

# Ingrid Rauwolf erhielt den Äquatorpreis



Auch im Urlaub wird gerudert: Für Ingrid Rauwolf ist das Rudern zur Leidenschaft geworden.  
(Foto: Jörg Niebergall)

Neuwied, 16.10.1999

## **Einmal die Themse abrudern Ingrid Rauwolf (Neuwieder Ruder-Gesellschaft) erhielt den Äquatorpreis**

NEUWIED. Wie sie so da sitzt, selbstbewusst und mit stolz geschwellter Brust, eine Dame voller Temperament, gut gelaunt und durchweg lächelnd, doch teilweise auch sehr ernst, realistisch und bodenständig.

"Das ist so meine Art, ich kann auch nichts dagegen tun", erklärt die 56-jährige Ingrid Rauwolf von der Neuwieder Ruder- Gesellschaft, die in diesem Jahr zum ersten Mal den Äquatorpreis des Deutschen Ruderverbandes gewann. Voraussetzung für diesen Preis ist die Absolvierung von rund 40 077 km, einer Strecke, die der Äquatorlänge entspricht.

## **Vor 16 Jahren angefangen**

Vor 16 Jahren hat alles angefangen, als auf Grund einer Wette, es sollte ein Frauen-Achter auf die Beine gestellt werden, Ingrid Rauwolf zum Mitrudern animiert wurde. Seitdem rudert sie bei fast jeder Gelegenheit und bei Wind und Wetter in Zweier- und Vierer-Booten, mit oder ohne

Steuermann, wodurch nach und nach aus einem Hobby eine Leidenschaft, und aus einer Leidenschaft eine faszinierende „Sucht“ wurde. „Ein bisschen Sucht ist schon daraus geworden, und so planen wir nun auch fast jeden Urlaub mit einem Ruderboot“, erzählt Rauwolf weiter.

Und dass man auch vom Ruderboot aus die weite Welt sehen kann, das zeigt das prall gefüllte Rauwolfsche Fotoalbum. „Man kann schon wirklich behaupten, dass wir fast den gesamten Urlaub im Ruderboot verbringen. Es ist ein völlig anderes Gefühl, Berlin, Hamburg oder Prag vom Ruderboot aus zu sehen. Doch den schönsten Urlaub verbrachten wir im Achternwasser vor Usedom, von dem Erlebnis nähre ich mich immer noch“, gerät Ingrid Rauwolf ins Schwärmen.

Doch man muss schon einiges in Kauf nehmen, um diesen Sport mit der nötigen Leidenschaft zu huldigen. „Es ist in gewisser Weise schon ein schmutziger Sport, denn man muss auch mal mit anpacken können. Aber bei aller körperlicher Anstrengung steht doch der Spaß und die Harmonie der Ruderer im Vordergrund, denn jeder ist auf den anderen irgendwie angewiesen und das schweißt zusammen“, philosophiert Rauwolf.

Und Ziele? „Oh ja, natürlich gibt es noch Ziele. Unser größter Traum ist es, einmal die Themse abzurudern, das wäre schon ein tolles Erlebnis. Doch auch für mich als Oma bleibt die Zeit leider nicht stehen und wenn die Familie ruft, dann bin ich da, und dann muss leider auch das Rudern zurückstehen“, ergänzt sie nüchtern.

Den größten Vorteil gegenüber anderen Sportarten sieht Rauwolf in der Ruderbewegung, die fast jede Körperpartie zur Aktivität animiert und dadurch fit hält. „Meiner Meinung nach ist Rudern nicht nur ein äußerst gesunder Sport, sondern man kann dabei auch sehr gut abschalten und jegliche Alltagsorgen hinter sich lassen“, fügt Ingrid Rauwolf abschließend hinzu.

(Quelle: Rhein-Zeitung vom 16./17. Oktober 1999)

Bericht: Jörg Böhm (Rhein-Zeitung)

Foto: Jörg Niebergall