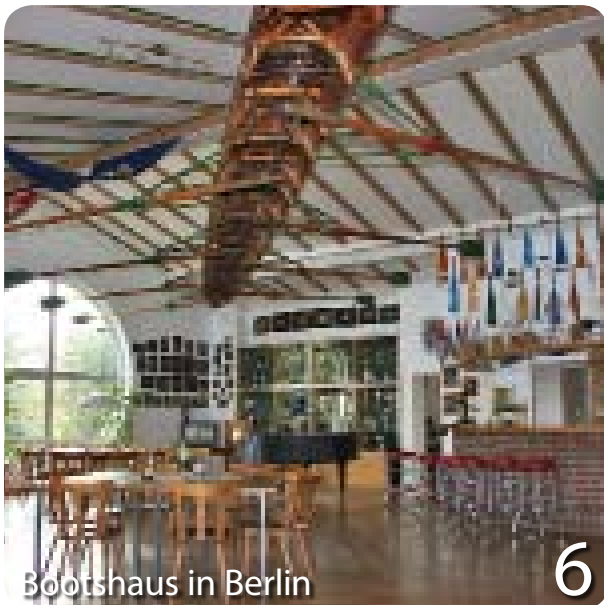




Wanderfahrt in Schweden 14



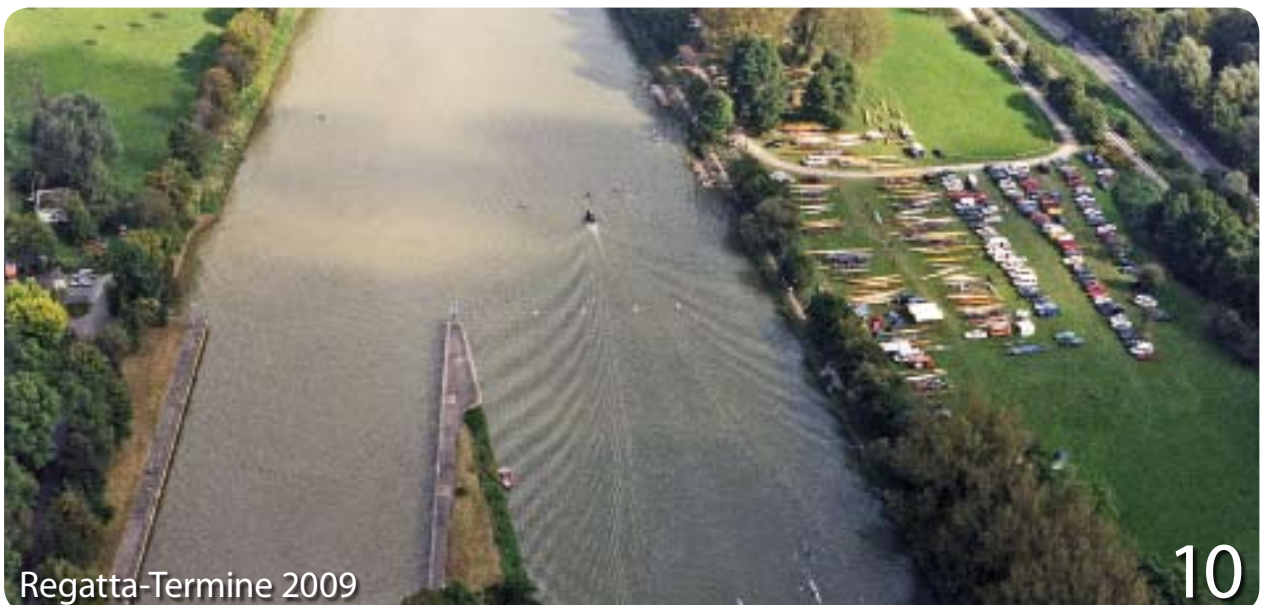
Winter-Lehrgang 34



Boots Haus in Berlin 6



Ergo-Rennen 8



Regatta-Termine 2009 10

Meinung & Kommentare

Arno Boes	
Ein guter Start	3
Stilfragen	26
Neufassung DRV-Grundgesetz	28

Leistungssport

Ergometer-Cup in Kassel	8
Michael Hehlke	
Ergo-Rennen in Berlin	8
Regatta-Termine 2009	10
Int. Regatten 2009	44

Nachrichten, Infos, Personalien

Nachrichten	6
Aus den Landesverbänden	22
Tag des Rudersports 2009	24
59. Deutscher Rudertag	25
Cora Zillich	
Ruder-Neuigkeiten aus aller Welt	38
Hanns Fuchs	
Die Schweizer Seite	43

Titelbildfoto von Stefan Biastock
 Das Land der „Tausend Schleusen“, aber auch der weiten Wasserflächen, erlebten die Wanderfahrer in Schweden.

Wanderrudern & Breitensport

Stefan Biastock	
Wanderfahrt in Schweden	14
Ilse Ludwig	
Über den Bodensee	19
Wanderruder-Service	20

Tipps & Praxis

Regina Finger, Anne Peter, Bernhard Reinhold, Fabian Schmidt	
Fantasy- und Rollenspiele	30
Volker Müller	
Winter-Lehrgang	34
Termine / Vorschau	42

ANZEIGE

**Rudertechnik für Erwachsene
 Seminare (Theorie und Praxis)
 Personal Training**

- Theorie und Praxis einer optimalen Rudertechnik
- Übungen zur Ausprägung eines effizienten Rudertechniken
- Fehleranalysen und Korrektur mittels Videoaufnahme
- Durch Verankerung der Rudertechnik zum Erfolg

Die Schwimmer finden am Stützpunkt in Koblentz statt, oder wir kommen auf Wunsch in Ihren Verein!

Es steht ein Team ausgebildeter Trainer zur Verfügung, die im Spitzensport mit Ihren Sportlern oder als Aktive internationale Erfolge erzielen konnten.



**Informationen und Buchung: www.lets-row.com
 Mail: info@lets-row.com. Tel: 02 61 19 22 28 00**

Die nächste RM-Ausgabe erscheint am 27. Februar 2009

Impressum

Das Rudermagazin – Die unabhängige Zeitschrift für Freizeit- und Leistungsrudern
 Ausgabe Februar 2009, 23. Januar 2009
 1. Jahrgang
 Verlag: Limpert Verlag GmbH · Industriepark 3 · 56291 Wiebelsheim
 Telefon: (06766) 903-160 · Telefax: (06766) 903-360
 Redaktion u. Anzeigenverwaltung:
 abo-media, Tannenstr. 11, 56283 Halsenbach
 Telefon: (06747) 96 29 15 · Telefax: (06747) 95 29 13
 E-Mail: rudermagazin@abo-media.de
 Verantwortlicher Redakteur: Arno Boes
 Anzeigendisposition: Silke Müllen
 Durchwahl: (06766) 903-246
 Aktuelle Anzeigenpreisliste: 1 vom 1. Jan. 2009
 ISSN 1867-4895
 Gestaltung und Satz: Rolf Heisler, Jörg Renfordt, Julia Schiwiek
 Druck: Druckerei Chmielorz GmbH · Ostring 13 · 65205 Wiesbaden

Der Jahresbezugspreis beträgt € 49,50 zzgl. Versandkosten € 9,95 (Inland) bzw. € 22,40 (Ausland)
 Jugendabo: € 42,50 zzgl. Versandkosten · Einzelheft € 4,80,
 Das Rudermagazin erscheint zwölfmal im Jahr jeweils monatlich.

Kein Rechtsanspruch bei Behinderung der Lieferung.
 Eine Kündigung des Abonnements muss spätestens zwei Monate vor Ablauf des Bezugszeitraumes erfolgen.
 ALLE RECHTE VORBEHALTEN

Konten: Postbank Frankfurt/M. · 565 45-603 · (BLZ 500 100 60)
 Wiesbadener Volksbank · Kto.-Nr. 151 921 00 · (BLZ 510 900 00)

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Leserbriefe und Fotos wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung, Änderungen und Kürzungen sowie die Honorierung vor. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Schriftleitung und unter vollständiger Quellenangabe gestattet. Die mit dem Namen des Verfassers gezeichneten Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für solche Veröffentlichungen übernimmt die Redaktion keine Haftung und Verantwortung. Durch Annahme eines Manuskriptes erwirbt der Verlag das ausschließliche Recht zur Veröffentlichung.