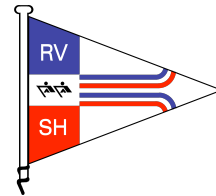


# Ruderverband Schleswig-Holstein

Rudern – bei uns in guten Händen



29. März 2009

## Pressemitteilung

### Schleswig-Holstein rudert 2009

Am Sonntag, 5. April 2009 heißt es wieder »Schleswig-Holstein rudert«.

Am landesweiten Aktionstag des Ruderverbandes Schleswig-Holstein werden die Vereine aus dem Land zwischen den Meeren von 10 bis 16 Uhr ihre Tore öffnen. Die Botschaft der Ruderer ist klar: »Wir möchten viele Interessierte in die Boote holen«, berichtet der Vorsitzende des RVSH, Reinhart Grahn. »Wir hoffen, dass sich alle für unseren abwechslungsreichen und vielschichtigen Sport interessieren«, so Grahn.

Mit dem landesweiten Charakter der Aktion solle demonstriert werden, dass Vereine und Verband das Ziel gemeinsam erreichen wollen. »Es hat sich immer wieder gezeigt, dass wir zu den aktivsten Landesruderverbänden in Deutschland gehören, was natürlich sowohl an den Erfolgen unserer Athleten liegt als auch an unseren intensiven Bemühungen, Rudern als Freizeitsport zu fördern«, schildert Grahn.

Die zentrale Veranstaltung des Ruderverbandes wird am Elmshorner Ruder-Club von 1909 e. V. stattfinden, der in diesem Jahr sein 100-jähriges Bestehen feiert.

Rudern ist ein Sport für alle Alters- und Leistungsklassen. In den Kilometerlisten der Vereine tauchen häufig achtjährige Kinder neben neunzigjährigen Altersklassenruderern auf. Für alle Altersklassen gibt es Wettkampf- und Freizeitsport. »Zu den Wettkämpfen gehören natürlich internationale Titelkämpfe oder Olympische Spiele ebenso wie Regatten für Ruderer, die zweimal pro Woche trainieren; zum Freizeitsport zählt die gemütliche Ausfahrt am Sommerabend wie auch das Gesundheitsrudern, das Wanderrudern, der gemeinsame Familiensport oder auch der klassische Fitnesssport für jene Menschen, die alle Muskelgruppen mit einer ganzheitlichen Bewegung in Form halten wollen«, berichtet Reinhart Grahn.

Am 5. April werden die Rudervereine alle Facetten des wunderbaren Sports zeigen. Machen Sie sich ein Bild vom Rudersport und vom Vereinsleben am Wasser, vom Wettkampfsport und vom Freizeit- und Familiensport. Rudern Sie im Boot oder auf dem Ergometer. Informieren Sie sich über die herausragende gesundheitssportliche Seite des Ruderns.

»Unsere Vereine werden sich richtig in die Riemen legen, um möglichst viele Gäste mit den Besonderheiten des Rudersports bekannt zu machen«, so Grahn, »eines wird den Gästen nicht entgehen: Rudern ist ein Sport für alle.«

Also: Auf geht's, den Rudersport kennen lernen. Auch in Ihrer Nähe wird ein Verein seine Türe öffnen.

Ruderverband Schleswig-Holstein e. V.

Öffentlichkeitsarbeit  
Kim Koltermann

Am Mittelburgwall 5  
25840 Friedrichstadt

Telefon 04881 224441  
Fax 04881 7395  
Mobil 0171 7825907

presse@rish.de  
www.rish.de

Bankverbindung  
HSH Nordbank AG  
BLZ 210 500 00  
Konto-Nr. 782 649 000