	Holz	BBG											
<b>Zweier/Einer+ (3)</b>																							
2x	Unterhavel	4Re	58	63	35	37	37	48	C-Gig	2010		BBG											
1x+ / 2x	Oberspree	1Li	7	30	26	43	91	105	B-Gig	1985	Holz	Pirsch											
1x+ / 2x	Saturn	1Re	45	32	53	85	146	70	B-Gig	k=1984	Holz	Göhr											
<b>Einer (4)</b>																							
1x	Grünau	1Mi	3	4	0	3	23	24	B-Gig	1980	Holz	Pirsch											
1x	Karlchen	4Li	21	6	2	6	20	15	C-Gig	1980	GFK	Pirsch											
1x	Imchen	2Mi	13	26	17	21	65	104	C-Gig	2004	Kevlar	BBG											
1x	Scharfenberg	4Re	8	6	20	10	43	41	C-Gig	2008	Kevlar	BBG											
<b>32</b>			1/15/16	3/16/13	1/16/15	1/16/15	2/14/16	4/15/13	12/21	21/12	17/16	15/11/7											
Fehlermeldungen an Andi, 0170-2170217				90	25	90	25	90	25	90	25	90	25		vor/nach 2000	Holz/	Pirsch/BBG/						
Dank an alle, die Verbesserungen gemeldet hatten.				958	1061	1020	1075	1276	1586														
Bei der Fahrtenzahl sind die Boote GRÜN gekennzeichnet, die mehr als 90 mal auf dem Wasser waren, und die Boote, die weniger als 25 mal auf dem Wasser waren sind ORANGE gekennzeichnet.				Anzahl Fahrten in 2025	Anzahl Fahrten in 2024	Nach Corona-Zeit 2023	Nach Corona-Zeit 2022	Corona-Zeit 2021	Vor Corona-Zeit 2019						(a) auch Anschaffungsjahr								

## Termine Mai bis September 2026

Datum	Veranstaltung	Uhrzeit
<b>MAI</b>		
03.05.	Weser-Marathon	
11.05.	GfV-Sitzung	18:30
14.05.	Sternfahrt: RUA	11:00 - 17:00
16./17.05.	Rüdersdorfer Frühregatta	
24.05.	Märkischer Ruderverein: Pfingstkonzert	11:00
24.05.	Voga longa (Venedig)	
31.05.	Sternfahrt FRCW	11:00
<b>JUNI</b>		
06./07.06.	Berliner Sommerregatta & Landesentscheid in Grünau; Juniorenregatta Hamburg; Tränkeumfahrt	
12.06.	Grillparty	
	Notfalltraining Wasserwacht;	09:00 -
13.06.	Sternfahrt Ruderverein Collegia RBL: 1. Renntag in Berlin-Neukölln	15:00
20.06.	Staffelrudern in Hamburg	
<b>JULI</b>		
02.07.	GV-Sitzung	18:30
04.07.	Müggelsee-Achterregatta	
08.07.	Mitgliederversammlung	20:00
11.07.	Sternfahrt „150 Jahre Rudern in Berlin“ zum LRV	10:00
11./12.07.	Werderfahrt	
25.07.	RBL: 2. Renntag in Hannover (Die Finals)	
24.-31.07.	Hollandfahrt	
<b>AUGUST</b>		
22.08.	RBL: 3. Renntag in Osnabrück	
29.08.	Sternfahrt Rahnsdorf	
<b>SEPTEMBER</b>		
05.09.	RBL: 4. Renntag in Essen-Kupferdreh; Dahmefahrt	
13.09.	Sternfahrt SRCV "Jazz'n Rowing"	
18.-20.09.	DRV Wanderrudertreffen	
19./20.09.	LRV Sternfahrt RG Wiking	10:00 - 17:00
26./27.09.	Regatta Hamburg	

## Einladung zur Mitgliederversammlung

### Einladung zur Mitgliederversammlung

am 8. Juli 2026

um 20:00 Uhr im Bootshaus

#### Tagesordnung der Mitgliederversammlung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Protokolle und Eingänge
3. Vorstellung neuer Mitglieder
4. Sportliches
5. Verwaltung
6. Beschlussfassung über Anträge
7. Termine und Veranstaltungen
8. Verschiedenes

Anträge zur Tagesordnung sind bis zum 7.06.2025 an die Geschäftsstelle einzureichen.

**Der Vorstand**

## Spendeneingänge

vom 19.12.2025 bis 12.04.2026

Spender		Betrag [€]
Piesnack	Hendrik	100,00 €
Brüning	Stefan	50,00 €
Gewinnsparen	Volksbank	6.300,00 €
Kaufhold	Wiebke	200,00 €
Kaufhold	Eva	250,00 €
Scholz	Christian	100,00 €
Toyota - Hauptstadt-Sprinter		960,04 €
Toyota - Havelqueens		472,85 €
Anonym		500,00 €
Herrmann	Daniel	300,00 €
König	Dieter	550,00 €
Bauhaus		1.767,92 €
<b>Summe</b>		<b>11.550,81 €</b>

### Wir sagen herzlichen Dank!

Die direkten Spenden und die Crowd-Funding Aktionen erbrachten seit dem letzten Unionsspiegel bis zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses dieses Unionsspiegels (12.04.2026) insgesamt 11.550,81 €. Es waren acht verschiedene Einzel-Spenden zu verbuchen und drei Eingänge über Crowd-Funding. Allen Spendern wird wiederum herzlich gedankt, ohne Eure finanziellen Beiträge würden ganz sicher viele Aktivitäten der RU Arkona nicht möglich sein.

**Bauhaus hat uns 1.767,92 Euro überwiesen**

Erfreulich: Bauhaus hat am 8.4.2026 den Betrag von 1.767,92 Euro für Einkäufe im Jahr 2025 überwiesen. Ein besonderer Dank an alle Mitglieder, die die Bauhaus-Karte beim Einkauf in den Baumärkten immer zücken und dem Verein einen doch recht erheblichen Betrag damit zukommen lassen.

*Mit rudersportlichen Grüßen  
Andi Jahn (Kassierer)*

## Mitgliederbewegungen

### Neue Mitglieder bei...

#### ... den Erwachsenen:

Jörg Irmer  
Tristan Unteutsch  
Franziska Haupt  
Moritz Röhrich

#### ... der Jugend:

Emilia Hölscher  
Jan Friedrich Anke

### Austritte bei...

#### ... den Erwachsenen:

Sylvia Tabor  
Hendrik Pießnack  
Felix Fonyó  
Enno Zschiedrich  
Fredrik Brännström  
Johannes Ziegler-Schmidt

#### ... der Jugend:

Rakim Ben Mohamed  
Niko Derr  
Emilio Häußler  
Anna Horn  
Finn Lützkendorf  
Carlo Schmidt-Olufsen  
Matej Borchers

## Geburtstage der Mitglieder

### ... im Mai

04.05. Thomas Osteroth  
 04.05. Jan-Erik Treder  
 05.05. Björn Fischer  
 05.05. Matej Borchers  
 07.05. Maja Ohletz  
 11.05. Daniel Lemke  
 13.05. Monika Czerner  
 14.05. Robert Simon  
 17.05. Heidrun Kappmeier  
 18.05. Arnold Hiß  
 20.05. Paul Banthau  
 20.05. Teoman Sowa  
 21.05. Sebastian Rudolph  
 22.05. Juliane Alberts  
 22.05. Gerhard Belmega  
 24.05. Toni Czerr  
 25.05. Jan-Niklas Schulz  
 26.05. Katrina Meyer  
 27.05. Lars Schönhoff  
**28.05. Margareta Radtke (80)**  
 29.05. Burkhard Stoy  
 31.05. Beate Brüggmann

### ... im Juni

01.06. Larissa Punzel  
 01.06. Manuel Brehmer  
 01.06. Friedrich Horn  
 02.06. Paul Weise  
 03.06. Helma Köhler  
 03.06. Joachim Bläck-Neumann  
**03.06. Werner Fromm (80)**  
 06.06. Sissi Lempp  
 07.06. Peter Nerger  
 09.06. Martina Schleicher  
 09.06. Anton Eulitz  
 11.06. Florian Fuchs  
 12.06. Juri Wiesner  
 12.06. Martina Banthau  
 12.06. Marie Heckler  
**13.06. Anja Lilge (50)**  
 13.06. Barbara Grabner  
 16.06. Antje Fischer  
 16.06. Dion Tristan Dreger  
 17.06. Illia Korzh  
 17.06. Jana Ebersberger  
 19.06. Gisela Stoy  
 21.06. Werner Köhler  
 22.06. Merlind Knaisch  
 22.06. Jörg Irmer  
 23.06. Katja Simon  
 24.06. Martin Bruckner  
 24.06. Jan Friedrich Anke  
 25.06. Johannes Melchert  
 25.06. Andreas Freudenberg  
 26.06. Christian Henke  
 27.06. Johanna Ohnesorge  
 29.06. Dagmar Stoeckel  
 29.06. Wiebke Kaufhold  
 30.06. Harald Radtke

### ... im Juli

01.07. Jochen Rößler  
 02.07. Bernd Daehn  
 02.07. Nik Heintzkill  
 03.07. Martina Jaensch  
 04.07. Thomas Rösler  
**05.07. Silvia Biedermann (75)**  
 06.07. Céline Aubry  
 08.07. Dirk Dreier  
 09.07. Paul Rocco Häber  
 10.07. Thomas Depkat  
 11.07. Valentin Schlegel  
 13.07. Marcel Hinz  
 14.07. Bernd Zerban  
 14.07. Oliver Kraatz  
 14.07. Louisa Mutzke  
 16.07. Reiner Ohm  
 17.07. Michael Tack  
 18.07. Maximilian Alexander  
 20.07. Luca Nowakowski  
 20.07. Katrin Lohmann  
 21.07. Reinhard Soika  
 27.07. Mara Hanna Viebahn  
 29.07. Louisa Neuland  
 30.07. Ursula Feldner  
 30.07. Noah Winau  
 30.07. Jona Luis Otte

### ... im August

02.08. Lilly Sophie Herbach  
 03.08. Michael Düser  
 03.08. Jens Korn  
 04.08. Gwendolin Leishman  
 05.08. Daniel Schmedes  
 06.08. Jessica Jabin  
 06.08. Ayse Gündüz  
 06.08. Wei Sun  
 07.08. Paul Röger  
 08.08. Max Lilge  
 10.08. Thomas Richter  
 10.08. Julien Escher  
 12.08. Susanna Melchert  
 13.08. Elian Otte  
**14.08. Jutta Zellmer-Krause (80)**  
 17.08. Johann Gaffal  
**18.08. Holger Grotefendt (60)**  
 19.08. Lukas Stein  
 19.08. Amita-Sophia Baer  
 20.08. Luna Ehlers  
 20.08. Charlotte Müller  
**20.08. Inken Schoop (60)**  
 24.08. Klaus Köpke  
 24.08. Tom Ole Banthau  
 24.08. Jenny Schneider  
 25.08. Rafael Garelli  
 25.08. Jan Paul Peters  
**26.08. Dieter König (90)**  
 27.08. Irene Thiede  
 28.08. Bernd Schulze  
 31.08. Lisa Hellmers

*Happy Birthday!*

## Vorstand und Ansprechpartner

### Geschäftsstelle und Postanschrift

Katrin Lohmann  
Scharfe Lanke 71  
13595 Berlin  
Telefon: 0163- 8851632  
E-Mail: office@ru-arkona.de

### Erster Vorsitzender

René Wilmes: 0176 - 32970278  
E-Mail: vorsitz1@ru-arkona.de

### Stellvertr. Vorsitzender Verwaltung

Stefan Paprocki: 0172 - 1815809  
E-Mail: verwaltung@ru-arkona.de

### Stellvertr. Vorsitzender Breitensport

Sibille Pletsch: 0151 - 40378873  
E-Mail: breitensport@ru-arkona.de

### Stellvertr. Vorsitzender Leistungssport

Mandy Reppner: 0179 - 959 32 37  
E-Mail: leistungssport@ru-arkona.de

### Finanzen

Katja Czerr: 0151 - 14 73 95 64  
E-Mail: finanzen@ru-arkona.de

### Leiter der Jugendabteilung

Sebastian Müller: 030 - 70 08 17 52  
E-Mail: jugendleitung@ru-arkona.de

### Stellvertr. Jugendleitung

Rebecca Weisz: 0152 - 31887030

### Ehrenvorsitzende

Ingrid Weisbrodt: 030 - 8346344

### Mitgliederverwaltung

Thomas Osteroth: 0162-183 26 26  
E-Mail: mitgliederverwaltung@ru-arkona.de

### Kassierer

Andreas Jahn: 0170-217 0 217  
E-Mail: kassierer@ru-arkona.de

### Pressewartin

Allegra Lorenz: 0170 - 287 19 07  
E-Mail: redaktion@ru-arkona.de

### Webmaster

Thomas Osteroth: 0162-183 26 26  
webmaster@ru-arkona.de

### Hauswarte

Michael Moszeik: 03322 - 21 36 88  
Arnold Hiß: 0175 - 5537336

### Ruderwarte / Rennruderwarte

Sibille Pletsch: 0151 - 40 37 88 73  
Katja Simon: 0177 - 79 57 418  
Frank Zimmer: 0177 - 349 25 80  
Mario Walluschek: 0170 - 481 39 88  
Jan-Niklas Schulz: 0157 - 57 33 26 32  
Sergej Valojitch - 0174 - 25 62 29 55  
Wolfgang Hagel „Pepe“ - 0176 - 83 76 00 87  
Louisa Neuland: 0162 - 458 32 96  
Ann Laube: 0176 - 72 84 01 65  
Toni Czerr: 0173 - 829 22 25  
Stefan Schottroff: 0176 - 56 74 12 00

## Impressum und Kontakt

### Aktuelle Ausgabe Nr. 452

#### Vereinshaus/Geschäftsstelle

Katrin Lohmann  
Scharfe Lanke 71  
13595 Berlin  
E-Mail: office@ru-arkona.de

### Telefonnummern

Vereinshaus: 030 - 361 13 13  
Fahrtenpult: 030 - 70 08 17 51  
Jugendraum: 030 - 70 08 17 53  
Gastronomie: 030 - 70 08 17 55

### Bank- und Spendenkonto

IBAN: DE68 1001 0010 0074 2601 03  
BIC: PBNKDEFF

### Spendenkonto Stiftung

IBAN: DE89 1007 0124 0312 0888 00  
BIC: DEUTDEDB101

### Herausgeber

Ruder-Union Arkona Berlin -1879- e.V.

### Redaktion und Layout

Allegra Lorenz

### Vertrieb

Michael Rehder

### Druckerei

dbusiness.de | Eine Marke der MOTIV  
OFFSET NSK GmbH  
Grenzgrabenstraße 4  
13053 Berlin

*Der Unionsspiegel erscheint 3 mal im Jahr mit einer Auflage von 420 Exemplaren.  
Der Bezug ist für Mitglieder kostenlos.*

## HINWEIS



**Redaktionsschluss** für die nächste Ausgabe 453 ist der **31. Juli 2026**.  
Beiträge und Fotos separat bitte in **möglichst hoher Auflösung** senden an

**redaktion@ru-arkona.de**

Hinweis: Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Vorstands wider.

## Unsere Hausstrecken

**Hausstrecke – Standard**  
Für die täglichen Ausfahrten. Obleute dürfen Boote selbständig führen.

**Hausstrecke – Erweitert**  
Für Tagesfahrten bspw. in die Oberhavel, Moorlake, Heilandskirche, Meierei, Freundschaftsinsel, Wannseeumfahrt. Obleute dürfen Boote selbständig führen.

**Trainingsstrecke RU ARKONA-Breitehorn (Westufer)**  
Vorqualifizierte Obleute-Anwärter können zu Trainingszwecken in Sichtweite eines Trainers oder ernannten Verantwortlichen das Boot selbständig führen.

**Ausflugsziele**

