

Beitrag zum Schnupperkurs

von Christiane Roll

Arbeitstitel: Aller Anfang ist... am Ende doch vergnüglich

Pfeilschnell gleitet das schlanke Holzboot durch das stille Wasser des Elbe-Lübeck-Kanals. Man hört nur das rhythmische Eintauchen der Ruderblätter. Fünf Ruderfrauen, rollen mit synchroner Bewegung auf ihren Sitzen im Boot vor - und zurück. Sie treiben das Boot mit ruhigen und kräftigen Schlägen voran. So leicht sieht es aus und so harmonisch, dass ich mein Fahrrad auf dem Radweg neben dem Elbe-Lübeck Kanal anhalte um dem Schauspiel zuzusehen. Ich bin so fasziniert, dass ich erst bemerke, dass mein Fahrrad mitten auf dem Weg steht und den Trainer behindert, der mit dem Fahrrad das Boot und die Ruderrinnen begleitet, als er anhalten muss.

Ich schiebe mein Fahrrad schnell beiseite. Ich bitte um Entschuldigung und fasse Mut für die Frage, die dem wunderbaren Leben am Elbe-Lübeck Kanal noch eine Extraportion Lebensfreude beschern sollte: „Kann man so etwas Schönes auch noch in meinem Alter und bei meinem Gewicht lernen?“ (Ich bin deutlich über 50 und mein Gewicht verrate ich schon seit Jahren nicht mehr). Der Trainer schmunzelt, mustert mich in meiner Fahrradkleidung von Kopf bis Fuß und antwortet, dass es für diesen Sport im Prinzip keine Alters – und Gewichtsgrenze gebe. Ich hätte Glück, sagt er mir. Morgen sei der Tag der offenen Tür im Möllner Ruderclub. Es beginne ein Schnupperkurs, der die Möglichkeit biete herauszufinden, ob einem der Rudersport liege.

Am nächsten Tag begrüßten mich die Vorstandsvorsitzende Caris und ihr Ehemann Claus persönlich und sehr herzlich auf der vereinseigenen Anlage. Im Schummerlicht des Bootshauses glänzte das polierte Holz der meterlangen Mannschaftsboote, die mit dem filigranen Kiel nach oben auf ihre Mannschaft warteten. Als Mannschaft, mit bis zu acht Ruderern, mit und ohne Steuermann oder auch ganz mit sich und dem Boot allein in der schönen Natur am Elbe-Lübeck Kanal könne man den Sport im Verein genießen, erklärte Claus.

Caris erzählte mir von zahlreichen gemeinsamen Veranstaltungen der Vereinsmitglieder neben dem regelmäßigen Training: Sommerfeste, Heringessen, Ruderreisen, Ruderwanderfahrten in den Sonnenaufgang und in den Sonnenuntergang. Schon wenige Wochen später wurde ich Zeuge einer dieser beeindruckenden Veranstaltungen. Ich begleitete (dieses Mal noch mit dem Fahrrad) die Ausfahrt des Norddeutschen Ruderverbandes von Mölln nach Lübeck. Es war ein großartiges Bild, als sich die Armada von ca. 15 Mannschaftsbooten zu dritt nebeneinander auf dem Kanal meinem Standort an der Donnerschleuse am Elbe-Lübeck Kanal näherte. Die Kleidung der Besatzung passend zu den Vereinswimpeln, die bunt am Heck der Boote im Fahrtwind flatterten. Über 50 gut gelaunte Ruderer/innen manövierten ihre Boote mit großem Geschick in die Donnerschleuse, die komplett mit den Ruderbooten angefüllt war, als die erste Staustufe auf dem 30 km langen Weg nach Lübeck überwunden wurde. Lachs und Krabben, Eier mit selbst gemachten Frikadellen, frischen Kuchen: kulinarische Hochgenüsse zauberten die Rudersportler/innen beim Picknick an der Schleuse aus ihren wasserdichten Seesäcken im Bug der Boote.

Von solchen Veranstaltungen berichtete Caris am Tag der offenen Tür. Sie führte mir vor, wie nett das Feiern an dem roten Ziegelsteingrillhäuschen ist. Sie zeigte mir das hölzerne

alte Bootshaus aus dem Jahre 1925, dessen Dachterrasse in frisch renoviertem Weiß weithin über den Möllner Ziegelsee strahlt. Wer einmal auf der Dachterrasse des Bootshauses erlebt hat, wie die untergehende Sonne den Möllner Ziegelsee in glühendes Rot taucht, wer den weiten Blick über den Hafen zum Elbe-Lübeck Kanal auf die Wiesen und Wälder des Kreis Herzogtum Lauenburg genossen hat, der sagt den nächsten Golfurlaub an der Algarve und die Malediven ab und bleibt in Mölln. Als Caris erzählte, wie herrlich es sei, nach dem Rudern von einem der beiden Bootstege zum Schwimmen in den Ziegelsee zu springen, meldete ich mich sofort für den Schnupperkurs an. Caris sagte, herzlich willkommen in unserem Ruderclub und sie hätte ebenso gut sagen können: „Willkommen im Paradies“.

Als jedoch die große Stunde des ersten Schnuppens von Ziegelseeluft an Bord eines der hölzernen Mannschaftsboote nahte, holte mich die Schwerkraft zurück in die Realität. Nichts ist so leicht, wie es vom Ufer aussieht. Ein kleiner Rollstuhl, gerade groß genug für das Popöchen eines sechs Jahre schlanken Schuljungen, wartete weit unten auf dem Wasser auf mein Lichtjahre entferntes Hinterteil auf dem Steg. Schon bei dem Versuch, die Sicherungsschraube der seeseitigen Dolle zu öffnen, um das Skull einzulegen kam es zum Malheur. Ich setzte den rechten Fuß wie empfohlen beherzt auf das schmale Brett unter dem Rollstuhl um den Oberkörper weit zum seeseitigen Ausleger herüber lehnen zu können. Das hatte den Erfolg, dass sich das Boot mit meinem rechten Bein vom Steg entfernte, auf dem noch mein linkes Bein stand. Diese ungewollte Spagatübung endete für mich nur dank der geistesgegenwärtigen Korrektur der wunderbaren und erfahrenen Mannschaft für mich nicht im Wasser. Das Boot mit meinem rechten Bein wurde schnell und diskret wieder zurück an den Steg zu meinem linken Bein geführt.

Kaum hatte mein legasthenisch verlangsamtes Hirn akzeptiert, dass beim Rudern Backbord nicht links ist, wo es nach dem Sportbootführerschein sein soll, wo die linke Backe rot wird, wenn man sich selbst eine runterhaut - weil man beim Rudern ja mit dem Rücken zur Fahrtrichtung sitzt - lernte ich, dass es aber beim Einstieg in das Boot doch so ist, weil das Boot mit dem Heck in Fahrtrichtung am Steg liegt und durch doppelte Umkehr der Regel alles wieder gut wird. Dass man beim Wendemanöver alles verkehrt herum machen muss: Ein Skull mit einem gegen die Fahrtrichtung gedrehten Blatt schieben, während das andere richtig herum zieht, oder so .. hatte ich noch nicht einmal gedanklich nachvollzogen, als meine wunderbare Mannschaft das Boot bereits startklar in die richtige Ausgangsposition gewendet hatte. In freudiger Erregung, wie ein ungeduldiges Rennpferd in der Startbox wartete ich in der Auslage auf meinen ersten Ruderschlag. Der ging ins Wasser.

Caris hatte meiner Schnupperkollegin an Bord und mir das System ganz genau erklärt. Mit dem Sitz auf den Schienen nach vorne rollen in die Auslage, die Skulls in den Dollen drehen, bis die Blätter senkrecht stehen und die abgekanteten Verstärkungen der Skulls in der Dolle einrasten – Klack- nach hinten rollen, dabei die Skulls lang durchziehen bis zu den Rippenbogen, dann die Skulls in den Dollen zurückdrehen, so dass die Blätter flach auf dem Wasser liegen – Klack - nach vorne rollen, die Ruderblätter dabei flach über das Wasser zurück führen, in der Auslage die Skulls drehen, Ruderblätter senkrecht, Klack, durchziehen, Ruderblätter flach, Klack, nach vorne rollen, Ruderblätter senkrecht, Klack durchziehen, Ruderblätter flach, Klack nach vorne rollen. Völlig logisch und total simpel. Dachte ich vor dem ersten Schlag.

Ich wurde von dem kräftigen Schlag meiner durchtrainierten Mannschaft tief in den Rollsitze gedrückt. Eine gewaltige Schubkraft erfasste das Boot und riss mir beinahe beide Skulls aus der Hand, wenn ich mich nicht mit krampfenden Fingern an ihnen festgekrallt hätte. Caris hatte uns eingebläut, bloß nie die Skulls loslassen, sonst geht ihr Baden. Meine Skulls sogen sich im Wasser fest, das Boot bekam dadurch gefährliche Schräglage. Als das Wasser die Skulls endlich wieder freigab hatten sie sich unter den Skulls meiner Schnupperkollegin verhakt und von hinten drohten schon die Skulls des nächsten Schlags des hinter mir sitzenden Ruderers, den ich arg behinderte. Mit meiner Schnupperkollegin spielte ich auf dem Möllner Ziegelsee überdimensionales Skullmikado.

Ruder halt ! Die Schnuppermatrosen mussten erst einmal wieder Arme und Beine sortieren und regeln, welche Skulls wem gehören. Caris lachte: „Christiane hat ihren ersten Krebs gefangen“. Krebse fangen nennt man den Salat, dachte ich. Das muss ich mir merken. Und das fiel mir überhaupt nicht schwer, denn als wir von unserer ersten Schnuppertour halbwegs heil an den Steg zurückkehrten, hatte ich eine Badewanne voll Krebse gefangen. Das Schlimmste stand mir aber noch bevor: Der Ausstieg. Jörg lehrte vom Steg aus, dass ich meinen rechten Fuß auf das schmale Brett direkt vor den Rollsitze zu setzen hatte, welchen mein Hinterteil - mühsam erkämpft - so schnell nicht wieder verlassen wollte. Das Gesetz der Schwerkraft missachtend, sollte das Gesäß sodann allein mittels der Muskelkraft eines einzigen -, bis zum Zerreißen der Kreuzbänder gebeugten rechten Beines aus dem Sitz gestemmt werden, während das linke Bein leicht und elegant aus dem Boot heraus schwingt. Dabei der linke Fuß präzise hinter dem einen Meter breiten Ausleger auf den Steg aufzusetzen ist.

Anatomisch nicht möglich, dachte ich. Und so war es auch. Jedenfalls für mich. Viele helfende Hände waren nötig, um mich mit vereinten Kräften unter Verzicht auf jegliche Würde und Selbstachtung aus dem Boot herauszuziehen. Eigentlich wollte ich nach diesem traumatischen Erlebnis nicht wiederkommen. Aber mir ging das Bild des laut- und schwerelos durch das Wasser gleitenden Bootes nicht aus dem Kopf. Und alle machte mir Mut. Jeder Zeuge meines unrühmlichen Einstiegs in den Rudersport erzählte mit Empathie die Geschichte von seinem ganz eigenen Weg in das - und aus dem Boot. Claus empfahl ein kalorienfreies Osterfest. Als eine der sportlichsten Ruderrinnen erzählte, dass sie - wenn es die Bauart des Bootes erlaube - ihr Gesäß nur etwas aus dem Rollsitze heraushebe, um es auf dem Steg zwischenzulagern und von da aus die Füße nachzuholen, beschloss ich, Stolz und Schmach über Bord zu werfen und weiterzumachen.

Nach etlichen weiteren Eimern voller Krebse und lustigen Mikadospielen mit meinen Schnupperkolleginnen passierte etwas, das mich für alle erlittenen Demütigungen entschädigte. An einem heißen Frühsommerabend im Mai erschienen zum Rudertraining der Frauen so viele Ruderinnen, dass wir mit dem Achter ausfahren konnten. Das Wasser war spiegelglatt. Die warme Abendbrise gerade eben stark genug, um die Schweißperlen auf meiner Stirn nach dem Einstieg ins Boot zu trocknen.

Und dann irgendwo auf dem Kanal zwischen Mölln und Grambek geschah es. Alle 16 Skulls klackten exakt zur gleichen Zeit in ihren Auslegern. Alle acht Sitze rollten ruhig und rhythmisch. Das Boot lag kerzengerade und glitt pfeilschnell durch das Wasser. Die Skulls in meinen Händen wurden federleicht. Und es war still. Man hörte nur noch das zufriedene Schmatzen der wie von einer Hand in das Wasser geführten Blätter der Skulls und das

Flüstern der Bugwelle, auf dem unser Boot über das Wasser des Elbe-Lübeck Kanals schwebte.

Jetzt erst sah ich das metallische Blau des Eisvogels im schnellen Flug unseren Weg kreuzen. Dass eine Gruppe Gänsesäger unserem Boot neugierig ein paar Meter auf dem Wasser folgte. Aus der im Kanal untergehenden Sonne lief das rote Mark durch das Wasser in meinen Körper bis in mein Herz. Ich bekam trotz der 29° im Schatten eine Gänsehaut auf meinen Armen. Und ich hätte immer so weiter rudern mögen, bis nach Lauenburg, über die Elbe bis in die Nordsee und weiter bis an das Ende der Tage. Auf dem Fahrradweg neben uns am Kanal hielt eine Frau ihr Fahrrad an und schaute unserem Boot nach.

Danke Caris und Claus, danke Gisela, Jörg und Ralf, danke Lisa und Barbara und allen anderen, die meine ersten unbeholfenen Ruderschläge mit Rat und Tat begleitet haben. Danke für die Engelsgeduld beim Einstieg und Mikado spielen. Danke für die wertvollen Tipps und danke für die vielen aufmunternden Worte und Geschichten. Ohne Euch würde ich immer noch mit dem Fahrrad am Elbe-Lübeck Kanal den Booten nachschauen. Ich bitte weiterhin um Euer Verständnis, wenn ich das angstvoll erwartete Kommando: „Mannschaft steigt ein“ ignoriere.

PS: zum Ende der Saison habe ich den Freiruderer bestanden, wenn es das beim Rudern gibt. Nach den immer noch üblichen Startschwierigkeiten beim Einstieg war es so weit: der Trimmi und ich ganz allein auf dem Ziegelsee. Abgesehen davon, dass ich beinahe die schwarz-rot gestreifte Gefahrentonne mitten im Hafen umgefahren hätte und statt an einem unserer beiden Stege am Steg des Yachthafens wieder festgemacht habe, hat alles wunderbar geklappt. Der Trimmi und ich waren hochzufrieden mit uns. Und als Höhepunkt meiner sechs Monate jungen Ruderkarriere überreichte Caris mir meinen eigenen Schlüssel zum Bootshaus. Der Schlüssel zum Glück.

