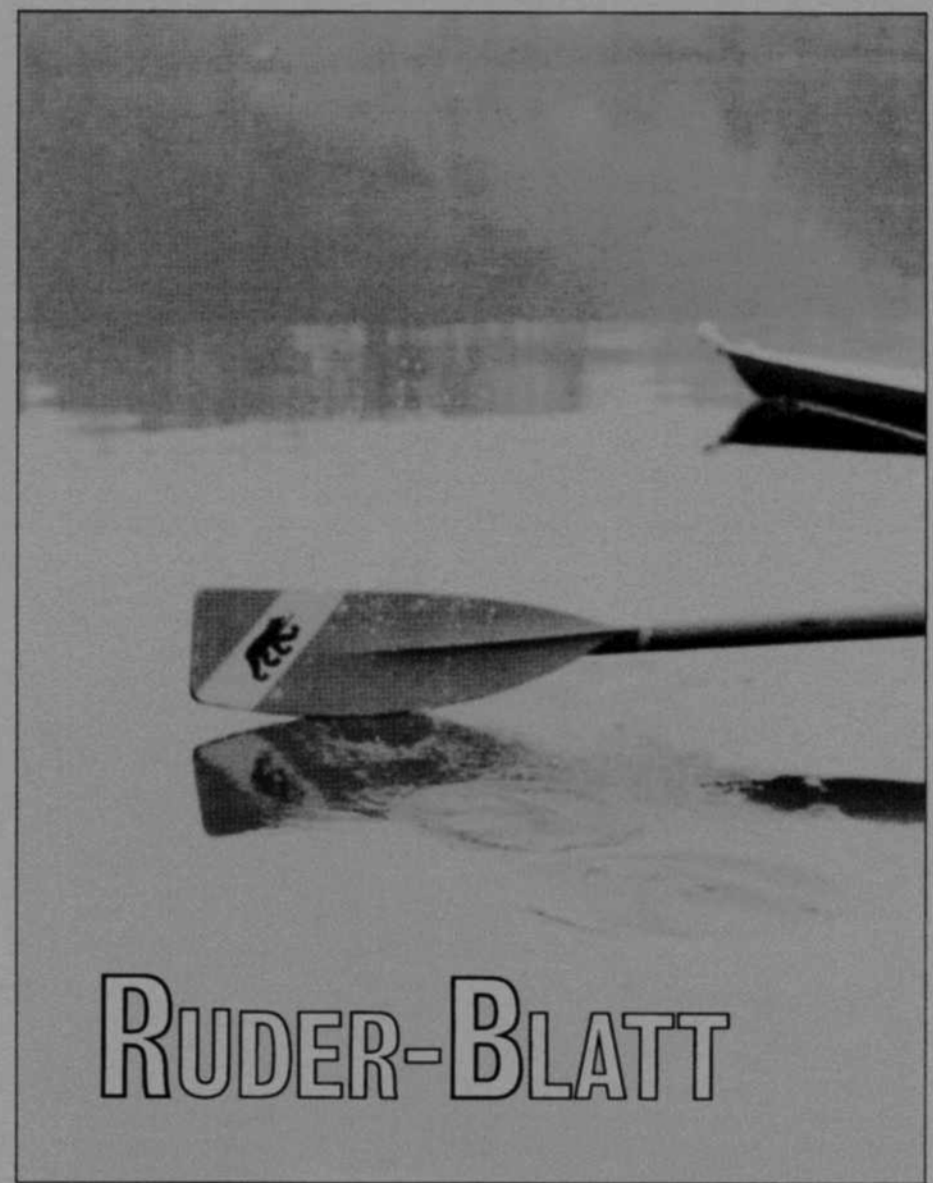


PPA

3018 Bern 18 Bümpliz

1137

ROWING-CLUB BERN



RUDER-BLATT

GABELSTAPLER HEBEGERÄTE
künzler
3426 AEFLIGEN
Tel. 034-45 14 84
Fax 034-45 53 42
jau AG



MORA-Frontstapler. Der Frontstapler, der sich in der Industrie durchsetzt, ab 1,5 t



HEDEN-Frontstapler. Der robuste Frontstapler für Industrie und Gelände.

Künzler-4-Wege-Stapler Typ Bison
... die Technik für die Zukunft von 1,6 bis 10 t Tragkraft



BP-Seitenstapler. BP bringt Bewegung. Mit dem Mercedes-Motor der umweltfreundlichste Seitenstapler. Neu mit Quersahrt.



ICEM-Kleinstapler. Jeden Kleinstapler, vom Handhubwagen bis zum Hochregalstapler, führen wir in unserem Programm.

Sommer-Reifen H-Z

Eagle NCT2

Standard-Hochleistungs-Reifen

Pneu Fahrni

Freiburgstrasse 580
3172 Niederwangen - Bern
Telefon 031/981 32 22



GOODYEAR

Utiger Schreinerei AG

dipl. Schreinermeister
Innenausbau Kuchen Renovationen
Mühlenplatz 11
Postfach 3000 Bern 13
Tel. 312 46 44 Fax 311 45 59



Vorhänge · Bettwaren
Spannteppiche · Polstermöbel
Eigene Ateliers

PAUL SCHWERZMANN, MONBIJOUSTRASSE 99, 3007 BERN
Eidg. dipl. Innendekorateur Telefon 031/371 57 34

Rowing - ein Trendsport?



Inline-Skating, Streetball, Bungy-Jumping, Cannioning und dergleichen mehr sind die neuen Sportarten, die Jede und Jeder doch mindestens einmal mitgemacht haben muss. Ein echter «Challenge» - oder etwa nicht? Mit grossem Werbeaufwand wird uns beigebracht, dass wir unbedingt Rollen an den Füssen, Cape's auf den Köpfen und dergleichen mehr haben müssen, um dazu zu gehören.

Rowing gehört nicht zu den Trendsportarten im obigen Sinn, denn den Rowing-Club gibt es seit 78 Jahren. Zudem ist mit dem Rudersport kaum soviel «Cash» zu erzielen. Dennoch verzeichnen wir in den letzten Jahren ein stetig wachsendes Interesse. Die Ruderkurse platzen aus allen Nähten und die Warteliste wird immer länger.

Die Erfolge der Schweizer Ruderer in Atlanta haben bestimmt einen Werbeeffect erzielt. Zudem sind in verschiedenen Medien Motive aus dem Rudersport für Werbezwecke eingesetzt worden. Teamwork, Kommunikation, Harmonie waren dabei die Schlagworte. Alle, die in einem Mannschaftsboot gerudert haben, werden die Bedeutung dieser Eigenschaften bestätigen können.

Rowing ist nicht gleichbedeutend mit «Action», «Freizeitstress», «Nervenkitzel». Eher das Gegenteil dürfte zutreffen. Die gleichmässig ruhige Bewegung, das Gleiten über die offene Wasserfläche und die frische Luft bilden einen wertvollen Kontrast zur Hektik des heutigen Alltags. Zudem ist der Trainingseffekt hoch und das Unfallrisiko gering.

⇒⇒⇒⇒

ROWING-CLUB BERN - Ruderblatt Nr. 33 - 1-97 - 14. April 1997

Redaktion

Felix Weibel & Adrian Blaser
Heimstrasse 28, 3018 Bern
Fax: 031 991 53 82

Druck

RICCIARDI - Satz und Druck AG, 4708 Luterbach

Auf dem Wasser lieben Ruderinnen und Ruderer Windstille. Wenn im Club aber Flaute herrscht, kommt weder Teamgeist noch Clubatmosphäre auf. Deshalb seid Ihr eingeladen, für eine frische Brise zu sorgen. Wenn die Wellen zu hoch schlagen sollten, ziehen wir uns dann gerne zum Fest im Bootshaus zurück!

Zu den geplanten Standardanlässen Anrudern, Mondscheinfahrt und Bootshausfest könnten heuer einige trendige Anlässe stattfinden. Bei spontanen Anlässen steht die Infowand für Info's und Einladungen jederzeit zur Verfügung. Sofern Ihr den «Challenge» annehmt, befahren wir im Herbst auch wieder einmal fremde Gewässer.

Rowing ist der bestimmende Teil unseres Vereinsnamens. Die Aktivitäten und die Möglichkeiten werden von seinen Mitgliedern bestimmt. Hier können Trends gesetzt und Herausforderungen angenommen werden. Auf was warten wir noch - wassern wir die Boote!



Eine gute Saison wünscht Euch

Felix Weibel

E N G E L TREUHAND AG BERN

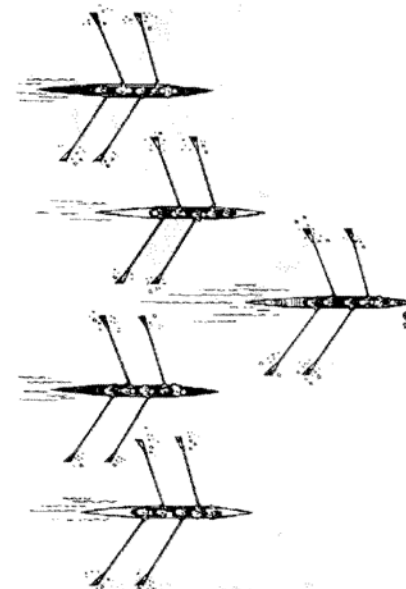
Schwarztorstrasse 31 Postfach 3000 Bern 14 Tel. 031 381 33 31 Fax 031 382 19 88

Rudolf Engel

Mitglied der TREUHAND  KAMMER

Einladung zum Anrudern 1997

Wir starten in die 78. Saison



27. April 1997, 9.30h

Anschliessend

Apéro + Bootstaufe



**Coop Bern
Biel-Bienne**

*Immer
in Aktion -
Ihr Partner
beim täglichen
Einkauf!*



Ruderbetrieb 1997



Die **Treffpunkte** bieten eine Möglichkeit, ohne feste Verabredung Gleichgesinnte für eine Ausfahrt im Mannschaftsboot zu treffen. Es kann aber auch ausserhalb dieser Zeiten gerudert werden. Ein Schlüssel zum Bootshaus kann bei Herrn Haechler vom TCS-Camping ausgeliehen werden (zwischen 12.00 und 16.00h geschlossen). Bei regelmässiger Benutzung empfiehlt sich die Beschaffung eines eigenen Schlüssels (Antrag an V. Geisler).

Während der **Ruderkurse** sind die offenen Clubboote für die Ausbildung reserviert. Die Möglichkeiten für freie Ausfahrten sind dann sehr beschränkt. Zudem können Wartezeiten am Steg entstehen. Falls Sie trotzdem zu diesen Zeiten ausfahren möchten, sprechen Sie sich betreffend der Bootsbenutzung direkt mit der Kursleitung ab.

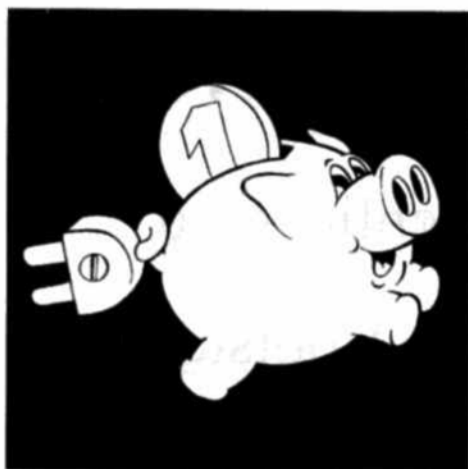
Für die Wahl der Boote ist die **Bootsordnung** massgebend. Die Boote werden entsprechend der Erfahrung und dem Können der Mitglieder zugeteilt. Auskünfte erteilen die Ruderchefs.

Der **Eintrag im Fahrtenbuch** ist vor der Ausfahrt notwendig, damit ein rascher Überblick über die allenfalls entgegenkommenden Boote möglich ist.

Nach jeder Ausfahrt sind die Boote gemäss der Checkliste im Bootshaus zu pflegen. Besondere Beachtung ist den Luftkasten zu widmen, deren Abdeckungen geöffnet werden müssen.

Bei **Schäden** oder Problemen mit der Trimmung ist der Materialverwalter zu informieren. Neben dem Trainerraum liegen entsprechende Meldezettel auf.

Stromsparclub



Für Energie und Umwelt

- Individuelle Energieberatung für den Haushalt
- Aktionen für Clubmitglieder
- Information und Dokumentation

Sind Sie schon dabei?

Die Mitgliedschaft ist kostenlos!
BKW-Stromsparclub
031 330 51 11

BKW


Offizielle Ruderzeiten:

Montag:	11.30h	Uni-Ruderkurs
Montag:	18.15h	Anfänger-Ruderkurs für Erwachsene
Dienstag:	18.15h	Ruderkurs für JuniorInnen (J+S)
Mittwoch:	18.30h	Treffpunkt
Donnerstag:	18.15h	Fortgeschrittenen-Ruderkurs für Erwachsene
Samstag:	13.30h	Treffpunkt

Zu den übrigen Zeiten stehen die Clubboote entsprechend der Bootsordnung für **freie Trainings** zur Verfügung.

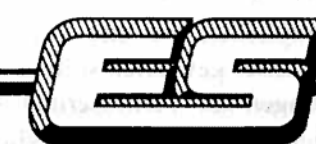

Kursleiter/in - ein Challenge für Dich?

Neue Mitglieder bringen neue Ideen, neue Ansprüche und setzen vielleicht auch neue Trends. Bis es soweit ist, benötigen sie eine kompetente, sorgfältige Einführung in die Rudertechnik. Wer hätte Lust und nimmt sich die Zeit, diese anspruchsvolle Aufgabe anzugehen? Ein Trainerdiplom ist nicht Voraussetzung. Die «Belastung» liegt bei etwa 10 Kurseinheiten pro Kurs, wobei auch Teilzeiteinsätze möglich sind. Über die Einsatzmöglichkeiten informieren Euch die Ruderchefs.


<p>Hans Lerch AG Holzbaugeschäft 3032 Hinterkappelen Tel. 031/829 04 06</p> 	<p>VSCI Carrosserie Fritz Sturzenegger Carrosseriebau Autospritzwerk Wikartswil, 3512 Walkringen Telefon 031 701 13 20 Neuanfertigung Reparaturen Abschleppdienst Tag und Nacht</p>
 <p>HOLZBAU HÜGLI AG WEISSENSTEIN 3045 MEIKIRCH TELEFON 031 82 03 81</p> <p>Beanspruchen Sie unsere kostenlose Beratung</p>	<p>Zimmerei Schreinerei Sägewerk Fenster- fabrikation</p> <p>Erfahrung Qualität Zuverlässigkeit</p>

Autogarage
ERNST STURZENEGGER


Offizielle Vertretungen

3512 Wikartswil / Walkringen
Tel. 031/701 15 65



Jeder ist Sieger
Schutz und Sicherheit bei der



ELVIA
VERSICHERUNGEN

Generalagentur Maurer + Pizzimenti Telefon 031/326 14 44

Ruderkurs für Junior/innen

Jugend+Sport-Kurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. (Jahrgänge 77-85).

Die Anmeldung erfolgt direkt bei der Kursleitung im Bootshaus.

Beginn: Dienstag, 22. April 1815h

Kursgeld: 30.-- (wird bei späterem Club-Beitritt angerechnet)

Anfänger-Ruderkurs für Erwachsene

Dieser Ruderkurs für Erwachsene ist seit anfangs März ausgebucht. Interessenten werden auf einer Warteliste aufgenommen.

Beginn: Montag, 21. April 18.15h

Kursgeld: 180.-- (wird bei späterem Club-Beitritt angerechnet)

Fortgeschrittenen-Ruderkurs für Erwachsene

Dieser Kurs richtet sich an alle RCB-Mitglieder, die ihre Technik auffrischen und mehr Sicherheit auf dem Wasser gewinnen wollen. Es werden in lockerer Form Tips und Anregungen zur Verbesserung der persönlichen Technik vermittelt. Die Teilnahme ist jederzeit möglich, das Angebot kann damit auch nur an einzelnen Tagen genutzt werden.

Daten: jeweils Donnerstags 18.15h

am 24. April, 15. Mai, 29. Mai, 12. Juni, 26. Juni

Nach den Sommerferien nach spezieller Ankündigung

Es handelt sich bei diesem Kursangebot um einen Versuch. Es ist durchaus möglich, dass am ersten Tag praktisch alle aktiven Mitglieder anwesend sind - oder aber auch keine. Die Möglichkeiten der Bootswahl und der individuellen Betreuung werden sich danach richten.

Bootsordnung 1997

A : Offene Boote: Frei für alle RCB - Mitglieder:

Bärn	4+Y	Albatros	2x
Wohlensee	4xC	Flamingo	2x
Schwan	4xC	Kölbli	1xC
Alligator	4x	Kappelenbrügg	1xC
Team Spirit	3x	Hasli	1x
Wohlei	2xC	Pomodoro	1x
Jumeaux	2x	Atlantis	1x

B: Rennboote: Benutzung nur mit Erlaubnis eines Ruderchefs

Diese ist an der Informationstafel im Bootshaus ausgehängt.

Aranea	8+	Twin	2x
Heaven can wait	4x	Tandem	2-
Torpedo	4x	Marabu	1x
		Follow me	1x

C: Regattaboote:

Diese Boote sind den Regattierenden für regelmässige Trainings und die Regatten fest zugeteilt. Anderweitige Benutzung ist nur nach Absprache mit dem Chef Leistungssport möglich.

See you later	4x	Prägel	1x
Neu	2x	Zürich	1x
Gemini	2x	dr Kipfer	1x
Dydimos	2x	Züri West	1x

D: Privatboote:

Private Boote dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Eigentümer benutzt werden.

Jedes Boot verfügt über passende Ruder, die mit dem Bootsnamen angeschrieben sind. Der Austausch von Rudern ist nicht gestattet.

!!! Tragt Sorge zu unseren Booten !!!

Die Boote sind durch die Trainer korrekt eingestellt. Es ist nicht gestattet, die Anlage zu verändern oder Material von einem Boot in ein anderes zu wechseln.

Bei Schäden ist eine Schadenmeldung auszufüllen.

Bei Benutzung von Booten für Fahrten ausserhalb des Wohlensees ist ein Ruderchef zu informieren.



Wanderfahrten

Das Organisatoren-Team des SRV bietet eine interessante Auswahl attraktiver Wanderfahrten im In- und Ausland an. Eine Übersicht ist im Bootshaus an der Info-Tafel ausgehängt.

Holzbau heute.

Es gab Zeiten und Gegenden, da waren Pfahlbaumethoden beim Bauen das einzig Richtige. Der Holzbau von heute hat damit – ausser dem Rohstoff – nichts mehr zu tun, im Gegenteil: Dank modernsten Technologien ist er aktueller denn je. Sprechen Sie über Zimmer- und Schreinerarbeiten doch einmal ganz unverbindlich mit den Spezialisten unserer Holzabteilung. Auch wenn Sie nicht am Wasser bauen wollen... Auf uns können Sie in allen Sporten bauen: Hoch- und Tiefbau, Zimmer- und Schreiner-, Reparaturen und Spezialarbeiten.

WIRZ

Wirz AG, Abt. Zimmer- & Schreiner-
Freiburgstrasse 359, 3018 Bern
Tel. 031 991 40 66, Fax 031 991 75 11

Pfahlort der Bronzzeit, etwa 1100 v. Chr.
Freilichtmuseum Untereuhningen am Bodensee

Club-Wanderfahrt auf der Rhone Sa/So 11./12. Oktober 1997

von R. Kallmann

Nach der gelungenen Club-Wanderfahrt Bern Eymatt - Solothurn (92 km) zum 75. Geburtstag des Rowing-Club Bern im August 1994, die einen sehr guten Anklang gefunden hatte, organisiert dieses Jahr der RCB wieder eine zweitägige Wanderfahrt auf der Rhone.

Da ich aus Genf gebürtig bin und dort auch aufgewachsen bin, habe ich eine besondere Vorliebe für den Lac Léman und die Rhone. Bis vor kurzem war das Rudern durch die Stadt Genf nicht einfach. Seit 1995 steht nun beim neuen Wehr Seujet, mitten in der Stadt, eine Schleuse, welche eine unproblematische Durchfahrt aus dem Seebecken bis zum nächsten Wehr Verbois erlaubt. Ich habe im Oktober 1995 eine erste Erkundungsfahrt mit einem Ruderboot gemacht, im Oktober 1996 machte ich eine zweite mit zwei Schiffen.

Ich organisiert nun für den RCB und alle interessierten Wanderruderinnen und Wanderruderer der Schweiz eine **zweitägige Wanderfahrt am Sa/So 11./12. Oktober 1997 auf der Strecke Genève Port-Noir - Bellegarde (Übernachtung) - Génissiat - Pont Carnot.**

Die Landschaft ist einzigartig und sehr wild, trotz der relativen Nähe der Stadt. Da der grösste Teil der Strecke keine Uferstrasse hat, wird diese Wanderfahrt eine echte landschaftliche **Entdeckung** für alle Teilnehmenden sein. Die Rhone durchquert mehrere Naturschutzreservate. Eigenartige Brücke und eine grosse Festung sind weitere Anziehungspunkte für die Augen. Vom Wasserstand und von der Schönheit der Herbstlandschaft her ist der Monat Oktober der geeignetste. Die gesamte Ruderstrecke beträgt 60 km. Es wird in Bellegarde in einem schönen Hotel-Restaurant übernachtet. Drei Wehre sind zu überwinden: eine Schleuse, und zweimal müssen die Boote auf jeweils 300 m getragen werden, was etwas Zeit und Geduld in Anspruch nimmt.

Die Société Nautique de Genève (SNG) wird uns die Boote zur Verfügung stellen (Vierer-Yolen und Zweier-Yolen, jeweils mit Steueremann). Diese Bootsart eignet sich besonders gut für das Ein- und das Aussteigen bei den Wehren und an den Ufern.

Teilnehmende: min. 8, max. 23

Kosten: zirka Fr. 160.- (Organisation, Bootsmiete, Versicherung, zwei Mittagessen als Picknick durch den Landdienst organisiert, ein währschaftes Abendessen, Übernachtung und Frühstück, usw).

Rudertechnik: Sicheres Beherrschen des Ruderns in einem Riemboot. Für Anfänger aus der Saison 1995 oder 1996, muss vor der Wanderfahrt eine Jahresstrecke von 150 km zurückgelegt werden, davon mindestens 2 Ausfahrten zu je 20-25 km.

Anmeldung: im Bootshaus am Anschlagbrett oder schriftlich direkt bei Roland Kallmann, Gewerbestrasse 12, 3012 Bern bis zum 31. Juli 1997, sofern Plätze noch frei sind.
Weitere Auskünfte: Telephon P (031) 301 24 83 von 07.30 bis 08.00 Uhr und von 18.30 bis 21.30 Uhr.

Hinreise: Ab Bern möglich am Samstag Morgen mit den SBB: Bern ab 06.11 Uhr, Genève an 08.01 Uhr.
Für Auswärtige wird eine Übernachtungsmöglichkeit in der Gegend von Morges - Genève organisiert (Mehrpreis).

Rückreise: Am Sonntag mit den SBB, Genève ab ca 18.00 oder 19.00 Uhr.

**"BRING DI
I FORM"**



B. WEGMÜLLER

Dorfstrasse 35 3032 Hinterkappelen Tel. 031/901 07 00

Boote – Fahrschule – Motoren – Winterlager

MARINER

OMC

MERCRUISER

EVINRUDE

Reparaturen + Service sämtlicher Bootsmotoren

Hotel Restaurant

Kappelenbrücke



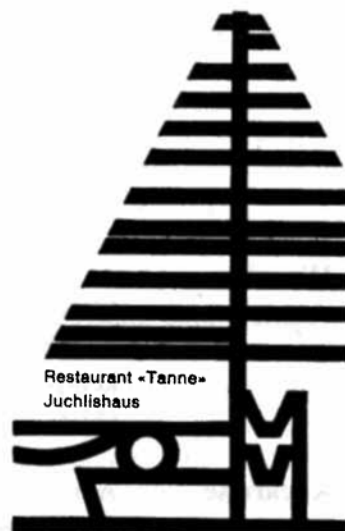
am Wohlensee bei Bern

Montag und Dienstag
ganzer Tag geschlossen

Fischspezialitäten

Mit höflicher Empfehlung

Heinz Gyax
Telefon 901 15 36
3032 Hinterkappelen



Restaurant «Tanne»
Juchlihaus

Familie Hans Fuchs-Zumstein
Telefon 031-96 01 87

RCB Terminkalender 1997

ab 21. April (Mo) 18.15h Ruderkurs für Erwachsene
(wöchentlich bis 30. Juni) (Anfänger)

ab 22. April (Di) 18.15h J+S-Kurs für JuniorInnen
(wöchentlich bis 1. Juli)

ab 24. April (Do) 18.15h Ruderkurs für Erwachsene
(alle 14 Tage, gem. Kursplan) (Fortgeschrittene)

27. April (So) 09.30h Anrudern mit Bootstaufe

20. Juni (Fr) 19.30h Mondscheinfahrt

xx. August (Sa) abends Bootshausfest
(genaues Datum noch offen)

12.-14. September Club - Wanderfahrt
Schaffhausen - Untersee

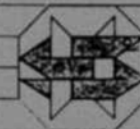
11.-12. Oktober SRV - Wanderfahrt Rhône
(Organisator RCB)

25. Oktober (Sa) Armada-Cup

19. November (Mi) 20.00h 78. Generalversammlung

Vorstand des Rowing - Club Bern

Präsident	Daniel Gfeller Kirchgässli 2, 3264 Diessbach b. Büren	P	032 351 59 25
Vizepräsident	Adrian Blaser Heimstr. 28, 3018 Bern	P	991 84 42
Sekretär	Pascal Rub Gebhartstr. 14, 3097 Liebefeld	P	079 406 04 46
Kassierin	Verena Geisler Gryphenhübeliweg 6, 3006 Bern	P	352 04 34
I. Ruderchef	Christian Heierli Zähringerstrasse 49, 3012 Bern	P	302 25 11
Chef Leistungssport	Michael Heierli Zähringerstrasse 49, 3012 Bern	P	302 25 11
Chef Breitensport	Felix Weibel Steingrübliweg 17, 3072 Ostermundigen	P	931 29 40
Materialverwalter	Reto Schwarzwälder Asterweg 12, 3138 Uetendorf	P	033 345 44 69
Bootshausverwalter	Olivier Messerli Spitzackerstrasse 21, 3145 Niederscherli	P	849 35 17
Bootshaus	Wohlenstr. 66, 3032 Hinterkappelen		901 10 42



HANS SCHATZMANN
BETRIEBS- UND PRAXISBERATUNG
SCHAUPLATZGASSE 26, 3011 BERN
TELEFON: 031 - 311 55 22
PRAXISPLANUNG UND -BEWERTUNG
BUCHFÜHRUNG UND STEUERBERATUNG

SIEG



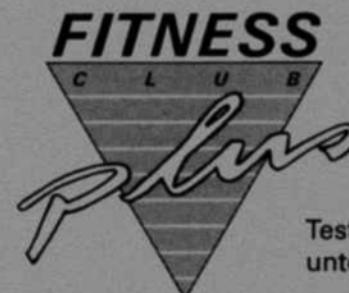
SICHERUNG

Was Sie sich mit vollem Einsatz erkämpft und erarbeitet haben, ist bei uns sicher angelegt. Wir sorgen dafür, dass sich Ihr Kapital vermehrt. Sie finden uns ganz in Ihrer Nähe.



SPAR+LEIHKASSE IN BERN

SICHER, SERIÖS UND KUNDENNAH; SEIT 1857.



Kraft und Körpertraining
mit NAUTILUS und GALAXY

Sauna · Dampfbad · Solarium

Testen Sie uns mit einem **Probetraining**
unter fachkundiger Anleitung.

ALLFIT TRAININGS AG, Effingerstrasse 12, 3011 Bern, Tel. 031/382 26 26