

## Ausschreibung „Ruhrpott-Niederrhein-Ergo-Cup 2025“

Der Ruhrpott-Niederrhein-Ergo-Cup besteht aus einer Wettkampfsreihe mit 3 Distanzen (500m, 1.000m und 2.000m), die an separaten Terminen von den Rudervereinen in Bottrop, Oberhausen und Wesel ausgerichtet werden. Unabhängig von Alter, Gewichtsklasse und Geschlecht ergibt sich für jede Distanz ein Ranking aller Teilnehmer. Gesamtsieger wird derjenige/diejenige mit dem besten Ergebnis über alle drei Distanzen.

Wer sportgesund ist und es sich zutraut auf der 500-, der 1.000- und der 2.000m-Distanz einmal ordentlich Gas zu geben, ist herzlich eingeladen teilzunehmen. Teilnehmen kann jede/r Sportler/in ab 10 Jahre. Alle Teilnehmer erkennen die Wettkampfregeln und Datenschutzbestimmungen an. Minderjährige unter 18 Jahre bringen zum Wettkampftag ein ausgefülltes und von einem Erziehungsberechtigten unterschriebenes [Anmeldeformular](#) mit.

Dies sind die **Wettkampfregeln**:

Für jede Distanz werden für die Teilnehmer die prozentualen Abweichungen vom dazugehörigen Weltrekord der entsprechenden Alters- und Gewichtsklassen ermittelt. Hieraus ergibt für jede Distanz dann ein Ranking aller Teilnehmer.

Entsprechend der Platzierung im Ranking werden Punkte vergeben, die in die Gesamtwertung einfließen. Punkte erhalten nur die, die an einer Distanz teilgenommen haben. Von denen erhält der letzte Platz sechs Punkte. Jede nächsthöhere Platzierung erhält einen Punkt mehr. Der Sieger erhält einen Extra-Punkt. Wer am Ende der Wettkampfsreihe über die drei Distanzen die meisten Punkte gesammelt hat, gewinnt den Ruhrpott-Niederrhein-Ergo-Cup und erhält ein Siegershirt.

### **Beispiel für die 500m-Distanz bei 4 Teilnehmern:**

#### **Teilnehmer 1**

Max Hase, 48 Jahre, männlich, Schwergewicht, geruderte Zeit = 1:31,4min, Weltrekord AK 40-49 Hwt = 1:10,5min, Abweichung zum Weltrekord = 29,64%.

#### **Teilnehmerin 2**

Emma Fuchs, 57 Jahre, weiblich, Leichtgewicht, geruderte Zeit = 2:11,1min, Weltrekord AK 55-59 Lwt = 1:42,0min, Abweichung zum Weltrekord = 28,53%.

#### **Teilnehmerin 3**

Ella Wolf, 17 Jahre, weiblich, Leichtgewicht, geruderte Zeit = 2:03,9min, Weltrekord AK 17-18 Lwt = 1:36,6min, Abweichung zum Weltrekord = 28,26%.

#### **Teilnehmer 4**

Alfons Bär, 80 Jahre, männlich, Schwergewicht, geruderte Zeit = 2:00,2min, Weltrekord AK 80-84 Hwt = 1:36,5min, Abweichung zum Weltrekord = 24,56%.

Daraus ergibt sich folgendes Ranking:

Platz 1 = Alfons Bär mit Abweichung 24,56% (10 Punkte)

Platz 2 = Ella Wolf mit Abweichung 28,26% (8 Punkte)

Platz 3 = Emma Fuchs mit Abweichung 28,53% (7 Punkte)

Platz 4 = Max Hase mit Abweichung 29,64% (6 Punkte)

### **Anmeldung**

Anmelden bitte bis zum 11. Februar 2025 per E-Mail an: [ergoregatta@rudern-wesel.de](mailto:ergoregatta@rudern-wesel.de), [info@ruderverein-oberhausen.de](mailto:info@ruderverein-oberhausen.de) oder [info@rudergemeinschaft-bottrop.de](mailto:info@rudergemeinschaft-bottrop.de)

Hierbei werden folgende Angaben benötigt:

Name, Geschlecht, Geburtsdatum, Gewichtsklasse (Lwt oder Hwt), Vereinsname bzw. Wohnort. Bitte die persönliche, voraussichtlich erreichbare Zeit über die jeweilige Distanz angeben, damit die einzelnen Läufe bestmöglich zusammengestellt werden können. Nach Meldeschluss werden die Rennen eingeteilt und die Startzeiten bekannt gegeben.

### **Wettkampfgerät**

Gerudert wird auf Concept2-Ruderergometer (RowErg). Die Geräte stellt der jeweilige Ausrichter zur Verfügung.

### **Ergometereinstellung**

Jeder Teilnehmer kann die Luftklappeneinstellung individuell frei wählen. Auch während des Rennens darf die Einstellung noch verändert werden.

## **Distanz**

Die zu rudende Distanz beträgt 1.000m in Oberhausen, 500m in Bottrop und 2.000 Meter in Wesel.

## **Die Gewichtsklassen**

Die Unterteilung erfolgt in zwei Gewichtsklassen: Leicht- und Schwergewicht. Gemessen wird das Gewicht inkl. Sportbekleidung im Zeitfenster 1-2 Stunden vor dem Start. Für Frauen liegt die Grenze bei 61,5kg, für Männer bei 75 kg. Für Teilnehmer bis 16 Jahre wird nicht nach Gewichtsklassen unterschieden.

## **Die Altersklassen**

Die Einteilung in die Altersklassen richtet sich nach der Weltrangliste von Concept2. Es zählt das tatsächliche Alter des Teilnehmers am jeweiligen Renntag unabhängig vom Jahrgang.

## **Gleichheit – Das Wertesystem**

Egal ob Mann oder Frau, jung oder alt, schwer oder leicht, alle werden gleichermaßen in die Gesamtwertung mit aufgenommen. Das Ziel ist es, so nah wie möglich an die Zeit des Weltrekordhalters der Concept2 Weltrangliste seines Geschlechts, seiner Gewichtsklasse und seiner Altersklasse heranzukommen. Für die Wertung zählt am Ende die prozentuale Abweichung von der Weltrekordzeit in der jeweiligen Wertungsklasse. Die aktuellen Weltrekordzeiten sind veröffentlicht unter:

<https://www.concept2.com/records>

## **Ablauf der Veranstaltung**

Es treten jeweils bis zu 5 Teilnehmer in einem Lauf gegeneinander an. Die Geräte sind miteinander vernetzt, sodass der Rennverlauf für Teilnehmer und Zuschauer sichtbar ist. Die konkrete Einteilung der Läufe und die Startzeiten werden nach Meldeschluss bekanntgegeben. Die Siegerehrung findet im Anschluss statt. Zum Warmrudern stehen weitere Geräte zur Verfügung. Die Teilnehmer werden so auf die Läufe aufgeteilt, dass diese annähernd das gleiche Leistungsvermögen haben, um spannende Rennverläufe zu erleben. Jeder Sportler sollte sich eine Stunde vor seinem Rennen bei der Rennleitung gemeldet haben. Ihm steht zum Warmfahren ein Gerät zur Verfügung. Leichtgewichte werden vor dem Rennen gewogen. Jeder Teilnehmer erkennt durch die Meldung die obigen Bedingungen an.

## **Austragungsorte:**

**1.000m** am 15.02.2025: Ruderverein Oberhausen, Konrad-Adenauer-Allee 75, 46049 Oberhausen

**500m** am 08.03.2025: Rudergemeinschaft Bottrop, Am Rhein-Herne-Kanal 13, 46242 Bottrop

**2.000m** am 06.04.2025: Ruder- und Tennisgesellschaft Wesel, Am Sporthafen 7, 46487 Wesel

## **Startgeld**

Das Startgeld für die gesamte Wettkampfserie beträgt für volljährige Teilnehmer/innen (Stichtag 15.02.2025) 15 €. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahre zahlen 5 €. Die Teilnahmegebühr bitte unter dem Verwendungszweck „*RN-Ergo-Cup und Teilnehmername*“ **bis zum 11. Februar 2025** auf das Konto des Vereines überweisen, über den die Anmeldung erfolgt.

Ruderverein Oberhausen e.V.

Stadtsparkasse Oberhausen

IBAN: DE11 3655 0000 0000 0294 47

Rudergemeinschaft Bottrop e.V.

Vereinte Volksbank eG

IBAN: DE33 4246 1435 0503 7232 00

Ruder- und Tennisgesellschaft Wesel 1907 e.V. – Ruderabteilung –

Niederrheinische Sparkasse RheinLippe

IBAN: DE90 3565 0000 0000 2239 82