



Meinung & Kommentare

Arno Boes	
Nach Brandenburg?	3

Leistungssport

Kleinbootmeisterschaften 2009	8
Detlev Seyb	
Start der Ruder-Bundesliga	10
Portrait Julia Richter	11
Boat-Race 2009	12
Cora Zillich	
Traingszentrum in Portugal	13
Interview Mark Schreyer	14
Jürgen Kapsch	
Höhentraining	32
Krafttraining	34

Wanderrudern & Breitensport

Hans Heinrich Busse	
Rudern in Estland	16
Vorschau WRT	18
Fabian Wenner	
Donau komplett	20

Nachrichten, Infos, Personalien

Nachrichten und Notizen	6
Cora Zillich	
Ruder-Neuigkeiten aus aller Welt	29
Hanns Fuchs	
Die Schweizer Seite	43
Aus den Vereinen	42

Tipps & Praxis

Günter Voss	
„Kieler Gig“	24
Eberhard Nabel	
Richtlinien Sicherheit	26
Friedhelm Kreiss	
Arbeitsmarkt Sport	38
Präventionsprogramm	41
Buchbesprechung/Leserbrief	44
Termine/Vorschau	45

Titelbild:

Ein sichtlich zufriedener Marcel Hacker präsentiert die Meisterkette und Goldmedaille (Foto: P. Frenkel)

Die nächste RM-Ausgabe erscheint am 5. Juni 2009

Impressum

Das Rudermagazin – Die unabhängige Zeitschrift für Freizeit- und Leistungsrudern
Ausgabe Mai 2009, 1. Mai 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.