

Ein Sport für jeden

Den Mitgliedern des Olympischen Ruderclubs Rostock stehen rund 100 Boote für ihr Hobby zur Verfügung

ROSTOCK Morgentau, Nebel-
schwaden über der Warnow,
erste Morgenstrahlen werden
von dem Wasser reflektiert,
Wellen schwappen leicht an
den Steg. Der Tag im Olympi-
schen Ruderclub Rostock
(ORC), welcher 1956 gegrün-
det wurde, beginnt mit dem
Ins-Wasser-Setzen der ersten
Boote.

Auf dem mehr als zehn
Hektar großen Grundstück
widmen sich hier die zirka
200 Mitglieder des ORC ih-
rem zeitaufwendigen, aber
über alles geliebten Hobby.
Mit rund 100 Booten können
die begeisterten Ruderer auf
der Ober-Warnow zahlreiche
Kilometer absolvieren. Bei
den zwei bis sieben Trainings-
einheiten pro Woche werden
die Sportler von ein bis zwei
Motorbooten begleitet, wel-
che von den Trainern gesteu-
ert werden, um ihre techni-
schen Fähigkeiten zu verbes-
sern.

Falls die Wetterbedingun-
gen es nicht zulassen, werden
die Sportler auf den 15 Ruder-
geräten, neun Indoorfahrrä-
dern oder im Kraft- und Gym-
nastikraum weiter gefordert.
Auf dem Areal befinden sich
zwei große Bootshallen mit
dem gesamten Ruderzubehör
(Skulls, Riemen, Böcke ...),
sechs Umkleiden (drei Dam-
en- und drei Herrenumklei-
den), zwei Unterkünfte für



Medaillenhoffnungen des ORC: Einer-Ruderin Lara Hinkelmann (Mitte) wird eingerahmt von den Doppelvierer-Mädchen Leticia Edel (von links), Frauke Zingler, Elea Lakner und Gina Koppe. Auf dem Bild fehlt Steuermädchen Anna Lena Bröckel.

FOTO: AXEL STELTER

die auswärtigen Sportler, eine
Werkstatt, ein Festsaal und
ein Motorbootschuppen. Im
Hauptgebäude sind ein Tro-
ckenraum, eine Küche, eine
gemütliche Sitzecke und eine
entspannende Sauna unter-
gebracht. Im Nebengebäude
befindet sich die Vereinsgast-

stätte Zweier Mit, welche als
Speiseraum dient. Die Sport-
ler werden entsprechend ih-
rer Jahrgänge und Leistungs-
klasse von fünf Trainern be-
treut, welche immer im eigen-
en Büro ansprechbar sind.
Um muskulären Verspannun-
gen entgegenzuwirken, ste-

hen professionelle Physiothe-
rapeuten zur Verfügung.



**Leticia Edel und Elea
Lakner**
Klasse 8d
Innerstädtisches
Gymnasium Rostock