



Voneinander lernen: Beim Trainingswochenende in Oldenburg startet auch ein Mixed-Doppelvierer auf dem Küstenkanal.



Steffen Oldewurtel thematisiert in seinen Trainingseinheiten immer auch die physikalischen Abläufe beim Rudern. Fotos (2): Markus Hibbeler.

„Kommunikation ist alles!“

Tobias Rahenkamp ist zuständiger Landestrainer des Landesruderverbandes Niedersachsen (LRVN) für den Juniorenbereich.



Foto: LSB

Welche Aufgaben gehören zu Ihrem Arbeitsbereich?

Meine Aufgabe ist es, die leistungsorientierten Ruder-Talente aus den Vereinen zusammenzuholen, einen Landeskader zu bilden und Mannschaften auf die jeweiligen Meisterschaften einzustellen. Im Rudern fängt der Landeskader mit den 15-Jährigen an und geht hoch bis zur U 23. Mein Schwerpunkt sind die Juniorinnen und Junioren, also die Aktiven unter 19 Jahren. Meine Arbeit erledige ich vom Landesleistungszentrum Rudern in Hannover aus. Aber ich reise auch viel zu unseren fünf Stützpunkten in Osnabrück, Oldenburg, Hameln, Hildesheim und Celle.

Wie viele Landeskader-Athleten gibt es?

Wir verfügen aktuell über 39 Landeskader-Plätze, das ist die Anzahl, die wir vom LandesSportBund Niedersachsen zugeteilt bekommen. Insgesamt betreuen wir aber

rund 60 Sportler, also auch talentierte Ruderinnen und Ruderer, die den Sprung in den Landeskader (noch) nicht geschafft haben.

Der LRVN arbeitet mit landesweiten Projekten. Wie läuft das in der Praxis?

Anhand der vorhandenen Sportler überlegen wir, welche Projekte – also Bootszusammenstellungen – sinnvoll sind. Der Deutsche Ruderverband gibt uns im Junior-B-Bereich, also den 15- und 16-Jährigen vor, dass niedersachseninterne Renngemeinschaften gefahren werden können. Bei der U 19 und den Senioren ist das sogar bundesweit möglich. Bei den 15- 16-Jährigen versuchen wir also Sportler in unserem Bundesland zusammenzubringen, um möglichst starke Mannschaften in den verschiedenen Bootsklassen zu bilden, bei den älteren Junioren schauen wir bei den Testregatten nach adäquaten Partnern.

Welche Rolle spielen dabei die Heimtrainer wie z. B. Larissa Vent?

Die Trainer vor Ort spielen eine ganz große Rolle. Sie trainieren die Sportler in ihren Vereinen und dort laufen zum Teil ja auch Projekte wie derzeit der B-Juniorinnen-Vierer in Lüneburg. Kommunikation ist deshalb alles in meinem Job, egal ob

am Telefon, per E-Mail oder WhatsApp.

Wie sind die Chancen auf die Nationalmannschaft und Olympia für niedersächsische Nachwuchsruderer?

Wir haben sehr gute Juniorinnen und Junioren, die auch Potenzial haben, sich für eine Junioren-WM zu qualifizieren. Aber Rudern fängt ja erst richtig mit Mitte 20 an, man kann also nicht vorhersagen, ob oder sie ist ein kommender Olympiasieger. Eine oder einen in diesem Alter herauszuheben, würde den anderen nicht gerecht werden.

Wie ist der Leistungssport Rudern in Niedersachsen generell aufgestellt?

Wir haben hervorragende Trainer und einen sehr guten Nachwuchs. In Niedersachsen gibt es momentan leider nur etwa 15 bis 20 Vereine, die Ruder-Leistungssport betreiben. Das können gern noch mehr werden!



TRAINER-SERIE online

Mehr Informationen, Fotos und Videos gibt es im Multimedia-Special des LSB-Magazins unter Weblink:

www.lsb-niedersachsen.de/l_sb_trainer_niedersachsen.html