

TAGE

1. Februar 2026

AUSRICHTENDER VEREIN

Kettwiger Ruder-Regattaverein e.V.

Nordrhein-Westfälischer Ruder-Verband e.V.

STANDORTE**THG-Halle**

Hauptstr. 148, 45219 Essen

KONTAKT

<http://www.indoor-cup.de>

Sybille Meier

Telefon: +491722109970

E-mail: meldung@indoor-cup.de

FRISTEN**Meldungen möglich:**

Donnerstag, 18. Dezember 2025 10:00 - Mittwoch, 21. Januar 2026 18:00

Nachmeldefrist:

Samstag, 31. Januar 2026 18:00

Frist für Änderungen im Portal:

Sonntag, 1. Februar 2026 23:59

MELDEGELDER

303-322 — **30,00 €**

01-08 — **20,00 €**

09 - 12 — **25,00 €**

601-602 — **80,00 €**

101 - 108 — **15,00 €**

603-605 — **40,00 €**

201 - 202 — **15,00 €**

203 - 206 — **20,00 €**

501 - 504 — **15,00 €**

505-506 — **20,00 €**

301-302 — **25,00 €**

207-211 — **25,00 €**

401-404 — **60,00 €**

Besondere Bestimmungen

ALLGEMEINE ANGABEN

Ergometer-Wettbewerb auf dem [RP3 S Dynamic Black-Edition](#) ohne festgestelltes Schwungrad.

Hauptrennen JM/F & SM/F: 1- 12

Jungen & Mädchen: 101-108, 603, 201, 202

Para und Inklusionsrennen: 201-211

Masters Rennen: 301-321

Run-Row-Run Rennen: 401-404

500 Meter Rennen: 501-506

Mannschaftswettbewerbe: 601-605

Streckenlängen:

350 m Rennen: 601,602

500 m Rennen: 501-506, 301,302, 209-211, 603-605

1.000 m Rennen: 101-108, 201, 202, 303-322

1.500 m Rennen: 1-4, 203, 204

2.000 m Rennen: 5-12, 205-208

75-750-75 m Run Row Run: 401-404

Zeitplan:

Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet ihr in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.

Vorentscheidungen:

Ab 2025 gibt es keine Vorläufe mehr. Es entscheidet die schnellste geruderte Zeit über den Sieg.

Für die Hauptrennen 1-12 fragen wir mit der Meldung Zielzeiten ab. Nach diesen Zielzeiten werden die Läufe gesetzt, wenn es mehr wie 32 Meldungen gibt. Die schnellsten kommen in den zweiten bzw dritten Lauf. Ruderer ohne Zielzeit werden in die ersten Läufe gesetzt.

MELDESCHLUSS

Mittwoch, 21. Januar 2026, 18:00 Uhr

Kettwiger Ruder-Regattaverein e.V.

Frau Sybille Meier

Wupperstr. 3

45219 Essen

Tel.: (0172) 210 99 70

Tel.: (0172) 260 20 68

Homepage:

www.indoor-cup.de

E-Mail:

meldung@indoor-cup.de

REGATTABEITRÄGE**Meldegelder :**

Rennen 101-108, 201-202, 501-504	15,00 €
Rennen 01-08, 203-206, 505-506	20,00 €
Rennen 09-12, 207-211, 301-302	25,00 €
Rennen 303-322	30,00 €
Rennen 603-605	40,00 €
Rennen 401-404	60,00 €
Rennen 601-602	80,00 €

Nachmeldungen:

Sind bei Zahlung des doppelten Meldegeldes zum Auffüllen von Läufen bis Samstag 18.00 Uhr möglich.

Rechnungen:

Für das Meldegeld werden am Wochenende nach Meldeschluss Rechnungen zur Verfügung gestellt. Das Meldegeld ist nach Rechnungsstellung auf das genannte Konto zu überweisen.

BANKVERBINDUNG

Kettwiger Ruder-Regattaverein e.V.

SPARKASSE ESSEN

IBAN: DE04 3605 0105 0007 0023 48

SWIFT-BIC SPESDE3EXXX

ZUSÄTZLICHE BESTIMMUNGEN

Meldung von Nicht-DRV-Mitgliedern

Nicht-Mitglieder des Deutschen Ruderverbandes ohne Aktivenpass können zu sämtlichen Rennen melden. Hierfür wird auf [Indoor-Cup Anmeldung \(kettwiger-rrv.de\)](#) ein entsprechendes Formular zur Verfügung gestellt.

Ärztliche Bescheinigung

Die Teilnehmer an den Kinder- und Junioren-Rennen benötigen eine ärztliche Bescheinigung. Für Mitglieder des DRV, die diese in ihrem Aktivenpass für das Jahr 2025 hinterlegt haben, ist keine aktualisierte ärztliche Bescheinigung notwendig.

Alle ärztlichen Bescheinigungen, die nicht in der Aktivenpassliste 2025 oder 2026 des Deutschen Ruderverbandes stehen, sind bis 29.01.2026 als Scan an meldung@indoor-cup.de zu senden..

Leichtgewichte (Lgw.):

Wiegetermin = frühestens zwei, spätestens eine Stunde vor dem ersten Start.

Höchstgewichte:

Mädchen 14 Jahre 52,5 kg

Jungen 14 Jahre 55,0 kg

Juniorinnen 15/16 J. 57,5 kg

Junioren 15/16 J. 67,5 kg

Juniorinnen 17/18 J. 60,0 kg

Junioren 17/18 J. 70,0 kg

500 Meter Rennen der Masters

Es findet keine Berücksichtigung der einzelnen Masters Altersklassen statt.

Run-Row-Run:

Die Startposition ist stehend auf dem Woodway „Curve“ Laufband. Die Zeit beginnt mit dem Startsignal zu laufen. Der/die Sportler/in rennt 75 Meter auf dem Laufband. Nach Ablauf der Distanz springt der/die Sportler/in vom Laufband und rennt zum RP3 Ergometer. Dort angekommen steigt er/sie schnellstmöglich auf das Ergometer und macht sich selbständig (ohne Hilfe) ruderbereit (z.B. Füße im Stemmbrett sichern, Sitzposition, Griff in die Hand etc.). Sobald möglich, startet der/die Sportler/in selbständig mit den 750 Metern auf dem RP3 Ergometer. Nach Beendigung der 750m Distanz legt der/die Sportler/in den Griff selbstständig in die dafür vorgesehene Halterung über dem Stemmbrett ab. Er/sie löst ggf. die Fußschlaufen (Keine Hilfestellungen) und steigt vom Ergometer ab und rennt zurück zum Laufband. Hier sind nochmals 75m zurückzulegen. Nach Ablauf der Distanz stoppt die Gesamtzeit. Es werden 2 Timetrials durchgeführt. Die Zeiten werden addiert. Nach den Ergebnissen werden die Finals im 1 vs 1 ausgetragen, sodass jede/r Sportler/Sportlerin innerhalb von 45-90 Minuten drei Durchgänge zu bewältigen hat. Die Startzeiten der einzelnen Wettkampfrunden sind dem finalen Zeitplan zu entnehmen.

Mannschaftswettbewerbe:

Kindervierer (Re. 603): Das Rennen wird über 500 Meter ausgefahren. Hierbei starten alle Vier gleichzeitig und die individuell erreichten Geschwindigkeiten werden zu einem Mittelwert verrechnet. Die Mannschaft besteht aus zwei Jungen und zwei Mädchen der Jg.2011/2012.

Juniorvierer (Re. 604): Das Rennen wird über 500 Meter ausgefahren. Hierbei starten alle Vier gleichzeitig und die individuell erreichten Geschwindigkeiten werden zu einem Mittelwert verrechnet. Die Mannschaft besteht je zu einem Viertel aus einem Junior/ Juniorin Jg. 2007/2008 und Jg. 2009/2010. Renngemeinschaften sind nicht zugelassen.

Vereinsvierer (Re. 605): Das Rennen wird über 500 Meter ausgefahren. Hierbei starten alle Vier gleichzeitig und die individuell erreichten Geschwindigkeiten werden zu einem Mittelwert verrechnet. Die Mannschaft besteht aus zwei männlichen und zwei weiblichen Teilnehmern. Renngemeinschaften sind nicht zugelassen.

Achter (Re. 601+602):

Die Rennen werden über 350 Meter ausgefahren. Hierbei starten acht Sportler gleichzeitig und die individuell erreichten Geschwindigkeiten werden zu einem Mittelwert verrechnet. Eine Mannschaft darf aus bis zu zwei Vereinen gebildet werden.

Inklusions Zweier (Re. 209-211):

Die Rennen werden über 500 Meter ausgefahren. Hierbei starten zwei Sportler gleichzeitig und die individuell erreichten Geschwindigkeiten werden zu einem Mittelwert verrechnet. Die Zweier bestehen aus einem Para Sportler oder Sportlerin und einem Nicht-Para Sportler oder Sportlerin.

Siegerehrungen:

Am Wochenende nach dem Meldeschluss werden genaue Informationen zur Siegerehrung bekannt gegeben.

NWRV Indoor-Cup Vereinswertung:

Preise: 1. Preis: 1 RP3 S Dynamic Black

Punktewertung:

1. 12 P.,
2. 10 P.,
3. 8 P.,
4. 7 P.,
5. 6.P.,
6. 5 P.,
7. 4 P.,
8. 3 P.,
9. 2 P.,
10. 1 P.,

Die Ergebnisse der Rennen 1-12, 101-108 und 601-605 gehen in die Wertung ein.

Nur der zeitschnellste Vierer/Achter eines Vereins wird in der Punktewertung berücksichtigt.

Unterkünfte

In der Schule stehen Klassenräume für kostenlose Luma-Quartiere zur Verfügung!

Öffnungszeiten der Halle

Samstag 14:00 Uhr – 19:00 Uhr - offizielle Trainingszeiten

Sonntag ab 7:00 Uhr

Shuttle-Service

Ein Shuttle-Service für Besucher zum großen Sammelparkplatz ist ab 8:30 Uhr eingerichtet.

Verkauf der Wettkampfergometer

Die Firma Woodway GmbH verkauft nach der Veranstaltung die RP3 Wettkampfergometer zum Sonderpreis von 1.995 €. Bestellung per Mail an d.schildhauer@woodway.de

VERANTWORTLICHE

Nordrhein-Westfälischer Ruder-Verband (NWRV)

Wilhelm Hummels, Tobias Weysters, Ralf Wenzel

Kettwiger Ruder-Regattaverein (KRRV)

Sybille Meier, Axel Hardtmann, Boris Orlowski

WETTKAMPFORT

Sporthalle Theodor-Heuss Gymnasium

Hauptstr. 148

45219 Essen

DEUTSCHLAND

Rennübersicht

1. FEBRUAR 2026

Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.

- 001** JF 1 B , 1500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B*
- 002** JF 1 B LG , 1500m — *Leichtgewichts-Juniorinnen-Ergometer-Einer B*
- 003** JM 1 B , 1500m — *Junioren-Ergometer-Einer B*
- 004** JM 1 B LG , 1500m — *Leichtgewichts-Junioren-Ergometer-Einer B*
- 005** JF 1 A , 2000m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A*
- 006** JF 1 A LG , 2000m — *Leichtgewichts-Juniorinnen-Ergometer-Einer A*
- 007** JM 1 A , 2000m — *Junioren-Ergometer-Einer A*
- 008** JM 1 A LG , 2000m — *Leichtgewichts-Junioren-Ergometer-Einer A*
- 009** SF 1 A , 2000m — *Frauen-Ergometer-Einer A*
- 010** SF 1 A LG , 2000m — *Leichtgewichts-Frauen-Ergometer-Einer A*
- 011** SM 1 A , 2000m — *Männer-Ergometer-Einer A*
- 012** SM 1 A LG , 2000m — *Leichtgewichts-Männer-Ergometer-Einer A*

Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.

- 101** Mäd 1 12 Jahre , 1000m — *Mädchen-Ergometer-Einer 12 Jahre*
- 102** Mäd 1 13 Jahre , 1000m — *Mädchen-Ergometer-Einer 13 Jahre*
- 103** Mäd 1 14 Jahre LG , 1000m — *Leichtgewichts-Mädchen-Ergometer-Einer 14 Jahre*
- 104** Mäd 1 14 Jahre , 1000m — *Mädchen-Ergometer-Einer 14 Jahre*
- 105** Jung 1 12 Jahre , 1000m — *Jungen-Ergometer-Einer 12 Jahre*
- 106** Jung 1 13 Jahre , 1000m — *Jungen-Ergometer-Einer 13 Jahre*
- 107** Jung 1 14 Jahre LG , 1000m — *Leichtgewichts-Jungen-Ergometer-Einer 14 Jahre*
- 108** Jung 1 14 Jahre , 1000m — *Jungen-Ergometer-Einer 14 Jahre*
- 201** PR Mäd 1x 12-14 , 1000m — *Para-Mädchen-Ergometer-Einer 12-14 Jahre*
- 202** PR Jung 1x 12-14 , 1000m — *Para-Jungen-Ergometer-Einer 12-14 Jahre*

Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.

- 203** PR W 1x , PR1 PR2 PR3 PR4 PRID — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B PR*
 - 203-a** PR W 1x , PR1 1500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B PR1*
 - 203-b** PR W 1x , PR2 1500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B PR2*
 - 203-c** PR W 1x , PR3 1500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B PR3*
 - 203-d** PR W 1x , PR4 1500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B PR4*
 - 203-e** PR W 1x , PRID 1500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B PRID*
- 204** PR M 1x , PR1 PR2 PR3 PR4 PRID — *Junioren-Ergometer-Einer B PR*
 - 204-a** PR M 1x , PR1 1500m — *Junioren-Ergometer-Einer B PR1*
 - 204-b** PR M 1x , PR2 1500m — *Junioren-Ergometer-Einer B PR2*
 - 204-c** PR M 1x , PR3 1500m — *Junioren-Ergometer-Einer B PR3*
 - 204-d** PR M 1x , PR4 1500m — *Junioren-Ergometer-Einer B PR4*
 - 204-e** PR M 1x , PRID 1500m — *Junioren-Ergometer-Einer B PRID*
- 205** PR W 1x , PR1 PR2 PR3 PR4 PRID — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A PR*
 - 205-a** PR W 1x , PR1 2000m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A PR1*
 - 205-b** PR W 1x , PR2 2000m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A PR2*

205-c PR W 1x , PR3 2000m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A PR3*

205-d PR W 1x , PR4 2000m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A PR4*

205-e PR W 1x , PRID 2000m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A PRID*

206 PR M 1x , PR1 PR2 PR3 PR4 PRID — *Junioren-Ergometer-Einer A PR*

206-a PR M 1x , PR1 2000m — *Junioren-Ergometer-Einer A PR1*

206-b PR M 1x , PR2 2000m — *Junioren-Ergometer-Einer A PR2*

206-c PR M 1x , PR3 2000m — *Junioren-Ergometer-Einer A PR3*

206-d PR M 1x , PR4 2000m — *Junioren-Ergometer-Einer A PR4*

206-e PR M 1x , PRID 2000m — *Junioren-Ergometer-Einer A PRID*

207 PR W 1x , PR1 PR2 PR3 PR4 PRID — *Frauen-Ergometer-Einer PR*

207-a SF 1 A PR1 , PR1 2000m — *Frauen-Ergometer-Einer A PR1*

207-b SF 1 A PR2 , PR2 2000m — *Frauen-Ergometer-Einer A PR2*

207-c SF 1 A PR3 , PR3 2000m — *Frauen-Ergometer-Einer A PR3*

207-d SF 1 A PR4 , PR4 2000m — *Frauen-Ergometer-Einer A PR4*

207-e F 1 SON , PRID 2000m — *Frauen-Ergometer-Einer PRID*

208 PR M 1x , PR1 PR2 PR3 PR4 PRID — *Männer-Ergometer-Einer PR*

208-a SM 1 A PR1 , PR1 2000m — *Männer-Ergometer-Einer A PR1*

208-b SM 1 A PR2 , PR2 2000m — *Männer-Ergometer-Einer A PR2*

208-c SM 1 A PR3 , PR3 2000m — *Männer-Ergometer-Einer A PR3*

208-d SM 1 A PR4 , PR4 2000m — *Männer-Ergometer-Einer A PR4*

208-e M 1 SON , PRID 2000m — *Männer-Ergometer-Einer PRID*

209 M/F 2 SON , 500m — *JuM Inklusionszweier 12-14 Jahre*

210 JM/F 2 A/B , 500m — *JF/M Inklusionszweier A/B*

211 SM/F 2 A , 500m — *SF/M Inklusionszweier*

[Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.](#)

301 MW 1 , 500m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer*

302 MM 1 , 500m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer*

303 MW 1 A , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer A*

304 MW 1 B , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer B*

305 MW 1 C , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer C*

306 MW 1 D , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer D*

307 MW 1 E , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer E*

308 MW 1 F , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer F*

309 MW 1 G , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer G*

310 MW 1 H , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer H*

311 MW 1 I , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer I*

312 MW 1 J , 1000m — *Masters-Frauen-Ergometer-Einer J*

313 MM 1 A , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer A*

314 MM 1 B , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer B*

315 MM 1 C , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer C*

316 MM 1 D , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer D*

317 MM 1 E , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer E*

318 MM 1 F , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer F*

319 MM 1 G , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer G*

320 MM 1 H , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer H*

321 MM 1 I , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer I*

322 MM 1 J , 1000m — *Masters-Männer-Ergometer-Einer J*

[Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.](#)

401 JF 1x Run-Row-Run , Juniorinnen Run-Row-Run — *Juniorinnen Einer Run-Row-Run*

402 JM 1x Run-Row-Run , Junioren Run-Row-Run — *Junioren Einer Run-Row-Run*

403 SF 1x Run-Row-Run , Frauen Run-Row-Run — *Frauen Einer Run-Row-Run*

404 SM 1x Run-Row-Run , Männer Run-Row-Run — *Männer Einer Run-Row-Run*

[Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.](#)

501 JF 1 B , 500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer B*

502 JM 1 B , 500m — *Junioren-Ergometer-Einer B*

503 JF 1 A , 500m — *Juniorinnen-Ergometer-Einer A*

504 JM 1 A , 500m — *Junioren-Ergometer-Einer A*

505 SF 1 A , 500m — *Frauen-Ergometer-Einer A*

506 SM 1 A , 500m — *Männer-Ergometer-Einer A*

[Zeitplan: Die Rennnummern geben nicht die Startreihenfolge wieder. Die aktuell angedachte Reihenfolge findet in den Dokumenten im Menüpunkt Regatta.](#)

601 SF 8 A , 350m — *Frauen-Ergometer-Achter A*

602 SM 8 A , 350m — *Männer-Ergometer-Achter A*

603 JuM 4x 13 u. 14 Jahre , Kinder-Mixed-Vierer — *JuM Ergometer-Vierer 13 u. 14 Jahre*

604 JM/F 4x 15-18 Jahre , Junior-Mixed-Vierer — *JM/F Ergometer-Vierer 15-18 Jahre*

605 SM/F 4 A , Vereins-Vierer — *Mixed-Ergometer-Vierer A*