

Ruderkurs für Anfänger

ab Mittwoch, 11.04.2018

... mehr auf Seite 24

2018

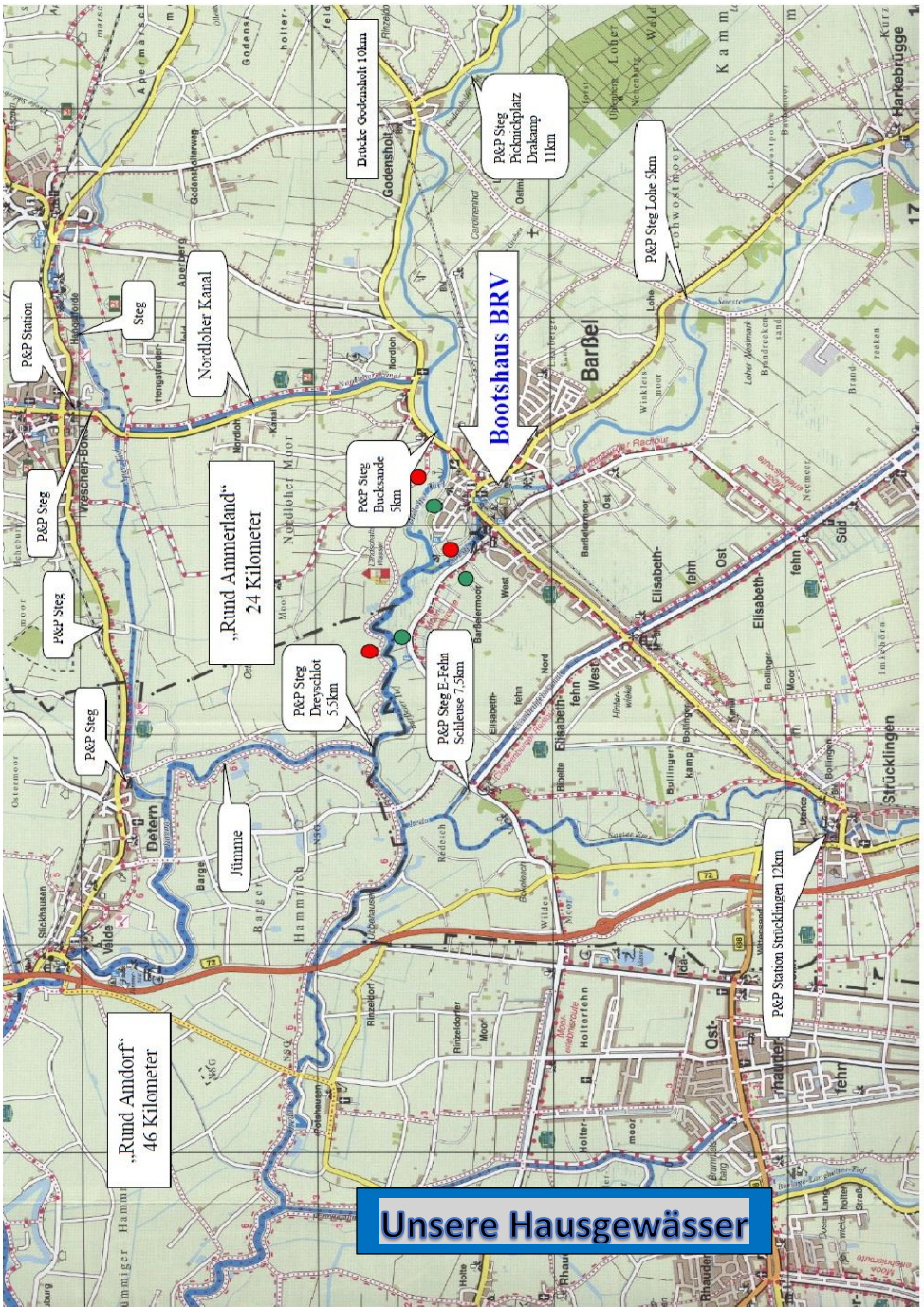
SOESTE-TICKER



**Barßeler
Ruderverein**

**... wieder
zahlreiche
Fitnessangebote**

Seiten 25 bis 27



Unsere Hausgewässer

„Rund Andorf“
46 Kilometer

„Rund Ammerland“
24 Kilometer

Drucke Godesloh 10km
Godesloh

P&P Steg
Pöcknitzplatz
Drakamp
11km

P&P Steg Lohse 5km

Bootshaus BRV

P&P Steg
Bucksande
5km

P&P Steg E-Fehn
Schleuse 7,5km

P&P Steg
Dreischütten
5,3km

P&P Station

Steg

P&P Steg

P&P Steg

P&P Steg

P&P Station Strucklingen 1km

Strucklingen

Determ

Jümme

Barbel

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Elisabeth-
fehn

Inhalt

1	Unsere Hausgewässer
3	Gesamtübersicht Sportangebote
	Das war unser Jahr 2017
4	Jahresbericht
7	Unser Vorstand
8	Mitglieder im Verein
8	Auszeichnungen für langjährige Vereinsmitgliedschaften
8	Wir begrüßen unsere neuen Vereinsmitglieder
9	30-jähriges Vereinsjubiläum - Laudatio
13	30-jähriges Vereinsjubiläum - Impressionen
15	Sportabzeichenverleihung
16	Ferienpassaktionen der Gemeinde Barßel
17	Persönliches aus der Ruderfamilie
18	Montagsgruppe
18	Freitagsfrauen
19	Kinderturnen für Grundschüler
19	Eltern-Kind-Turnen
21	Jahreskilometer 2017
22	Flohmarkt in Barßel - Eine Ära ging zu Ende
	Vereinsangebote
24	Rudern - Grundausbildung für Anfänger 2018
25	Fitness und Entspannung
	Rudergeschichten 2017
29	Erlebnisse einer (blutigen) Ruderanfängerin
30	Heringsrudern
31	Rund Ammerland
33	Hexentour
35	Emden
36	Berlin
40	Dümmer
	Termine und Ansprechpartner/innen
43	Jahresplan 2018 - Sauna in den Wintermonaten
44	Rudertouren
45	Ansprechpartner/innen - Wer macht was?
46	Vereinsbeiträge - Kontodaten - Impressum

Ruderverein Barßel						
Rudern, Kinderturnen, Fitness & Entspannung, Sportabzeichen						
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	9:45 - 11:00 Pilates Bootshaus Ute	9:00 - 11:30 Trittsicher Bootshaus Mechthild	9:00 - 10:30 Ausdauer u. Kraft Reha-Sport Bootshaus Ute	9:30 - 11:00 Trittsicher, Gymnastik u. progr. Muskelentspannung Bootshaus Mechthild	9:30 - 11:00 Sportabzeichen Aug.-Nov. Bootshaus Alfred, Mechthild	10:00-12:00 Rudern für alle
18:00 - 19:00 Autogenes Training Bootshaus Mechthild	18:30 - 19:30 Pilates kath. Bildungswerk Bootshaus Mechthild	16:00 - 19:00 Ju Jutsu Halle GS Barßel Christian	15:30 - 16:30 Eltern-Kind/ Kinderturnen Herbst - Ostern Schulzentrum Gunda, Heidrun, Rosi, Angelika, Waltraud, Michaela	16:00 - 17:30 Kinderrudern Ostern - Herbst Mechthild 16:00 - 18:00 Jugendrudern Bernd	14:00 - 16:00 Rudern für alle	
	19:00 - 20:00 Herzsport mit ärztl. Betreuung Halle GS Barßel Rita	19:00 - 20:00 Geräte-Training Bootshaus Gunda	18:15 - 19:15 Pilates Bootshaus Mechthild	15:00 - 17:30 Wintermonate Rudern für alle nach Vereinbarung		
19:30 - 20:30 Gymnastik Frauen 1 E-fehn West Rosi, Mechthild	19:30 - 20:30 Gymnastik Frauen 2 E-fehn West Rosi	19:00 - 21:00 Rudern für alle Winter: 14:00 - 16:00 Beginn Ruderkurs Erwachsene 26.04.2018 Karin, Johann, Mechthild	18:30 - 19:15 Rückengymnastik Halle GS Barßel Judith	Beginn Ruderkurs Kinder/ Jugend 13.04.2018		
Wintermonate: 17:00 Gerätetraining anschl. Sauna Männer Bootshaus 18:00 - 21:30	Wintermonate: 17:00 Gerätetraining anschl. Sauna Frauen Bootshaus 18:00 - 21:00		19:30 - 20:30 Pilates Bootshaus Mechthild	17:00 - 18:00 Geräte-Training Frauen Bootshaus Marita		
				19:00 - 21:00 Ju Jutsu Bootshaus Christian		

Ab September den Lichtverhältnissen angepasste Ruderzeiten:
Bei fast allen Kursen handelt es sich um zertifizierte Kurse, welche als Beitrag zur gesundheitlichen Prävention von den Krankenkassen bezuschusst werden.

Jahresbericht

Der Sportbetrieb im Verein läuft ganzjährig. Am 4. Januar begann er mit der ersten Rudertour auf der Hausstrecke.

Neben dem Sport war das erste größere Ereignis das Essen für die Mitarbeiter im Verein. Als Dankeschön für die geleistete Arbeit im vergangenen Jahr wurden alle Übungsleiter, Betreuer, Helfer, Mitarbeiter und der Vereinsvorstand zum Jahresanfang zum Buffet im Bootshaus eingeladen.

Ebenfalls zur Tradition geworden ist das Speckendickenessen in der Mühle Stapelmoor und das Boßeln in den Wintermonaten.

Das schwergängige und altersschwache Rolltor der Bootshalle war schon lange beklagt worden. Peter und Margrit de Greiff erbarmten sich und stifteten zum Jahresbeginn ein neues Tor mit Elektroantrieb. Eine wahre Wonne!

Anfang März war der neue Soeste-Ticker druckfrisch für den Versand fertig.

Während der Jahreshauptversammlung im März erhielten alle Ruderer, welche im Jahr 2016 mindestens 400 Jahreskilometer erreicht hatten, ein Geschenk. Diesmal gab es Leuchttürme mit süffigem Inhalt, liebevoll gestaltet von Konrad und Maria Schulte. Ein besonderes Präsent erhielt Peter de Greiff (Platz 1 der Kilometerliste) von unserer kreativen Künstlerin, Ulla Möhlenbeck.

Weiter ging es dann im April mit dem Großreinmachen im Bootshaus, das Anrudern und die Ruderausbildung für Anfänger.

Das Hauptereignis des Jahres 2017 war das 30-jährige Vereinsjubiläum. Am 13. Mai wurde dieser Jahrestag vereinsintern im festlich geschmückten Bootshaus gefeiert. Die Jubiläumsveranstaltung war für den ganzen Tag ausgelegt und begann um 10.00 Uhr mit einer Rudertour auf der Hausstrecke. Mittags gab's ein leckeres Buffet.



Auszeichnungen für langjährige Vorstandsarbeit wurden verliehen. Peter de Greiff hielt die Laudatio (s. Seite 9) und zeichnete Konrad Schulte, Karin Holtmann, Mechthild und Bernd Preut mit der Goldenen Verdienstnadel des Landessportbundes Niedersachsen aus, die Verdienstnadel in Bronze erhielt Johann Weerts.

Ein neuer Doppelsechser mit Steuermann, den Mechthild Preut stiftete, wurde auf den Namen „Mecky Oldenburg“ getauft. Es folgte eine Jungfernfahrt auf der Soeste.



Bilder und Filmausschnitte aus 30 Jahren Vereinsgeschichte und aus den fünf Jahren vor der Vereinsgründung ließen Erinnerungen wach werden.

Bei Kaffee und Kuchen und anderen gepflegten Getränken fand der Tag in gemüthlicher Runde seinen Abschluss.

Der große Schrecken folgte am Sonntag, dem 25. Juni. Auf der Rückfahrt vom Dreyschloot fuhr die „Mecky Oldenburg“ auf ein Hindernis unter der Wasserlinie. Im Fahrwasser nahe der ersten Insel (KM 2,2) lag auf einer festen Sandbank der Betonklotz einer abgerissenen Boje. Das Boot wurde auf einer Länge von 4,5 m aufgerissen und sank sofort. Alle sieben Ruderer mussten im Wasser aussteigen. Fünf Ruderer bahnten sich einen Weg durchs Schilf zur Deichstraße und erreichten diese nach über einer Stunde. Zwei Ruderer durchschwammen das Tief und wurden auf der Ammerländer Deichseite abgeholt. Das Boot wurde mit Hilfe eines freundlichen Motorbootfahrers geborgen. Die Reparaturkosten für den Schaden beliefen sich auf ca. 7.700 Euro. Gott sei Dank kamen keine Ruderer zu Schaden.

Obwohl die Gemeinde die Unterhaltungspflicht der Fahrwassermarkierungen vom NLWK Aurich übernommen hat, lehnt der KSA als Versicherer der Kommunen jede

Schadensersatzverpflichtung gegenüber dem Ruderverein ab. Die Gemeinde sei ihrer Wegesicherungspflicht nachgekommen, da sie nach den verlorenen Grundgewichten der Bojen gesucht habe.

Gleichwohl ging der Sportbetrieb im Verein wie gewohnt weiter.

Wir unternahmen Wanderruderfahrten in anderen Gewässern bei befreundeten Vereinen und übernachteten in deren Bootshäusern. Als Gäste bei uns im Bootshaus hatten wir die Frauen des Crefelder RV, Ruderer aus Emden, die Ruderjugend aus Meppen und Osterholz-Scharmbeck, den Ruderverein Lehrte und mehrfach Kanuten aus Bremen. Außerdem hielten Schüler der Gymnasien Friesoythe und Nordenham und der IGS Barßel ihre Kurse bei uns im Bootshaus ab. Das für Ende September geplante Niedersächsische Wanderrudertreffen, das in Hannover ausgerichtet werden sollte, fiel wegen zu geringer Anmeldungen aus. Wanderruderwart Kai Basedow sucht mit vormaligen Ausrichtern und dem LRV nach einer Lösung für die Zukunft.

Die Kurse „Trittsicher“ und „Pilates“, welche neben den vielen anderen Aktivitäten im Verein angeboten werden, erwiesen sich auch im letzten Jahr als großer Renner. Guter Grund dafür sind auch unsere qualifizierten Übungsleiter/innen und -helfer/innen. Sie sind ein Aushängeschild unseres Vereins. Ihnen wird ein großer Dank für die geleistete Arbeit ausgesprochen.

Leider entfielen die Flohmarkttermine beim Schulzentrum Barßel, die über lange Jahre eine wichtige Einnahmequelle waren, wegen gesetzlicher Regelungen. Somit ging die Flohmarktära des Rudervereins im letzten Jahr zu Ende (s. Seite 22). Der Lagerbestand an Flohmarktwaren im Bootshaus nahm jedoch überhand und das Flohmarktteam hatte zunehmend Personalprobleme. Trotz schlechten Wetters machte der Ruderverein am letzten Flohmarkttag in Ostrhauderfehn noch einen guten Umsatz. Etwas Wehmut bei den Beteiligten kam schon auf.

Die Ruderjugend schloss das Ruderjahr traditionell mit einem Kinobesuch in Leer, einem Gang über den Weihnachtsmarkt und dem Besuch bei McDonalds ab.

Eine weitere Gruppe von Ruderern fuhr auch zum Weihnachtsmarkt nach Leer. Die Weihnachtsfeier im Bootshaus Anfang Dezember läutete das Ende des Jahres ein.

Bernd Preut, 1. Vorsitzender

Unser Vorstand



Thomas Müller (3. Vorsitzender), Karin Holtmann (Schriftführerin),
 Bernd Preut (1. Vorsitzender), Konrad Schulte (Kassenwart) und
 Johann Weerts (2. Vorsitzender) (v. l. n. r.)



**Heinz
Diekhaus**

Kfz-Meisterbetrieb

IV. Hüllenweg 12 · 26676 Barßel
 Tel. 04499-918326 · Fax 04499-918327

- Reparaturen aller Fabrikate
- An- und Verkauf
- Autozubehör/ Autotuning
- Beseitigung von Unfallschäden
- Reifendienst
- Bremsendienst
- Klimageservice
- TÜV / AU Abnahme
- Einbau von Autogasanlagen

**Ihr Fachmann
für Ihr Fahrzeug!**

Mitglieder im Verein

Als Spartenverein sind wir mit 228 Mitgliedern im Landesruderverband Niedersachsen, 113 Mitgliedern im Nds. Turnerbund, mit 23 Mitgliedern im Behinderten-Sportverband Niedersachsen und mit 9 Mitgliedern im Nds. Ju Jutsu-Verband gemeldet.

Gesamt	373
Frauen	212
Männer	161

Davon sind 160 Mitglieder unter 18 Jahren.

Stand 31.12.2017

Auszeichnungen für langjährige Vereinsmitgliedschaften

25 Jahre

Andreas Claaßen, Hannelore und Peter Köpf, Simon Prehs, Hannelore Siemer

20 Jahre

Margrit und Peter de Greiff, Eilert Niehaus

15 Jahre

Albert Gerkens, Gertrud Grönweg, Familie Przibilla/Pradel (Alexander, Anna, Clara, Luise, Markus und Michol), Ursula Möhlenbeck, Joachim Schoone, Martina Varnhorn

Wir begrüßen unsere neuen Vereinsmitglieder

Mert Aydin	Marita Niehaus	Tammo Schulte
Tom Bahlmann	Sophia Peris	Justus Sobing
Hedwig Börg	Julia Osterkamp	Claudia Sommer
Karin Dirks	Jonas Prahm	Lea Stockhoff
Lara Dullweber	Lukas Prahm	Leon van der Terp
Yvonne Grönweg	Mona Reiners	Tim van der Terp
Anna Maria Grönweg	Elsbeth Richter	Ute Vogt
Julian Grönweg	Reinhard Rumohr	Rita Wehage Lütjes
Java Marie Heitmann	Safeda Saberi	Hannah Wernke
Krystyna Hilwers	Sonja Saberi	Klara Wernke
Lucca Mateus Kreuzkam-Santana	Klara Saefel	Mia Willhaus
Elke Olbrich-Wegmann	Jonas Sassen	

30-jähriges Vereinsjubiläum

Laudatio von unserem Ruderkollegen Peter de Greiff am 13. Mai 2017

„Heute vor 30 Jahren kam der BRV auf die Welt. Es war die Zeit als Deutschland noch geteilt war, als wir noch die D-Mark hatten und die Mädchen und Frauen noch Röcke trugen, die heute nur noch von schottischen Männern getragen werden.

Der BRV wuchs in bescheidenen Verhältnissen auf – es gab noch kein Harz IV – eigentlich fehlte es an allem. Es gab

- *noch nicht einmal ein Dach über dem Kopf*
- *keine schönen neuen Boote und*
- *keinen Bootssteg, um diese ins Wasser zu bringen.*

Keine guten Voraussetzungen für die Zukunft!

Nein, das stimmt so nicht; der BRV hatte Menschen, die ihn über die Jahre begleiteten und diese verfügten über eine Vision: Das Kind soll wachsen! Sie hatten

- *Phantasien und Ideen sowie*
- *den Willen und die Tatkraft, ihre Pläne, die aus dieser Vision erwachsen, umzusetzen.*

Sie lebten in guter Kameradschaft. Sie waren sparsam und arbeitsam.

Und heute – eine Generation später – ist der BRV gewachsen, er ist ein prächtiger, starker und blühender Bursche mit ganz eigenem Profil geworden. Er ist so lebensfähig, dass er sogar eigene Adoptivkinder hat und diese haben so fremdartige oder merkwürdige Vornamen wie

- *Pilates, Rücken, Gymnastik, Turnen und Herz*
- *ein Kind hat sogar einen Migrationshintergrund, es heißt Ju Jutsu.*

Der BRV ist nicht nur groß und stark geworden, er ist ein richtiger Vorzeigebursche!

Er lebt nun in einem großen massiven Haus mit einer geräumigen Bootshalle

- *in schöner idealer Lage am Wasser*
- *mit schönsten Holzbooten, die besonders gepflegt werden und*
- *mit einem großen Bootssteg, der auch gerne von Enten genutzt wird - viel intensiver als RudererInnen das tun.*

Alles das, wie z. B.

- *eine gute Haushaltsführung mit übersichtlicher Kassenlage*
- *die unterschiedlichen Aktivitäten, das Ausrichten von Festen, die Organisation von erlebnisreichen Wanderfahrten, die Herausgabe des „Soeste-Tickers“ und*
- *die Planung, Organisation und Durchführung von zwei nds. Wanderrudertreffen ist höheren Ortes nicht unbemerkt geblieben.*

Ich habe heute den Auftrag und die Ehre, fünf Menschen aus unserem Kreis auszuzeichnen. Diese fünf Auszeichnungen werden stellvertretend und exemplarisch für die Gesamtleistung aller im Ruderverein ehrenamtlich Tätigen verliehen. Diese Auszeichnungen könnten heute nicht vergeben werden, wenn nicht ganz viele Menschen ihre Fähigkeiten und ihr Engagement eingebracht hätten.

Die Auszeichnungen sollen aber nicht nur Anerkennungen beinhalten, sie sind vielmehr auch eine Aufforderung: „Weiter so, Ihr seid auf dem richtigen Weg!“

Nachfolgende Mitglieder wurden von Peter geehrt:

Konrad Schulte:

Gründungsmitglied und stellvertretender Vorsitzender vom 03.06.1987 bis 1993. Ab 1993 bis heute Kassenwart des BRV.

Mechthild Preut:

Gründungsmitglied, seit 1987 bis heute im erweiterten Vorstand. Zuständig für die Ausbildung im Ruderbereich. Von 2000 bis 2012 Frauenbeauftragte im Landesruderverband Niedersachsen. Bis zum Bau des Bootshauses 1993 war in den Wintermonaten kein Rudersport möglich. Durch ein vielfältiges Hallensportangebot brachte sie den Verein „über den Winter“. Diese Angebote sind bis

heute erhalten geblieben, weitere kamen im Laufe der Jahre hinzu. Diese werden von ihr geleitet, organisiert oder betreut.

Dank ihrer Aktivität wurde der Ruderverein zum Spartenverein als Mitglied im niedersächsischen Turnerbund und im Behinderten-Sportverband Niedersachsen. Über mehrere Jahre hatte sie das Amt der Frauenwartin im Kreissportbund Cloppenburg inne.

Karin Holtmann:

Seit 1994 im Verein, im Vorstand als Schriftführerin seit 1997 tätig.

Bernd Preut:

Gründungsmitglied und bis heute der 1. Vorsitzende seit der Gründungsversammlung des BRV.

Johann Weerts

Seit 2001 im Verein, stellvertretender Vorsitzender seit 2007 bis heute.



Nutzen Sie meine Erfahrung

Versichern, vorsorgen, Vermögen bilden.
Dafür bin ich als Ihr Allianz Fachmann
der richtige Partner. Ich berate Sie
umfassend und ausführlich.
Überzeugen Sie sich selbst.

Vermittlung durch:
Michael Nitschke, Allianz Generalvertretung
Lange Str. 6, D-26676 Barßel
michael.nitschke@allianz.de
www.allianz-nitschke.de
Tel. 04499 1542, Fax 04499 74488

Hoffentlich Allianz



Ihr zweites Zuhause

Familie Niehaus
Lange Straße 3 - 26676 Barßel
Tel. 04499/8705 - Fax 74497
www.hotel-zum-weißen-ross.de
Hotel-Niehaus@t-online.de



Hotel

Zum weißen Roß



Zeit für neue HÖR ERLEBNISSE

Lassen Sie sich von den **XS**-Hörssystemen des Herstellers Audio Service begeistern. Mit der **G2**-Technologie ausgestattet, erscheinen die **XS**-Modelle in attraktivem Design und vielen Farben. Die **XS**-Hörssysteme werden hinter dem Ohr getragen und sind extrem klein und komfortabel.

ÜBERZEUGEN SIE SICH JETZT VOM XS. Testen Sie jetzt Ihr persönliches **XS** im Aktionszeitraum **bis zum 31. März** völlig kostenfrei und unverbindlich in Ihrer gewohnten Umgebung.

7 Tage kostenfrei und unverbindlich testen!

Hörakustik Gerkens

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Langestr. · 26676 Barßel
☎ (04499) 922 167
info@hoerakustik-gerkens.de
www.hoerakustik-gerkens.de



TUI ReiseCenter

So geht Urlaub.

Wir sind für Sie da:

Montag - Freitag:	09.00 - 12.30 Uhr 14.00 - 18.00 Uhr
Samstag:	08.30 - 12.30 Uhr

NDR 2 Papenburg-Festival
55,- Euro
Inkl. Busfahrt & Ticket

01.09.2018
Busfahrt ab Augustfehn/Barßel um 14:00 Uhr
Rückfahrt 23:00 Uhr

Das Team vom TUI ReiseCenter Augustfehn

Hauptstraße 488 • 26689 Augustfehn • Tel. +49 (0) 44 89 - 1220 • Fax +49 (0) 44 89 - 3295
augustfehn1@tui-reisecenter.de • World of TUI www.tui-reisecenter.de/augustfehn1

30-jähriges Vereinsjubiläum am 13. Mai 2017

Impressionen



Na? Wie ist wohl der Name
des neuen Bootes?



Der neue Sechser mit seiner
Spenderin Mechthild Preut



Liebevoll wurde zum Jubiläum
ein schöner Bogen gestaltet.

30-jähriges Vereinsjubiläum am 13. Mai 2017

Impressionen

Feierliche Taufe auf den Namen „Mecky Oldenburg“



Der Sechser wird genau unter die Lupe genommen. Bootsbauer Helmut Rehberg gibt Auskunft zu den technischen Daten.

Jungfernfahrt auf der Soeste am Jubiläumstag



Sportabzeichenverleihung

Beim Ruderverein Barßel konnten interessierte SportlerInnen auch 2017 wieder für die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens trainieren. Erfüllt werden mussten Leistungen in den Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination, sowie (alle 5 Jahre) der Nachweis der Schwimmfähigkeit.

Trotz niedriger Teilnehmerzahl waren die Trainingsstunden erfolgreich. Je nach erfüllter Leistung erreichten die SportlerInnen die Urkunde in Bronze, Silber oder Gold.

Helena Ruiz Benne sowie Emil Benne und Heinrich Lang erwarben das Minisportabzeichen (3 - 6 Jahren). Das Kinder- und Jugendsportabzeichen in Silber erreichten Maja Benne und Rafael Ruiz Benne, sowie Johanna Lang in Bronze.

Gratulieren können wir Marion Kruse (2x) für erreichte Leistungen in Silber sowie Hans-Ludwig Kurre (13x) und Mechthild Preut (32x) für Gold.

Die Termine für das Training und die Abnahme in 2018 werden in der Tagespresse und auf der Homepage des BRV bekanntgegeben. **Mechthild Preut**



inter living

Eilers 

MEINE EINRICHTUNGSWELT

Auf 20.000m² Geschenkboutique und große Möbelausstellung, Küchenstudio, Bistro mit Frühstück, Mittag sowie Kaffee und Kuchen, E-Bike Ladestation

Aperberger Str. 1 • 26689 Apen • Mo.-Fr. 09 - 19 Uhr • Sa. 09-18 Uhr

Ferienpassaktionen der Gemeinde Barßel

Zwei feste Termine waren auch in diesem Jahr wieder die Ferienpassaktionen der Gemeinde Barßel.

Am 19.07.2017 fuhr eine Gruppe mit relativ jungen Teilnehmern in den Kletterwald Thüle. Durch ihr Alter hatten einige Kids noch Probleme mit der Höhe. Aber dank der erfahrenen Betreuer Elke und Heinz klappte alles. Gegen Abend ging es müde und geschafft wieder nach Barßel zurück.



Zum Allwetterzoo Münster ging es am 26.07.2017. Der Zoo trägt seinen Namen deshalb, weil viele Gehege durch überdachte Gänge erreicht werden können und somit bei jedem Wetter begehbar sind. Morgens um 8.00 Uhr ging es los. Leider steckten wir im Stau und als wir endlich um 12.00 Uhr das Ziel erreichten, befanden sich viele Tiere gerade im Mittagsschlaf. Trotzdem waren alle Kinder mit Spielplatz, Pferdemuseum und den restlichen wachen Tieren beschäftigt.

Der Tag war schnell vorbei und auch wir Betreuer (Konrad, Heinz, Maria, Ulla und ich) hatten unseren Spaß. Nach einem langen Tag waren wir abends um 20.00 Uhr zurück in Barßel.

Die Ferienpassaktionen der Gemeinde Barßel sind immer schöne Aktivitäten, in die sich der Ruderverein Barßel gerne einbringt.

Hannelore Köpf

Persönliches aus der Ruderfamilie

Viele unserer Mitglieder feierten im letzten Jahr einen runden Geburtstag:

1. Roswitha Zündorf	80 Jahre	19. Simon Prehs	40 Jahre
2. Dieter Zündorf	80 Jahre	20. Jens Buss	40 Jahre
3. Anni Fiedler	80 Jahre	21. Christian Pahl	40 Jahre
4. Maria Bartels	75 Jahre	22. Nadja Conring	40 Jahre
5. Elfie Komnick	75 Jahre	23. Manuela Buss	40 Jahre
6. Karl Nitschke	70 Jahre	24. Janeck Taco Hemmen	20 Jahre
7. Eva Görlich	70 Jahre	25. Katharina Bohnen	20 Jahre
8. Renate Siebum	70 Jahre	26. Sonja Saberi	10 Jahre
9. Gerda Johanning	65 Jahre	27. Femke Vocks	10 Jahre
10. Anita Hohnholt	65 Jahre	28. Charleen Suhr	10 Jahre
11. Mechthild Preut	65 Jahre	29. Celine Hillebrand	10 Jahre
12. August Meyer	65 Jahre	30. Alexa Lange	10 Jahre
13. Meinhard Bunjes	65 Jahre	31. Joan-Marie Meyer	10 Jahre
14. Hella Niebergall	65 Jahre	32. Leon van der Terp	10 Jahre
15. Krystyna Hilwers	60 Jahre	33. Jonathan Deters	10 Jahre
16. Barbara Gatterdam	60 Jahre	34. Lucca M. Kreuzkam-Santana	10 Jahre
17. Gisela Helmers	50 Jahre	35. Mila Kirmis	10 Jahre
18. Joachim Wilpert	50 Jahre		

Auch gab es wieder zwei Hochzeiten:

01.07.2017 Elke Olbrich-Wegmann und Stephan Olbrich
 09.09.2017 Christian und Bernadette Pahl

Anmerkung der Redaktion:

Die Geburtstage beziehen sich auf die aktuelle Mitgliederliste des Rudervereins. Weitere persönliche Events werden veröffentlicht, wenn diese der Redaktion mitgeteilt werden.

Montagsgruppe



Bewegen nach Musik – manche nennen es Tanz, Zumba oder Aerobic – wir nennen es *Frauensport der Montagsgruppe*.

Rosi Oetje-Weber zeigt uns die Übungen für Koordination, Dehnung, Bauch-Beine und Po; und jede der anwesenden Frauen macht sie im Takt der Musik so gut es geht mit.

Nach einer halben Stunde übernimmt Mechthild Preut das Kommando und wir dehnen und strecken unsere Muskeln, so dass wir um 20.30 Uhr gut warm und entspannt nach Hause fahren.

Im Frühling gehen wir Spargel-, im Sommer Eis- und in der Adventszeit feierlich essen.

Wir würden gerne neue Mitglieder in unserem Kreis willkommen heißen. Kommt einfach vorbei! Das Training ist montags von 19.30 – 20.30 Uhr in der Turnhalle der Grundschule E'fehn-West.

Christiana Lammers

Freitagsfrauen

Jeden Freitag treffen sich die Freitagsfrauen von 17.00 – 18.00 Uhr zum Gerätetraining im Ruderhaus. Gemeinsam schaffen wir es, den inneren Schweinehund zu überwinden. Wir schwitzen beim Krafttraining, auf dem Crosstrainer, dem Spinningrad, dem Ruderergometer oder dem Laufband und haben jede Menge Spaß. Mit Gymnastik auf der Matte beschließen wir das Training und starten schließlich gestärkt und fit ins Wochenende.

Unsere Ziele wie Muskelaufbau, Gewichtsabnahme und allgemeine Fitness verlieren wir nie aus dem Auge, aber am Ende zählt das nette Miteinander.

Wir sind eine tolle Gruppe und freuen uns immer über neue Gesichter. Also schaut einfach mal vorbei.

Marita Kämmerer

Eltern-Kind-Turnen

Unter der Leitung von Gunda Esders und der Mitwirkung von Heidrun Kollmer und Waltraud Bengard werden die Kindergartenkinder im Alter von 2 – 6 Jahren zeitgleich zum Kinderturnen betreut. Spiel, Spaß und abwechslungsreiche Bewegungsangebote stehen im Vordergrund. Auch die Mütter und Väter sind mit viel Engagement dabei.

Heidrun Kollmer

Kinderturnen für Grundschüler

Jeden Donnerstag findet ab 15.30 Uhr für Kinder im Grundschulalter das Kinderturnen statt.

Eine Stunde lang stehen für 20 bis 30 Mädchen und Jungen Sport, Spiel und Spaß im Vordergrund. Sei es das Austoben bei Lauf- und Fangspielen, das Ausprobieren verschiedener Bälle oder das Überwinden unterschiedlichster Turngeräte - alles wird mit viel Engagement in Angriff genommen.

Unter der Leitung und Betreuung von drei Übungsleiterinnen kann jedes Kind ohne Angst auch neue Bewegungserfahrungen machen und sich in die Turngruppe einbringen.

Rosi Maaß



Blüten Zauber

Floristik & mehr

Beim Markant · Hauptstraße 30 · 26676 Elisabethfehn · Telefon 0 44 99 / 93 66 66



RUCK-ZUCK UMZUGSERVICE

Ihr Servicepartner für :

- Umzüge - nah und fern
- Büro und Objektumzüge
- Außenaufzug
- Küchenmontagen
- Einlagern des Umzugsgutes

Ruck-Zuck
Umzugservice GmbH
Raiffeisenstraße 2
26683 Saterland

Telefon: 04492/ 1333 - Telefax: 04492/7288

Mail: info@ruckzuck-umzuege.de

www.ruckzuck-umzuege.de

1970 - 2016



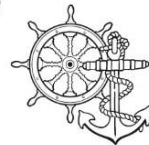
Seit 37 Jahren
im Dienste der Gesundheit
Soeste-Apotheke
Barßel

Joachim Dahlke
Tel.: 0 44 99 / 92 10 33
E-Mail: SoesteApotheke@t-online.de

Droste Wassersport

OHG

Wassersportschule • Boote • Motoren
Zubehör • Service • Winterlager
Hausboote • Vermietung + Verkauf



Tanger Hauptstraße 43 · 26689 Tange (bei Barßel) · Tel. 0 44 99 / 91 92 71 · Fax 91 82 99

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. von 9.00 - 18.00 Uhr, Sa. 9.00 - 12.00 Uhr

www.droste-wassersport.de · info@droste-wassersport.de

Jahreskilometer 2017

über 1.000 km

1.	Heinz Krone	1219 km	21.	Ute Vogt	162 km
2.	Bernd Preut	1144 km	22.	Christian Pahl	143 km
3.	Mechthild Preut	1126 km	23.	Elke Olbrich-Wegmann	132 km
4.	Meinhard Bunjes	1062 km	24.	Johann Weerts	127 km
5.	Karin Holtmann	1025 km	25.	Julia Osterkamp	111 km
			25.	Kerstin Lücking	111 km

über 700 km

6.	Hannelore Köpf	792 km	26.	Jürgen Lüttmann	110 km
7.	Marita Kämmerer	777 km	27.	Hedel Börg	102 km
8.	Ulla Möhlenbeck	725 km	28.	Heike Reinders	100 km
9.	Maria Schulte	701 km	29.	Manuela Diekhaus	99 km
			30.	Mona Reiners	94 km
			31.	Marita Niehaus	87 km

über 400 km

10.	Konrad Schulte	694 km	32.	Gertrud Kopka	86 km
11.	Margrit de Greiff	683 km	33.	Wilfried Nett	85 km
12.	Peter de Greiff	620 km	34.	Adrian Kröger	71 km
13.	Thomas Müller	610 km	35.	Nikita Schaaf	68 km
14.	Melanie Müller	511 km	36.	Claudia Sommer	48 km
15.	Gisela Helmers	406 km	37.	Jakob Grimm	39 km
			38.	Erik Pekeler	35 km
			39.	Hildegard Westerkamp	33 km

die weiteren Plätze

16.	Petra Hinrichs	347 km	39.	Joachim Schoone	33 km
17.	Elke Hartjes	276 km	40.	Nadja Conring	22 km
18.	Christiana Lammers	195 km	41.	Reinhard Vogt	21 km
19.	Rolf Hinrichs	176 km	42.	Marcel Sommer	14 km
20.	Elisabeth Reiners-Lampe	169 km	43.	Christian Gringel	11 km
			44.	Vanessa Hermes	10 km

Flohmarkt in Barßel - Eine Ära ging zu Ende



Ein- bis zweimal im Jahr zwischen Frühling und Herbst schleppten fleißige RuderInnen den zum Verkaufsstand umgebauten Bootsanhänger zum Parkplatz des Hallenbades um mit gespendetem Trödel den Kassenbestand des Rudervereins aufzubessern.

Anfangs waren es die eigenen alten Sachen, die vom Dachboden verschwinden und zu Geld gemacht werden sollten. Später spendeten Freunde und Bekannte dem Ruderverein mal die eine oder andere Kiste mit Trödel. So sammelte sich im Laufe der Jahre Einiges an. Das „Lager“ befand sich jahrelang auf dem Dachboden des Bootshauses und war gut gefüllt.

Vor 15 Jahren wurde der gewerbliche Flohmarkt in Barßel ins Leben gerufen und fast genauso lange war der Ruderverein mit seinem Stand präsent. Doch nach einem Gerichtsbeschluss steht fest, dass in Niedersachsen an Sonn- und Feiertagen keine Trödelmärkte mehr stattfinden dürfen. Das Verbot betrifft gewerbliche Veranstaltungen und Händler und somit auch den alle vier Wochen stattfindenden Flohmarkt beim Hallenbad.

An einem der letzten Ruderabende im Oktober des letzten Jahres wurde somit der Dachboden komplett entrümpelt. Unzählige Kisten wurden vom Dachboden geholt. Viele Hände halfen mit, so war der Anhänger schnell rappellvoll. Am darauffolgenden

Sonntag brachte Bernd Preut mit seinem Trecker den Anhänger nach Ostrhauderfehn. Dort sollte beim Straßenfest ein letztes Mal Trödel verkauft werden.

Zum harten Kern des Flohmarkt-Teams gehörten Bernd, Mechthild, Helga, Johann, Heinz, Hannelore, Karin, Ulla, Heidrun, Meinhard und Maria. Bei jedem Wetter sorgten sie dafür, dass die Kasse klingelte.

Die Ära „Flohmarkt“ ist für den Ruderverein zu Ende. Jedoch sind zusätzliche Einnahmen für den Verein unerlässlich, um alle laufenden und unvorhersehbaren Kosten zu decken.

Viele weitere Mitglieder sind dem Ruderverein in den letzten Jahren beigetreten. Der/Die eine oder andere hat vielleicht auch eine gute Idee wie sich der Verein in Zukunft finanziell ein kleines Zubrot verschaffen kann. Der Vorstand nimmt Eure Ideen gerne entgegen!

Gisela Helmers

Wir fördern Höchstleistungen.

Geschäftsstelle:
Rene Hartmann
Lange Str. 47
26676 Barßel
Tel. 0 44 99 - 80 60
Fax 0 44 99 21 65

Finanzgruppe

www.oeffentlicheoldenburg.de

ÖFFENTLICHE
LANDESBRANDKASSE
VERSICHERUNGEN OLDENBURG

Forum des
Jugendsports
ÖFFENTLICHE
ÖFFENTLICHE

Rudern – Grundausbildung für Anfänger 2018

Kursangebot in Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule Ammerland (KVHS). Die Ausbildung findet in kleinen Gruppen mit einem Ausbilder im Mannschaftsboot statt. Ausbilder sind Karin Holtmann, Johann Weerts und Mechthild Preut.

Rudern ist ein Mannschaftssport für Jung und Alt. In der freien Natur kann man sich auspowern, vom Alltag abschalten und viel Frischluft tanken.

Wie bei kaum einer anderen Sportart werden über 80% aller Muskelpartien beansprucht und trainiert, der Fettabbau wird gefördert. Die angepasste Belastung des Ruderns hat einen guten Trainingseffekt für das Herz-Kreislauf-System, ist rückenfreundlich und schonend für die Gelenke.

Anmeldung: Mechthild und Bernd Preut, Telefon 0 44 99 – 12 74

Kurs 1

Teilnehmer: Erwachsene
 Beginn: Mittwoch, 11. April 2018,
 18:45 Uhr - 21:00 Uhr,
 4 Abende – 30 Euro

Kurs 2

Teilnehmer: Kinder und Jugendliche
 (10- 15 Jahre)
 Beginn: Freitag, 13. April 2018,
 16:00 Uhr - 18:15 Uhr,
 4 Nachmittage – 15 Euro

Ort: Bootshaus des
 Barßeler
 Rudervereins am
 Schul- und Sport-
 zentrum, Westmarkstr. 3

Leitung: Team Barßeler Ruderverein



Weitere Ausbildungsmöglichkeiten auf Anfrage beim Ruderverein.

Fitness und Entspannung

NEU: Autogenes Training *

Das Autogene Training ist eine Entspannungsmethode die vornehmlich auf Autosuggestion (Selbstbeeinflussung, etwas selbst in die Hand nehmen) beruht. Sie wurde 1926 erstmals von Dr. Schultz als „autogene Organübungen“ veröffentlicht. Diese Entspannungsmethode hat sich bei stressbedingten Störungen bewährt, und kann gezielt die Symptome erleichtern. Es hat keine unerwünschten Nebenwirkungen, und man kann es nahezu überall ohne Hilfsmittel anwenden. Das Autogene Training besteht aus sechs verschiedenen Übungen, die aufeinander aufbauen. Mit innerlich gesprochenen Formeln werden verschiedene körperliche Vorgänge angesprochen. Ziel ist es, dass die Übenden lernen, das Verfahren in ihrem eigenen Rhythmus und mit eigenen individuellen Vorstellungen und Inhalten durchzuführen.

Ausdauer und Kraft – Reha-Sport mit Verordnung

Ausdauer und Kraft ist ein Krafttraining für den ganzen Körper, das an Fitnessgeräten und mit Kleingeräten durchgeführt wird.

Pilates*

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, das die Kräftigung und Dehnung der Muskulatur mit Koordinations- und Atemtechniken kombiniert. Die Übungen, die besonders die Tiefenmuskulatur stärken, werden langsam, fließend und kontrolliert durchgeführt. Sie bringen den Körper in die natürliche Haltung zurück und stärken die Wirbelsäule. Durch eine Kombination aus Muskeltraining, Tiefenatmung und Entspannungsübungen wird insbesondere ein entspanntes Wohlfühlen erreicht. Die Pilatesgruppe des Rudervereins Barßel hat weiterhin die Anerkennung als zertifizierten Präventionssport. Pilates findet als geschlossenes Kursangebot 3 x im Jahr à 10 Stunden im Vereinsheim statt. Zudem wird ein Vormittagskurs ganzjährig angeboten.

Fitness und Entspannung

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson*

Bei der progressiven Muskelentspannung wird durch bewusste Anspannung und Entspannung bestimmter Muskelgruppen ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht. Es werden nacheinander die einzelnen Muskeln einer Körperregion in einer bestimmten Reihenfolge zunächst angespannt. Diese Anspannung wird für einige Sekunden gehalten und anschließend wird die Spannung gelöst. Der Kursteilnehmer richtet die volle Konzentration auf seinen Körper. Hierbei werden die Empfindungen zwischen Anspannung und Entspannung bewusst wahrgenommen. Durch die Übungen kann eine gute Körperwahrnehmung erzielt und die gesamte Körperspannung herabgesetzt werden. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden mit der Zeit ihren Körper in einen Entspannungszustand versetzen können. Diese Entspannungstechnik trägt zur gesamten Unterstützung des Körpers bei. Es können andere Körpersymptome wie Schwitzen, Zittern oder Herzklopfen verringert werden. Schmerzzustände, die durch Muskelverspannungen entstanden sind, können mit dieser Entspannungstechnik verringert werden.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen und bequeme Kleidung

Ju Jutsu – Kampfsporttraining

Nach einigen Demonstrationen von Angriff und entsprechender Abwehr werden in wechselnder Partnerarbeit die Bewegungsabläufe immer wieder geübt. Die Übungen der verschiedenen asiatischen Kampfsportarten (Ju Jutsu, Kali, Thai Chi) trainieren zudem die körperliche und geistige Fitness der Teilnehmer.

Gymnastik

Jeden Montag und Dienstag treffen sich Frauen in der Turnhalle der Grundschule E'fehn-West, um unter der Leitung von Rosi Oetje-Weber ihre Fitness zu trainieren. Ein abwechslungsreiches Programm bietet für jede Frau in jedem Alter die Möglichkeit, fit und gelenkig zu bleiben oder zu werden. Neben den Übungsstunden spielen natürlich auch das Gesellige und viel Spaß eine große Rolle. Interessierte können montags oder dienstags zum „Schnuppern“ kommen.

Fitness und Entspannung

„Trittsicher durchs Leben“ – Angebot für die Generation 60 Plus*

Dieser Präventionskurs wendet sich an alle, die auch im fortgeschrittenen Alter sportlich aktiv bleiben wollen, oder neu mit dem Sport beginnen möchten. Schwerpunkte sind ein moderates Herz- und Kreislauftraining, eine Gymnastik, die Spaß macht und durch Übungen mit verschiedenen Kleingeräten Beweglichkeit, Koordination und Reaktion erhält und verbessert.

Auch die geistige Leistungsfähigkeit gehört zu den wichtigen Voraussetzungen, um im Alter selbständig und unabhängig zu bleiben, deshalb muss das Gehirn ständig trainiert werden. Der gemeinsame Sport mit anderen und der Austausch untereinander schaffen ideale Bedingungen für geistiges Fitbleiben.

Besonders wichtig ist uns die „Sturzprävention“. Durch einen Sturz wird die Mobilität in großem Maße beeinträchtigt und deshalb gilt es, vorzubeugen. Gezielte Bewegungen stärken die Muskeln, fördern das Gleichgewicht und regen den Stoffwechsel an. Anregender Sport geht auch im Sitzen! Mit und am Stuhl werden alle Übungen unterschiedlich dosiert und mit verschiedenen Handgeräten angeboten.



Gerätetraining

Angeboten werden Übungen unter Anleitung mit verschiedenen Studio-Trainingsgeräten: Stepper, Crosstrainer, Fahrradergometer liegend und sitzend, verschiedenen Multi-Power-Stationen, Ruderergometer und Hantelbank. Außerdem erfolgt das Training mit Handgeräten und auf Matten.

alle Ansprechpartner/innen: siehe Seite 45

Gesamtübersicht Sportangebote: siehe Seite 3

*Diese Kurse sind zertifiziert und werden als Beitrag zur gesundheitlichen Prävention von den Krankenkassen bezuschusst.



ANWALTSKANZLEI **TORSTEN DÄNEKAMP**

- Fachanwalt für Verkehrsrecht - Mediator -

Fröbelstraße 13 · 26676 Barßel / Nähe E-Neukauf

Tel. **04499 926262**

www.rechtsanwalt-daenekamp.com



Internationale Spezialitäten

Auf dem Zettel 18 26676 Barßel

Telefon 0 44 99/ 73 93

Lieferservice – Wir sind im Gesamtgebiet Barßel für Sie da!
Innerorts liefern wir ab 15,00 € Bestellwert und außerorts ab 20,00 €
frei Haus! Lieferservice: Dienstag – Samstag 18.00 Uhr – 23.00 Uhr

Öffnungszeiten: Dienstag – Sonntag ab 17.00 Uhr geöffnet



Service der begeistert!

26676 Barßel

Ammerländer Str. 8

04499/8714

Erlebnisse einer (blutigen) Ruderanfängerin

Sport im Freien mit Ausdauer- und Rückentraining, einfach klasse! Aber...

Du sitzt verkehrt herum – das Steuerbord befindet sich links von dir - die Ruder heißen Skulls – du musst alle Körperteile gleichzeitig bewegen – nicht am Skull ziehen oder zu tief eintauchen – nicht zu früh rollen – in der Vorstellung mit dem Kopf (den Haaren) die Decke streichen – den Oberkörper nicht nach hinten kippen – dabei den Bauch anspannen - atmen nicht vergessen - zwischendurch die Hände öffnen – und vor allem: den Takt halten - dem Schlagmann folgen (auch wenn du nicht mehr kannst).

Genauso habe ich es versucht! Alles in allem klappt es inzwischen ganz gut, bei ausreichender Konzentration.

Auch entdeckte ich an einem denkwürdigen Sonntag im Juni die Multifunktionalität eines Skulls: Nach unserer Havarie mit der „Mecky Oldenburg“ konnten wir uns damit durch riesiges Schilf und Brennesseln schlagen, außerdem mit Gülle gefüllte Gräben überwinden, um uns in die Zivilisation zurück zu kämpfen. Aber Ende gut alles gut!

Rudern ist ein schöner Mannschaftssport, ich bin ein echter Ruderfan geworden und freue mich schon auf den ersten Tagesausflug!

Ute Vogt



– Kosmetik & Energetik –

Monika Meiners 

Staatl. gepr. Kosmetikerin

Hurzurlaub für Körper und Seele

Monika Meiners
Im Brink 21, 26169 Altenoythe / Tel. 04491 784 6 784
www.kosmetik-la-creme.de

-  Gesichtsbehandlungen
-  Ästhetische Gesichtsbehandlungen
-  Körperbehandlungen
-  Wellness- Fußreflexzonenmassage
-  Energiearbeit
-  Psychologische Kinesiologie

Heringsrudern am 23. April 2017



Am Mittag machten sich Petra, Heinz, Marita und ich auf den Weg nach Oldenburg. Als wir dort eintrafen, wurden wir nett von den Oldenburgern begrüßt. Unsere Elke hatte die lange Strecke von 40 km gewählt und zu diesem Zeitpunkt schon 20 km auf dem Küstenkanal hinter sich. Gegen 15.00 Uhr starteten wir Kurzstreckenruderer, sowie alle anderen Ruderer auf der Hunte, um weitere 20 km zu rudern. Auf

halber Strecke gab es Kaffee und Kuchen satt. Nachdem alle wieder beim Bootshaus angekommen waren, wurden leckere Mattjes serviert. Insgesamt nahmen 76 Ruderer an der Veranstaltung teil. Es war ein schöner Tag in Oldenburg.

Karin Holtmann

Schulbedarf, Büro & Co...
Jetzt Schulbücherlisten abgeben!

Alles für die Schule:

- Leselernhefte
- Schreibwaren
- Lektüren
- Hefte
- und vieles mehr!

**Bürotechnik
Meiners-Hagen**



Eine Aktion der NWZ

26676 Barßel
III. Hüllenweg 21a
Tel. 04499/1362
Fax 04499/2019



Rund Ammerland am 25. Mai 2017

Am 25. Mai trafen wir uns mit 11 Personen zur Rudertour „Rund Ammerland“. Begleitet wurden wir von den Damen des Crefelder Ruderclubs (nein, nicht falsch geschrieben), die das lange Wochenende mit 22 Ruderfrauen und zwei Radelfrauen in Barßel verbrachten.

Wir starteten bei schönstem Wetter Richtung Detern und Augustfehn. Das Anlegen zur Mittagspause am Bootssteg der Hengstforder Mühle war mit den



vielen Booten eine kleine Herausforderung, aber die kühlen Getränke und das leckere Essen belohnten uns für diese Anstrengung. Die Rückfahrt über den Nordloher Kanal und das Barßeler Tief komplettierten die 26 km lange Rundfahrt.

Zufrieden über den schönen Ausflug und mit dem ersten Sonnenbrand legten wir am heimischen Bootsanleger wieder an.

Thomas Müller

Bootsbau • Winterlager • Reparatur u. Wartung
Um- und Ausbau von Booten



Siemer
Jachtservice
Hunte-Ems GmbH

Schleusenstraße 149 b
26676 Barßel-Reekenfeld
Telefon 0 44 97 - 92 68 26
Telefax 0 44 97 - 92 67 94

e-mail: siemerjachtservice@gmx.de
Internet: siemerjachtservice.de



bad & heizung®

Bahlmann



Friesoyther Str. 5 • 26676 Barßel

Tel.: (04499) 92 60 50 • info@bahlmann-gmbh.de

MARKANT

DER MARKT FÜR GUTES ESSEN UND TRINKEN

LANWER in Elisabethfehn

Hauptstraße 30
26676 Elisabethfehn
Telefon: 0 44 99 / 28 10

**Kundenfreundliche
Öffnungszeiten:**

Mo. bis Fr. 7.30 bis 20.00 Uhr
Sa. 7.00 bis 20.00 Uhr

Unsere Nähe bringt Sie weiter.

www.lzo.com • lzo@lzo.com

LZO

meine Sparkasse

Hexentour vom 9. bis 11. Juni 2017 in Köpenick

Am 9. Juni machten wir (Marita, Hannelore, Karin und ich) uns auf den Weg zur 27. Hexenfahrt nach Köpenick. Es war eine Fahrt mit Hindernissen: Mit der Bahn von Augustfehn nach Hannover: Sitzplätze vorhanden, weiter von Hannover nach Berlin: leider ein überfüllter Zug und für uns nur gute Stehplätze. Bei wunderbarem Wetter kamen wir in Berlin an und fuhren das letzte Stück mit einem Taxi nach Köpenick.

Dort wurden wir von den Berliner Ruderinnen Hannelore, Dagmar und Martina sehr herzlich empfangen. Kurze Zeit später trafen die Ruderinnen von Hamburg und dem Harz ein. Der Verein in Köpenick stellte uns Zimmer, Küche, Bad und Boote zur Verfügung. Von der Terrasse des Bootshauses hatten wir einen herrlichen Ausblick auf die Dahme.

Nach einem guten Frühstück machten wir am Samstag die Boote klar und ruderten vorbei am Schloss und am Rathaus Köpenick, weiter zum Molekül-Mann und zur Oberbaumbrücke. Die Berliner Ruderinnen hatten eine interessante und sehenswerte Ruderstrecke für uns ausgesucht. Vom Wasser aus bot sich uns eine spektakuläre Kulisse der schönen Köpenicker Landschaft. Es war einfach großartig. Beim Treptower Ruderverein legten wir einen Picknick-Stopp ein. Dort wurden wir mit „Hugo“ und anderen Köstlichkeiten empfangen. Frisch gestärkt ging es zurück zu unserem Quartier.

Nach einem Feierabendgetränk machten wir uns auf den Weg zum Abendessen in die Hafenklausur. Hier erlebten wir eine sehr große „Überraschung“. Das Essen - im Besonderen die Antipasti - fiel leider sehr mager aus. Die Speisen, die Kellner und das ganze Drum und Dran - es war Erlebnisgastronomie. Der Abend wurde aber trotz allem sehr lustig.



Am Sonntag war nur eine kleine Tour von 18 km vorgesehen. Über die alte Spree ging es zum großen Müggelsee. Das schöne Wetter blieb uns treu. Bei dem herrlichen Wetter kreuzten noch mehr Motor-, Segel- und Hausboote sowie Ausflugsdampfer unsere Route als am Vortag. Herrliche Villen, Stadthäuser, Gartenhäuschen und viel Wald konnten wir bewundern. Leider reichte die Zeit nicht, um über den großen Müggelsee zu rudern, dessen Wasser an diesem Tag ausnahmsweise besonders ruhig war. Hunderte Segler tummelten sich auf dem See, eine einmalige Kulisse. Für uns 18 Hexen hieß es zurück zum Bootshaus, die Boote reinigen und in die Halle transportieren. Damit endete für alle eine erlebnisreiche Rudertour.



Fehlen durfte nicht das gemeinsame und von Allen geschätzte Abschlussessen. Von der guten Planung und Bewirtung der Berlinerinnen waren alle begeistert und sagten herzlichen Dank.

Die Rückfahrt gestaltete sich für uns Barßelerinnen sehr problematisch, denn der vorgesehene Zug kam einige Stunden später. Wir hatten aber Glück und erreichten am Abend in Hannover den allerletzten Zug nach Augustfehn. Das diesjährige Hexenrudern mit den lustigen Hexen wird uns noch lange in Erinnerung bleiben.

Maria Schulte

Emden am 16. Juli 2017

Am 16. Juli 2017 fuhren wir zu acht (Hannelore, Ulla, Marita, Maria, Konrad, Heinz, Meinhard und Karin) nach Emden um eine Rudertour zum Großen Meer zu unternehmen.

In Emden angekommen trafen wir am Bootshaus auf Anita, Gerold und fünf weitere nette Ruderkollegen aus Emden. Vom Bootshaus los ging es mit drei Vierern durch den Stadtgraben, vorbei an der Martin-Luther-Kirche und der Kunsthalle auf das Hinter Tief. An der historischen Mühle in Hinte wurde eine Frühstückspause mit „Elführtje“ eingelegt. Dann ging es über das Knockster Tief zum Loppersumer Meer weiter über das große Meer. Nach 12 km legten wir bei der Paddel- und Pedalstation an und aßen bei Monika im Meerwarthaus zu Mittag.



Nach einer einstündigen Pause ging es zurück über das Große Meer und dem Marscher Tief in Richtung kleines Meer. Wir rasteten noch einmal am Gelben Wall. Die letzte Etappe führte über das Treckfahrtstief zurück zum Ruderverein an der Kesselschleuse. Insgesamt wurden 33 km gerudert.

Im Anschluss fuhren wir zu Anita und Gerold. Dort wurden die mitgebrachten Kuchen verzehrt. Die schöne Tour haben wir noch einmal Revue passieren lassen und die Kontakte erweitert.

Ulla Möhlenbeck und Karin Holtmann

Berlin vom 10. bis 16. August 2017

Wie jedes Jahr starteten wir an einem Donnerstagmorgen zu unserer Berlinfahrt, aber dieses Jahr auf getrennten Wegen, da Bernd, Meinhard und ich noch über Celle zur Bootswerft fuhren, um unseren leider beschädigten Sechser „Mecky Oldenburg“ zur Reparatur zu bringen (s. Jahresbericht).



In Berlin trafen wir dann ziemlich zeitgleich mit den anderen Vereinsmitgliedern ein. Unser erster Gang ging zum Steg, dann nahmen wir nach traditionellem Teetrinken die renovierten Schlafräume in Augenschein, das Einrichten in den Räumen und das Vorbereiten fürs Abendessen gingen Hand in Hand.

Traditionsgemäß führte am Freitag unsere erste Fahrt Richtung „weißer Schwan“ mit Zwischenstopp beim Ruderverein Henningsdorf, wo sich vieles verändert hatte und auch erneuert worden war. Am Samstag wurde die Gartenfeldumfahrt mit „Tegeler See“ und einem Besuch beim RV Tegel als Tagestour absolviert. Das Wetter war an diesem Tag wechselnd.

Der Sonntag wurde individuell genutzt: alter Flugplatz Tempelhof, Kreuzberg oder ein Besuch der Internationalen Gartenausstellung in Marzahn. Abends trafen wir uns im ältesten Lokal in Berlin zum Abendessen.



Am nächsten Tag fuhren wir zum Wannsee, um nach Potsdam zu rudern. Die zur Verfügung gestellten Boote hießen Rennie, Aspirin und Life. Die wunderschöne Tour ging über Kälberwerder, Pfaueninsel, Glienicker Brücke und Babelsberg zum Potsdamer Seekrug (ehemaliges Trainingszentrum der DDR), dann über Griebnitzsee zurück an wunderschönen Villen vorbei in Richtung kleinem und großem Wannsee.

Den Ausklang bildete am Dienstag eine Tour zum Ruderverein des Pro Sport - genau gegenüber vom Grunewaldturm. Dieser Verein fusionierte mit Tennis, Segeln, Fußball und gehört auch zum Verein in Köpenick, den wir schon des Öfteren besucht haben. Insgesamt sind wir über 100 km gerudert.

Auch dieses Jahr wurde die Freundschaft und Verbundenheit mit dem Verein an der Havel wieder vertieft, was uns allen viel Freude bereitete. Berlin, wir kommen gerne wieder!


Mechthild Preut



Hans Esders

Fachbetrieb für Malerei • Bodenbeläge • Parkett

Heidelstraße 4a • 26676 Barßel
Telefon 0 44 99 - 29 30



- * Malerarbeiten
- * Design-Beläge
- * Linoleum, Kork
- * PVC / CV Belag
- * Parkett-Renovierung
- * Bodenbelagsarbeiten



**SCHÜNEMANN
APOTHEKEN**

Natürlich gut beraten!

Besuchen Sie unsere Website unter www.schuenemann-apo.de

Wohnkultur hat einen Namen

Bauunternehmen



Am Deich 25 26676 Barßel

Tel. 044 99-92 6710

Fax 044 99-92 6711

Mobil: 0171-7 71 85 62

fennen-paul@web.de



**TISCHLEREI
KURRE**

Fenster und Türen
aus
Holz und Kunststoff

Innenausbau
Objekteinrichtungen
Treppen

Qualität macht den Unterschied

Dorfstraße 19 • 26676 Harkebrügge • Telefon 0 44 97 / 525 • Telefax 0 44 97 / 265

**Fleischer-
Fachgeschäft**

Tepe

Oldenburger Straße 81 • 26676 Elisabethfehn • Telefon 0 44 99 / 87 15

FERNSEH+ ELEKTRO FUGEL

GmbH

TV + HAUSGERÄTE + KUNDENDIENST + HEIMVERNETZUNG
MULTIMEDIA + E-INSTALLATION + TELEKOMMUNIKATION



Hauptstraße 39
26676 Elisabethfehn
Tel.: 04499/921100
Fax.: 04499/921102
www.SP-Fugel.de

H. Lütjes
GmbH & Co. KG
Holz · Baustoffe · Baumarkt · Garten

III. Hüllenweg 28 – 30 Tel.: 04499/92 92 0 h.luetjes@luetjes.de
26676 Barßel Fax: 04499/92 92 29 www.luetjes.de

Dümmer am 23. September 2017

10.10 Uhr - Roadmovie

Gisela, Marita, Heike und ich treffen uns bei Peter und Margrit, um in zwei Autos verteilt loszufahren. Da die B72 gesperrt ist, führt die Route über Friesoythe, Cloppenburg, die A1 bis Holdorf. Nach einigen weiteren Kilometern über die Landstraße ist das Diepholzer Ruderhaus in Eickhöpen erreicht.

11.45 Uhr - Daily Soap

Herzliches Willkommen mit den Diepholzer Ruderern Christina, Andreas, Heino, Klaus und Hartmut sowie Ina und Renate aus Bramsche.

12.10 Uhr - Sportschau

Die drei Ruderboote stehen schon auf Wagen bereit; wir bringen sie zum Dümmer. Nach dem Einsetzen verteilen sich nach wohl überlegtem Plan von Heino die Ruderer und Ruderinnen auf die erst zwei Jahre alten Boote:

Wätering: Christina, Heike, Christiana, Margrit, Klaus;
Olgahafen: Peter, Renate, Andreas, Marita, Hartmut;
Flöthe: Gisela, Heino, Ina

12.20 Uhr - Wetterbericht

Es ist diesig, man sieht das Ufer nur verschwommen. Aber es ist trocken und warm – Rudern im T-Shirt!

13.00 Uhr - Hitchcock:

Die Vögel

Nach dem Steuerwechsel bemerke ich in der Ferne eine Sperre der Fahrstrecke durch zahlreiche aufrechte Pfähle. Darüber segeln



einige Möwen. Beim Näherkommen wird klar, dass es sich nicht um Holzpfähle sondern um Kormorane handelt, welche dicht an dicht im Wasser schwimmen. Unsere Boote scheuchen sie auf und eine fast schwarze Wolke von Kormoranen zieht vor uns davon.

13.15 Uhr - Wunderschön

Durch orange Bojen ist die Einmündung der Hunte, von Osnabrück kommend, markiert. Wenn man nicht darauf aufmerksam gemacht wird, hält man sie für eine weitere Bucht im Ufer. Dies ist ein schöner Platz, um eine Rast auf dem Wasser einzulegen. Gegenüber fließt die Hunte in einem sehr schmalen, fast zugewucherten Flussbett Richtung Oldenburg. Insgesamt ist das Ufer des Dümmers alles andere als langweilig: Natur (Schilf und Baumbewuchs) und zahlreiche kleine Häfen mit Segelbooten wechseln sich ab. Eine weiße Bojenkette markiert das Naturschutzgebiet, welches nur den Vögeln und Pflanzen vorbehalten ist.

13.30 Uhr - Der Restauranttester

Im Olgahafen legen alle Boote am Steg an, im Restaurant vor Ort kann bestellt werden, was das Herz begehrt: Backfisch im Brötchen, Grillteller mit Bratkartoffeln oder Pommes, Fischburger, Currywurst ... und anschließend Eis. Der Test verläuft äußerst positiv und alle beschließen auf dem gleichen Weg zurück zu rudern.

14.30 Uhr - Slapstick

Ich lasse mich vom Steg in das Boot auf Platz 3 gleiten und suche völlig verdutzt Stemmbrett und Rollsitze. Als ich in Margrits Gesicht schaue, merke ich, dass ich Richtung Bug schaue. „Hallo, du hast doch gar keinen Alkohol getrunken!!!“ Wie auf dem Schwebebalken gelernt, drehe ich mich schnell um, so dass ich dann doch richtig herum sitze.

15.00 Uhr - Natur.Wissen

Christina erzählt von ihren Beobachtungen zu den Blaualgen. Sie meint, das Wachstum ist vom Wetter im Frühling abhängig. Wenn es länger kalt bleiben würde, wären im Sommer und Herbst weniger Blaualgen vorhanden, welche die Wassersportlaune verderben.

15.30 Uhr - Fantasie

Das Ufer ist mit zahlreichen Pfählen befestigt bzw. vor Wassersportlern gesichert. Diese Pfähle bilden eine Stadt. Jeder Pfahl ist ein fester Wochenendpfahl einer Möwe. Die Vorgaben sind so streng, dass sie noch nicht einmal bei unserem

Passieren auffliegen. Das nennt man treue Mieter oder treue Wegweiser, denn am Ende dieser Pfahlreihe ist die Einfahrt zum Heimathafen der Diepholzer Ruderabteilung.

16.15 Uhr - Sozialstudie

Am Bootshaus angekommen heißt es: Gemeinsam die Boote und Skulls vom Schmutz befreien. Dietlind und Wolfgang, die leider nicht mit uns rudern konnten, stoßen hinzu und bereiten Kaffee für alle vor. Wir verspeisen die mitgebrachten Apfelkuchen und klönen über das Rudern, Gott und die Welt.

16.30 Uhr - Slapstick

Ich suche aus den Teebeuteln schwarzen Tee heraus und lasse eine Kanne aufbrühen. Beim Eingießen stelle ich fest: „Der sieht aber grün aus. Komischer schwarzer Tee, der riecht nach Pfefferminze“ – und nach einer Geschmacksprobe – „der schmeckt auch nach Pfefferminztee.“ Zum Glück findet Dietlind versteckt in einem Schrank doch noch schwarzen Tee.

18.00 Uhr - Roadmovie

Siehe 10.10 Uhr in umgekehrter Reihenfolge.

Christiana Lammers



Sie haben Ihren Sport,
wir haben die passenden Brillen
und Kontaktlinsen!

OPTIK BUSSE
BarBel

Lange Str. 41 · 26676 BarBel · Tel. 0 44 99 / 78 25



Haustüren • Fenster
Wintergärten

aus Kunststoff & Aluminium

**OLTMANN'S
METALLBAU**

Friesoyther Str. 1 • 26676 BarBel • Tel.: (0 44 99) 92 410 • www.oltmanns-metallbau.de

Jahresplan 2018

Jahreshauptversammlung Brunch im Bootshaus	Mittwoch	21.03.2018	19:30 Uhr
	jeden letzten Sonntag im Monat (außer Juli/August)		
Aufräumaktion	Samstag	24.03.2018	9:00 Uhr
Anrudern mit Abendessen	Mittwoch	04.04.2018	19:00 Uhr
Ruderkurs – Erwachsene	Mittwoch	11.04.2018	18:45 Uhr
Ruderkurs – Kinder/Jugendliche	Freitag	13.04.2018	16:00 Uhr
Maibaumsetzen	Sonntag	30.04.2018	19:00 Uhr
Weihnachtsmarktbesuch	Freitag	30.11.2018	
Weihnachtsfeier	Mittwoch	05.12.2018	19:30 Uhr
Boßeln	Sonntag	10.02.2019	14:00 Uhr

Soeste-Ticker 2019

**Bitte folgenden Termin notieren:
Anzeigen- und Redaktionsschluss:
01.11.2018**

Sauna in den Wintermonaten

(offen für alle Mitglieder)

Frauen	Dienstag	18:00 bis 21:00 Uhr
Männer	Montag	18:00 bis 21:30 Uhr

Rudertouren 2018

14.04.2018	Heringsrudern in Oldenburg
11. – 13.05.2018	Emden
08. – 10.06.2018	Hexentour in Lübeck
15. – 17.06.2018	WRT Sachsen-Anhalt in Havelberg
29.06. – 01.07.2018	WRT Niedersachsen in Nordenham
19. – 25.07.2018	Berlin
01. – 02.09.2018	Dümmermeile
14. – 16.09.2018	Verden

Weitere Wanderfahrten und Tagestouren werden rechtzeitig bekannt gegeben.
Anmelde Listen liegen zeitnah im Bootshaus aus.



Ansprechpartner/innen - Wer macht was?

1. Vorsitzender	Bernd Preut Bernd.Preut@t-online.de	Tel. 0 44 99 – 12 74
2. Vorsitzender	Johann Weerts Johann.Weerts@ewetel.net	Tel. 0 49 52 – 6 17 58
3. Vorsitzender	Thomas Müller Thomas.Mueller9@ewetel.net	Tel. 0 44 97 – 83 07
Schriftführerin	Karin Holtmann Karin.Holtmann@ewetel.net	Tel. 0 49 52 – 68 16
Kassenwart und Mitgliederverwaltung	Konrad Schulte Konrad.Schulte2@ewetel.net	Tel. 0 44 99 – 87 95
Sportwartin / alle Kurse „Fitness und Entspannung“ sowie Sportabzeichen	Mechthild Preut Mechthild.Preut@t-online.de	Tel. 0 44 99 – 12 74
Kinder-u. Jugendrudern	Mechthild und Bernd Preut	Tel. 0 44 99 – 12 74
Eltern-Kind-Turnen	Gunda Esders	Tel. 0 44 99 – 25 19
Kinderturnen	Rosi Maaß Angelika Thelken	Tel. 0 44 99 – 17 47 Tel. 0 44 99 – 88 18
Herzsport	Rita Salomon	Tel. 0 44 99 – 93 85 48
Rückengymnastik	Judith Reil	Tel. 0 44 99 – 24 61
Frauengymnastik	Rosi Oetje-Weber	Tel. 0 44 98 – 17 39
Gerätetraining	Gunda Esders Marita Kämmerer	Tel. 0 44 99 – 25 19 Tel. 0 44 99 – 77 33
Ju Jutsu	Christian Gringel	Tel. 0 44 99 – 9 35 88 88
Pilates, Ausdauer und Kraft	Ute Möhlmann	Tel. 0 44 99 – 9 35 69 59
Pilates	Mechthild Preut	Tel. 0 44 99 – 12 74
Hauswart	Heinz Krone Heinz-Krone@t-online.de	Tel. 0 44 99 – 27 27
Internetseite	Jens Buss Jens_Buss@gmx.de	Tel. 0 49 52 – 89 44 40
Vereinsheft	Gisela Helmers Gisela_Helmers@t-online.de Christiana Lammers Ch.vonHoeven@t-online.de Heike Reinders Heike.Reinders@web.de	Tel. 0172 – 1 70 22 58

Vereinsbeiträge (jährlich)

Erwachsene	90 Euro
Ehepaare	110 Euro
Familien	135 Euro
Jugendliche	45 Euro
Kinder	35 Euro
Rückengymnastik	85 Euro
Gesundheitskurse	Auskunft erteilen die Kursleiter/innen

**Der Ruderverein Barßel bedankt sich bei den
Werbepartnern für die jahrelange Treue und Unterstützung!**

Kontodaten Ruderverein Barßel

IBAN	DE 81 2806 6620 0300 2420 00
BIC	GENODEF1FOY
Bank	Spar- u. Darlehnskasse Friesoythe

Impressum

Barßeler Ruderverein e.V. - Westmarkstraße 3a - 26676 Barßel

E-Mail: Bernd.Preut@t-online.de, Tel.: 0 44 99 – 12 74

Vertretungsberechtigte Personen:

Bernd Preut (1. Vorsitzender), Johann Weerts (stellvertretender Vorsitzender)

Vereinsregister: Amtsgericht Oldenburg, VR 150334

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Bernd Preut

Redaktion, Anzeigen und Layout:

Gisela Helmers, Christiana Lammers, Heike Reinders

Neu!

Präventionssportkurse im Ruderverein Barßel!

Ab sofort werden vier zertifizierte Kurse angeboten:

Pilates

Autogenes Training

Trittsicher durchs Leben

Progressive Muskelentspannung

Die Teilnehmer erhalten von den Krankenkassen
eine Erstattung der Kosten bis zu 80 %.



www.rvbarssel.de