

Wir wollen nach Berlin



Jan Ahrens (links) und Christian Welling haben sich für die Landesmeisterschaften der Ruderer am Wochenende in Bad Segeberg viel vorgenommen. In dieser Saison ist das Gespann des Elmshorner Ruderclubs noch ungeschlagen. Foto: privat

Jan Ahrens und Christoph Welling blieben im Doppelweier bei den Regatten in Lübeck und Otterndorf zum Teil fünf bis zehn Bootslängen vor der Konkurrenz.

Von Silke Schlichtmann

Elmshorn/Bad Segeberg. In dieser Saison hat sie noch keiner geschlagen. Jan Ahrens und Christian Welling vom Elmshorner Ruderclub wollen auch am Wochenende wieder als erste im Ziel ankommen. Es geht um die Landesmeisterschaft der Jungen und Mädchen und um nicht weniger als die Qualifikation zum Bundeswettbewerb in Berlin. Über die 1000 Meter und die 3000 Meter wollen sich die Jungen den Landesmeisterschaftstitel holen.

Es wird ein langes Wochen-

ende. Am Sonnabend starten sie zweimal über 1000 Meter, am Sonntag geht es über die 3000 Meter um den Sieg. Früh aufstehen ist an diesem Tag an-

gesagt, denn das Rennen startet um 7.30 Uhr.

„Eventuell starten wir dann noch einmal über die 500 Meter. Das ist dann aber kein Landesmeisterschaftsrennen“, sagt Christian.

Die Jungen sind optimistisch, den Landesmeistertitel holen zu können. „Bei den ersten beiden Regatten in diesem Jahr war bisher keiner schneller als wir. In Otterndorf haben wir sogar fast alle Vierer-Boote hinter uns gelassen“, sagt Christi-

an Welling. Die beiden starten im Doppelweier und blieben bei den Regatten in Lübeck und Otterndorf zum Teil fünf bis zehn Bootslängen vor der Konkurrenz.

„Beide sind wir am Anschlag mit dem Gewicht, aber wir wollen es in dieser Saison noch schaffen. Daher gibt es zur Zeit auch nur Gesundes zu essen.“

Christian Welling
Elmshorner Ruderclub

Der Landesmeistertitel ist eigentlich schon fest eingeplant und der Blick geht nach vorne zum Bundeswettbewerb Anfang Juli in Berlin. Auch dort haben sich Christian

und Jan hohe Ziele gesetzt.

„Wir wollen Bundeswettbewerbsieger werden“, sagt Christian. Bis zum Titel müssen die beiden jedoch im 3000-Meter-Rennen unter die ersten sechs kommen, um über die 1000 Meter dann den Sieg auszufahren.

Im vergangenen Jahr haben

sie bereits das A-Finale auf Bundesebene erreicht und wurden dort fünfte. Dort starteten sie noch im Schwergewicht, in diesem Jahr fahren sie Leichtgewicht. Das heißt, keiner der beiden darf mehr als 55 Kilogramm wiegen.

Der Gang auf die Waage gehört in den Wochen vor den Regatten deshalb zur Routine. „Wir sind beide am Anschlag mit dem Gewicht, aber wir wollen es in dieser Saison noch schaffen. Daher gibt es zur Zeit auch nur Gesundes zu essen“, berichtet Christian. Der Vorteil für sie ist im Leichtgewicht, daß alle Gegner mit ihnen auf demselben Gewichtsniveau sind, während im Schwergewicht größere und stärkere Gegner warten. „Da gibt es eine viel größere Differenz in den Gewichten“, sagt Christian. Im nächsten Jahr wollen sie sich dann erneut überlegen ins Schwergewicht zu gehen.