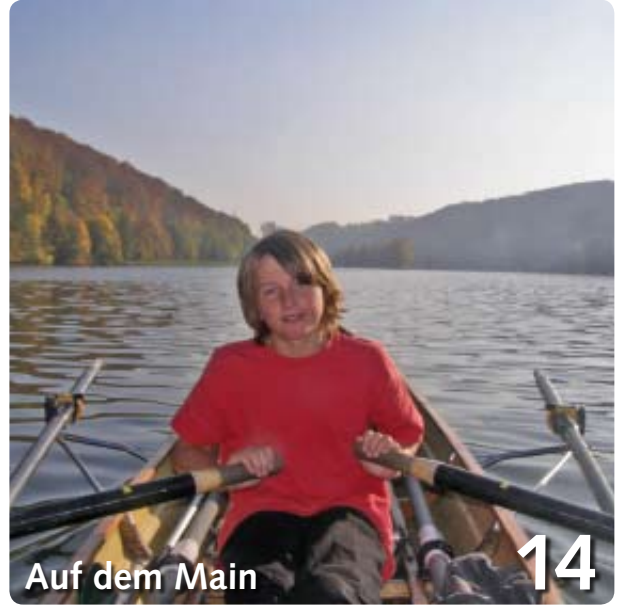




Rudertag in Oldenburg **8**



Auf dem Main **14**



Aus den Vereinen **6**



Neues aus Dortmund **32**



Tagungen in den Ländern **36**

## Meinung & Kommentare

Arno Boes	
<b>Viel Wind um Nichts?</b>	<b>3</b>

## Leistungssport

<b>Der Weg zum Trainerschein</b>	<b>19</b>
<b>Trainervorbild Karl Adam</b>	<b>24</b>
<b>Krafttraining</b>	<b>26</b>
<b>Vorschau Hügel-Regatta</b>	<b>30</b>
<b>WM-Kandidat Brandenburg</b>	<b>31</b>
Carsten Oberhagemann	
<b>Neue Strukturen in DO</b>	<b>32</b>
Detlev Seyb	
<b>Talentiade in Essen</b>	<b>34</b>
<b>Der neue Frauen-Achter</b>	<b>U IV</b>

## Nachrichten, Infos, Personalien

<b>Nachrichten aus den Vereinen</b>	<b>6</b>
<b>59. Deutscher Rudertag</b>	<b>8</b>
<b>Personalien</b>	<b>12</b>
Hanns Fuchs	
<b>Die Schweizer Seite</b>	<b>18</b>
<b>Aus den Ländern</b>	<b>36</b>
Cora Zillich	
<b>Ruder-Neuigkeiten aus aller Welt</b>	<b>42</b>

## Wanderrudern & Breitensport

<b>Auf Main und Rhein</b>	<b>14</b>
Wolfgang Hennig	
<b>Langstrecke in Genf</b>	<b>17</b>

## Tipps & Praxis

Hagen Wulff	
<b>Übungen mit dem Pezzi-Ball</b>	<b>20</b>
<b>Das Clicko-System</b>	<b>29</b>
Eberhard Nabel	
<b>Richtlinien Sicherheit</b>	<b>38</b>
<b>Termine/Vorschau</b>	<b>41</b>

ANZEIGE

### Titelbild:

Mit der neuen Saison haben sich auch im LZ Dortmund neue Konstellationen ergeben.

Foto: R. Kosecki

Die nächste RM-Ausgabe erscheint am 1. Mai 2009

### Impressum

Das Rudermagazin – Die unabhängige Zeitschrift für Freizeit- und Leistungsrudern  
Ausgabe April 2009, 3. April 2009  
1. Jahrgang  
Verlag: Limpert Verlag GmbH · Industriepark 3 · 56291 Wiebelsheim  
Telefon: (06766) 903-160 · Telefax: (06766) 903-320  
Redaktion u. Anzeigenverwaltung:  
abo-media, Tannenstr. 11, 56283 Halsenbach  
Telefon: (06747) 95 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  
ISSN1867-4895  
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.