RCB-TELEGRAMM

Nr. 4.12/Oktober 2012

ROWING CLUB BERN

Mit diesen Themen: Schlussversteigerung - Gartentor erzählt, News aus der Baukommission, Bericht Ressort Sport, im Kanuparadies Mirow, Fünf Fragen an Kathryn Imboden, Nachruf Beat Wieland

Crew-Class

Ergometertraining

Technik - Ausdauer - Kraft auf und neben dem Ergometer. Crew-Class mit Musik und viel Spass. Ab dem 16. Oktober wird im Bootshaus ein Ergometertraining der besonderen Art angeboten.

Einschreiben im Doodle ist die einzige Bedingung:
http://www.doodle.com/4dn82n729af2r53e
und wie immer gilt, wer sich eingetragen hat, ist auch anwesend!

Es ist vorgesehen, das Angebot mit 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmern durch zu führen. Momentan besitzt der RCB erst Platz für 7. Eine allfällige Reduktion der TN-Plätze ist daher nicht ausgeschlossen.

Ergometer gesucht!

Für die Ergometerkurse und Crew-Class Angebote des Rowing-Clubs und des Unisports fehlen drei Ergometer. Bis eine Beschaffung organisiert werden kann, sind wir auf der Suche nach nicht benötigten **Concept-Ergometern**. Falls du deinen Ergometer bis Ende Jahr dem RCB zur Verfügung stellen kannst, nimm bitte mit mir Kontakt auf - herzlichen Dank Felix Weibel

Alle Informationen findest du auch auf der Homepage.

:/MEDIACODING
RELIABLE WEB SOLUTIONS

President's Corner

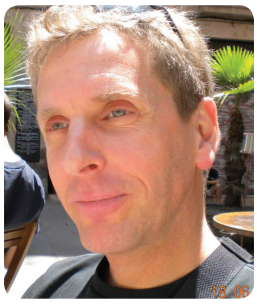
Liebe RCB'lerinnen und RCB'ler,

mit einem grossartigen Fest konnten wir am 08. September 2012 unser neues, langersehntes Bootshaus in Beschlag nehmen.

Mit der Eröffnung geht eine lange Zeit mit eingeschränktem Ruderbetrieb, Verzichten und vielen Stunden Fronarbeit zu Ende. Noch sind nicht die letzten Schrauben und Haken montiert. Vieles wird sich erst mit der Zeit ergeben. Aber Fakt ist: wir haben ein unglaublich schönes, neues Zuhause erhalten.
Allen die zum guten Gelingen in irgend einer Form etwas beigetragen haben sei an dieser Stelle noch einmal herzlichst gedankt. Auch dem kleinen aber sehr feinen OK das sich verantwortlich zeichnete für das Eröffnungsfest, sei an dieser Stelle mein gebührender Dank ausgesprochen. Gratulation und Dank!!

Fernab von allen Tätigkeiten ums Bootshaus hat auch das Regatta-Team seine Saison, auch wenn nicht unter super optimalen Bedingungen, erfolgreich abgeschlossen. Die Vorbereitungen auf die kommende Saison 2013 haben bereits begonnen. Die Höhepunkte konntet ihr ja bereits in Berichten auf der Hompage nachlesen.

Nun nähern wir uns bereits mit grossen Schritten dem Jahresabschluss mit Abrudern und GV. Vorerst aber wünsche ich Euch allen goldige Herbsttage und viele schöne Ausfahrten.



Euer Presi,
Steff

Abrudern

Am Samstag, 3. November beenden wir die Rudersaison 2012 mit unserem traditionellen Abrudern zum ersten mal im neuen Bootshaus. Ebenso stehen fünf Bootstaufen an.

14.00 Uhr Ausfahrt in ausgelosten Mannschaften
16.00 Uhr Taufen, Speis und Trank

Anmeldung erforderlich!!!
über die Homepage oder hier

Kummerkasten

Der Vorstand hat auf der RCB-Homepage einen Kummerkasten eingerichtet. Dort kannst du deine Anregungen, Bedenken und Sorgen im Zusammenhang mit dem neuen Bootshaus deponieren.

BOOTSHAUS 2012
→ Kummerkasten

Grosse Solidarität

Der Künstler Heinrich Gartentor erzählt

28. September 6:45, Horrenbach-Buchen, ehemalige Lehrerwohnung im ehemaligen Schulhaus am Küchentisch: **„38'000 Franken als Erlös der Werk-Auktion – und was nicht verkauft wurde, geht nicht verloren. Im Gegenteil. Es ist stilles Kapital, das nach und nach veräussert werden kann."** So hätte ich den Text begonnen, wenn ich ihn am Tag nach der Auktion verfasst hätte.

Den Tag der Auktion sollte man nicht beschreiben, ohne die Tage danach ausser acht lassen. Vor-vorgestern habe ich Beat Schwerzmann zufällig im Zug von Zürich nach Bern getroffen. Er fuhr zur Bootshaus-Baukommissionssitzung. „Ich bin immer noch dran an Leuten, welche sich für die restlichen Bilder interessieren." Es blieben fünf Bilder unverkauft an der Auktion an jenem 8. September, heute vor 20 Tagen also. Gestern waren wir bei Marc Lüthi; wir = Bernhard Marbach und ich. Lüthi, der CEO vom SCB ist einer, der ein Bild ersteigert hat - jenes von Eishockey-Legende Martin Rauch (25 Jahre Hockey auf höchstem Niveau, davon 17 Jahre SCB, 4x Meister mit diesem; 1317 Nationalliga-Spiele – einsamer Rekordhalter, 116 Spiele mit dem Nationalteam). Rauchs „Liibli" mit der Nummer 7 hängt unter dem Dach der PostFinance Arena. Und nun also hat der SCB noch mehr Rauch. Der Neo-Rauch (eine Pointe für jene, die sich auf dem Kunstmarkt auskennen; für die Anderen: Neo Rauch, ein Leipziger Maler, ist einer DER Topshots auf dem Kunstmarkt, mit dem Verkauf eines Neo Rauch finanziert man ein ganzes Bootshaus); der Neo-Rauch hängt im heiligen Bürotrakt des SCB und ist nur für jene sichtbar, welche die Ehre haben, den heiligen Bürotrakt zu besuchen. So wird es weiter gehen. Bernhard Marbach und ich werden allen Käuferinnen und Käufer die Kunst persönlich übergeben gehen, es werden weitere kleine Stammtisch-Geschichten entstehen. Der Rowing Club Bern ist bereits jetzt, 20 Tage nach der Auktion in die Geschichte eingegangen als innovativer Club. Alle zücken den Hut vor dieser Art Auktion. Meines Wissens hat nämlich noch kein Sportclub jemals versucht, einen Künstler dazu zu bewegen, zusammen mit Sportlerlegenden Kunst zu machen und diese zu verkaufen. Ich bin in diesem Projekt eigentlich unwichtig, es hätte auch ein anderer Künstler sein können. Wirklich wichtig ist, dass Bernhard Marbach die Idee hatte und diese Idee auch mit vollem Einsatz zur Blüte brachte.

Die Auktion ist schnell abgehandelt: Wetter gut, Auktionator Stadtpräsident Alexander Tschäppät mit flotten Sprüchen und gut gelaunt, Grossrat Thomas Fuchs als einer von 62 Leuten im Publikum aber nicht als Bieter. Und eben 38'000.- Erlös. Ich war glücklich und bin es noch heute. Ich würde wohl jetzt – es ist mittlerweile 7:31; der Kaffee ist getrunken – eine schöne Erinnerung weniger haben ohne diese Aktion. Und ich werde jedes Mal daran denken, wenn ich am RCB-Stammtisch sitze (den eine RCB-Bietergemeinschaft ersteigert hat) und den Schwerzmann/Bodenmann an der Bootshauswand begutachte, der uns immer an die Auktion erinnern wird. Und ich werde an den SCB-Lüthi denken, der hofft, dass ich in den nächsten Jahren derart an Marktwert gewinne, dass er das Bild notfalls verkaufen und mit dem Erlös einen Top-Spieler verpflichten kann.

Gartentor

Heinrich Gartentor ist Ehrenmitglied des Ragatta Verein Bern. Er brachte 1999 die Drachenboote an den Armadacup und etablierte das Rennen im internationalen Drachenboot-Regattaplan. Er trat 2009 als Drachenboot-Verantwortlicher zurück.
www.gartentor.ch

Stadtpräsident Alexander Tschäppät (links im Bild) und Heinrich Gartentor. Bild Simon Käsermann

Hausordnung

Die neue Hausordnung wird demnächst auf der Homepage veröffentlicht, wie auch im Bootshaus gut sichtbar platziert. Alle Benutzer, auch externe sind gebeten sich daran zu halten.

Restaurant Zum Gefolgt

ROSAT RECHTSANWÄLTE

HWZ Holzwerkstoffe und mehr.

ZAUGG BAUT+BEWEGT

/DufIonRacz/

croci & du fresne
photography & compositing

rubmedia
Druckerei | Verlag | Zeitschriften | Medienlogistik

OLWO

ottiger & partner

Bruno Kräuchi
Flügel & Klavierverleih

Oberli AG
Umzüge | Transporte | Lagerungen | Reparaturen
Industriestrasse 45
3052 Zollikofen

Einweihungsfest

News aus der Baukommission

Auch nach der Bootshauseröffnung geht die Arbeit weiter.

Die Abnahmen sind erfolgt, erst kürzlich konnte die Schätzung mit der GVB durchgeführt werden.
Die Mängelbehebung ist auf Kurs, ebenfalls wurden diverse kleinere Nachbestellungen ausgelöst. (z.B. Geländer Fenstertüre Galerie)
Der Architekt ist damit beschäftigt die Abrechnungen voranzutreiben, damit die BauKo anlässlich der GV die konsolidierte Abrechnung präsentieren kann. Wir sind bemüht, dass gewisse Risikopositionen mit den Beteiligten bereinigt werden können. (Inertbaustoffe Baugrube, Stadt Bern; Rampe/Zugang Camping, TCS)
Der „Zustupf" aus dem Sportfond ist erfreulich ausgefallen. Die Zusage liegt schriftlich vor.
Durch den Einsatz einer Wärmepumpe haben wir nochmals die Möglichkeit zusätzliche Fördergelder vom Kanton zu erhalten.
Wir bleiben dran!/sti.

Alles neu macht der Herbst

Jetzt geht es mit dem Training wieder richtig los. Ein Bericht aus dem Ressort Sport./nj

Das neue Bootshaus steht und der Ruderbetrieb wurde wieder vollumfänglich aufgenommen. In den letzten Wochen vor dem Wechsel zur Winterzeit sind die RCBlerinnen und RCBler zahlreich auf dem Wasser anzutreffen. Es gilt Verpasstes nachzuholen und sich einen Vorrat für den Winter anzurudern.
Mit der Teilnahme an der Bilac ist ein Breitensportvierer auch gleich wieder ins Wettkampfgeschehen eingetreten. Trotz dem wenig intensiven Sommertraining hat das Boot die diesjährige Bilac auf dem hervorragenden 8. Platz beendet.
Felix Weibel und sein Team haben nach dem Kurs im Juni und Juli im September einen Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger durchgeführt. Sie konnten wiederum viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer für den Rudersport begeistern. Wir freuen uns schon jetzt, die neuen Gesichter regelmässig im Club anzutreffen.

Ein Blick zurück, ein Blick nach vorn

Die Schweizermeisterschaften 2012 sind Geschichte. Steffi Feuz konnte eine erfolgreiche Saison mit dem zweiten Rang im leichten Frauenskiff beenden. Ebenfalls eine Medaille mit nach Bern gebracht haben Alexander Schorno (Rang 3, 4x, Junioren U 19, Renngemeinschaft), Ewald Grobert (Rang 1, 1x, Masters D und Rang 3, 2x, Masters C, Renngemeinschaft). Ganz herzliche Gratulation allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern für die tollen Leistungen.
Nach den SM 2012 hat Headcoach Peter Fritsch sein Amt niedergelegt. Nach jahrelanger erfolgreicher Arbeit öffnete sich im RCB eine Lücke, die gefüllt werden musste. Nach einem turbulenten Sommer konnte das Regattateam im Herbst das Training unter der neuen Leitung von Stefan Hauke und Hanspeter Glauser wieder aufnehmen. Nach einer Teilnahme an der Herbstregatta in Sursee kann jetzt das Wintertraining beginnen.
Dass Leistungssport nicht nur im Juniorenalter Spass macht, beweist Ewald Grobert immer wieder eindrücklich. Anfang September hat er an der Mastersregatta in Duisburg teilgenommen und gleich zwei Medaillen mit nach Hause gebracht (3. Rang, 3x und 1. Rang, 1x).

Vielseitigkeit im Winter

Apropos Wintertraining, das neue Bootshaus lädt sowohl die Leistungssportlerinnen und Leistungssportler als auch die Breitensportlerinnen und Breitensportler zum Indoortraining ein. Wie bereits im letzten Winter bietet Felix Weibel einen Ergometerkurs an (Dienstagabend, Anmeldung via Doodle auf www.rowing.ch). Die Trainingszeiten des Regattateams werden so bald als möglich auf der Webseite und im Bootshaus bekannt gegeben. Wir freuen uns, wenn das Bootshaus über den Winter kräftig fürs Training genutzt wird. Ebenfalls stattfinden wird ein Hallentraining (Mittwochabend, Infos folgen auf www.rowing.ch). Natürlich sind auch im Winter jederzeit Ausfahrten auf dem Wasser möglich.

zwei Gebote

Herbst/ Winter

Ruderordnung:
Art. 4.2
Alle Boote haben vor Einbruch der Dunkelheit wieder an Land zu sein.

Art. 4.4
Ausserhalb der offiziellen Rudersaison (zwischen Ab- und Anrudern) wird in Kleinbooten (1er und 2er) das Tragen einer Schwimmweste empfohlen. Für ungeübte Ruderinnen und Ruderer ist das Tragen einer Schwimmweste in Kleinbooten in dieser Zeit obligatorisch.

Armadacup

Helfer
Dein Helfereinsatz für den Armadcup ist sehr willkommen. Pro halbtägigem Einsatz kannst du 20.- in die Clubkasse generieren.
www.bkw-armadacup.ch

Am Start
Du willst bei der 26. Ausführung des Armadacup selber am Start sein? Die Meldung zum Rennen musst du direkt über die Homepage www.bkw-armadacup.ch machen.

Ein Skiff
Du brauchst für den Armadacup ein Skiff vom RCB, dann melde dich bis spätestens am 13. Oktober über die Homepage oder direkt hier an.

Impressum

Herausgeber: Rowing Club Bern
www.rowing.ch

Redaktion: Ruth Marbach (rm)
redaktion@rowing.ch
Präsident: Stefan Ihlenfeld (sti)
praesident@rowing.ch
Mitgliederwesen: Stefan Hauke
Kontakt
Sport: Nelly Jaggi (nj)
sportchef@rowing.ch

Nächste Ausgabe: Feb. 2013

13 RCB-ler im Kanuparadies Mirow

Aus einer bunt zusammengewürfelten Gruppe wurde, vom 21. - 28. Juli, ein eingeschweisstes Team.

Anreise

Daniel und Pierre-André machten sich schon am Freitag auf die Reise, um bei der Gruppe vom Unisport genauere Informationen zum Rudergebiet rund um Mirow einzuholen. Tags darauf wurden die recht erschöpften und von den Unbilden des Wetters arg gezeichneten Unisportler an den Bahnhof von Neustrelitz gebracht, wo kurz davor ein Grossteil der Gruppe: Aleen, Christina, Daniela, Hanspeter, Heike, Felix, Georg, Shenja und Silvia eingetroffen waren. Vor der Abfahrt (Richtung Berlin-Bern für die Unisportler) und (Richtung Mirow für uns) hatten wir gerade noch Zeit, uns gegenseitiges zu grüssen, und die blasenverserten Hände der Unisportler zu begutachten. Nun war der Tarif bekannt und wir wussten, was uns erwartete...
Beim Abendessen war die Gruppe komplett: Michele war bereits mit dem Velo von Berlin eingetroffen (ca. 150 Km), während Florian die schnellste Variante (Flugzeug) gewählt hatte. Das Znacht nahmen wir bei noch recht frischem Wetter draussen auf der Hotelterrasse mit Blick auf den Mirower See ein. Daniel und Pierre-André gaben ihren Wissensvorsprung weiter, und zum Dessert wurden die Karten gezückt, um die Routen für die nächsten Tage zu besprechen.

Tagesablauf

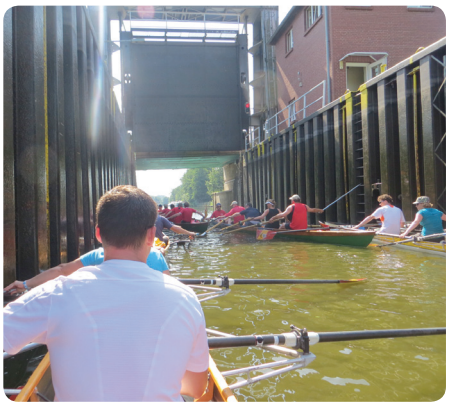
Die Rudertage waren sehr gut strukturiert: Morgenessen um 7.30 Uhr, Treffen vor dem Hotel um 9.00 Uhr, Bekanntgabe der Bootseinteilung durch Felix (die letzten zwei Tage ad hoc), Abmarsch Richtung Bootshaus, Boote vorbereiten, zarte Hände eincremen oder tapen und ca. um 9.30 Uhr einwassern. Danach begann die Ruderfahrt durch viele Seen, einer schöner als die anderen, von fast unversehrter Natur umgeben. Begegnung mit unzähligen Kanuten, Kajakfahren und Hausbootfahrern, vorbei an Millionen von Seerosen. Zur Entspannung gabs nach den Ausfahrten noch kurze Stretch- und Yogasessions, Badeplausch und das gemeinsame Abendessen.

Begegnungszone Schleuse

Für die meisten von uns war das Schleusen Durchrudern neu. Insgesamt haben wir acht Schleusen durchfahren mit einem maximalen Höhenunterschied von 10 Metern. Beim ersten Mal sassen wir noch recht wacklig in den Booten. Mit jeder Schleuse wurden wir aber stabiler. Beim Warten vor der Schleuse kam unser Exotenstatus als Ruderer zum tragen. Wir waren beliebte Gesprächspartner für Kanuten und Bootsfahrer. Eine ältere Dame erzählte uns, gemütlich in ihrem Wal(Name des Kajaks) sitzend: «Wir fahren schon seit 50 Jahren Kajak. Das Boot haben wir gleich nach der Wende gekauft, es ist ERST 20 Jahre alt und gut erhalten. Ja, denn zuerst kommt das Boot und dann ich!». Ein andermal grüsste uns ein Mädchen: «Meine Mutter hat gesagt, dass ihr aus Holland seid». Meist wurden wir dank der intensiven Kontaktpflege zu den Schleusenwärtern bevorzugt behandelt und kamen schnell durch die Schleusen. Bei einem längeren Halt vor der Schleuse konnten drei Mitglieder einen Hausbootbesuch machen. Als wir zur Schleuse raus ruderten, feuerte ein Kanute mit einem Megaphon jedes einzelne unserer Boote an, als ginge es um Olympiagold.

Gemütliches Beisammensein

Die täglichen Ausfahrten beendeten wir mit Stretching und einigen Yogaübungen. Zurück im



Hotel kühlten wir uns bei sommerlichen Temperaturen im erfrischenden Mirower See ab. Ins Restaurant gingen viele von uns im einheitlichen Matrosenlook. Das gemütliche Abendessen begleitet von viel Gelächter war ein entspannender Tagesausklang. Unser Topfavorit unter den Mirower Restaurants ist die Blaue Maus, wo wir aufmerksam, charmant und mit einer Prise Humor mit regionalen Spezialitäten (Fisch, Wild und als Absackerl ein Fischergeist) verwöhnt wurden.

Zurück nach Bern

Nach 170 Kilometern offenbarte der Blick auf unsere Hände erstaunlich wenig Blasen. Ob dies an der Pedic Fusscreme mit Bienenwachs lag, die wir vor den täglichen Ausfahrten schon fast wie ein Ritual einrieben und herumreichten? Das einwöchige Erlebnis durch wunderbare Seenlandschaften schweisste das kunterbunt gemischte Team zu einer Gruppe. Der Abschied in Mirow von denen die auf direktem Weg nach Bern fuhren und jenen die noch ein paar Tage

Fortsetzung auf Seite 6

5 Fragen an Kathryn Imboden

Kathryn ist die älteste aktive Frau im RCB. Das Rudern lernte sie in den USA und ist 1994, nachdem ihr Sohn Philipp als Junior angefangen hat, dem RCB beigetreten. Nach einem intensiven Trainingsprogramm 1996 im „Craftsbury Sculling Center" in den USA wurde Rudern zu einem zentralen Teil ihres Lebens.

Warum Rudern?
Rudern ist für mich weit mehr als nur eine Sportart. Es nährt Körper, Geist und Seele. Rudern fühlt sich wunderbar an, wenn alles in meinem Leben gut läuft, und es hilft mir darüber hinweg, wenn die Dinge weniger gut laufen. Wenn ich frühmorgens in meinem Skiff über den Wohlensee gleite, bin ich für den Rest des Tages glücklich.

Dein Lieblingsboot?
Mir gefallen die 1x, 2x und 4x mit all ihren verschiedenen Eigenschaften. Wichtig dabei ist, dass der Takt mit den Ruderpartnern stimmt. Deshalb bin ich meinen Ruderkollegen im SAC und HCW sehr dankbar. Ich schätze ihre Freundschaft und habe von ihnen in all den Jahren viel gelernt.
Aber ich finde, dass Rudern am besten im Skiff gelernt wird. Dort entwickelst Du die Technik am besten und im Skiff fühlst Du am direktesten, wie das Boot durch das Wasser gleitet. Ich habe das Glück, ein besonders schönes hölzernes Stämpfli-Boot zu besitzen, das perfekt zu mir passt und das ich liebe.

Dein ultimatives Rudererlebnis?
Die vielen Momente auf dem Wohlensee fügen sich zu einem wunderbaren Erlebnis zusammen: Ein entspannter Ausflug bis zum Werk hinunter, das Licht, das sich im Wasser spiegelt, Sonne, Regen, Schnee und einmal sogar ein Hagelsturm. Auf Englisch bedeutet „the water was good", dass ein Ruderausflug alles beinhaltete und gut ausging. Ich habe viel „good water" auf dem Wohlensee gesehen.

Was machst du, wenn du nicht ruderst?
Ich habe fast mein ganzes Berufsleben in der Entwicklungszusammenarbeit verbracht, darunter 20 Jahre bei der DEZA in Bern und früher in Afrika. Heute arbeite ich für verschiedene Organisationen, die Weltbank etwa und die Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit. Viel wichtiger als meine Arbeit ist aber meine Zeit mit der Familie, die mir grosse Freude bereitet: Ich habe drei Grosskinder in Bern und Boston. Im Winter gehe ich gerne Langlaufen, es gibt mir ein fast so gutes Gefühl wie das Rudern.

Wovon träumst du?
Davon, nächstes Jahr mit RCB-Rudern in der „Head of the Charles Regatta" in meiner Heimatstadt Boston zu rudern. Seit letztem Jahr bereite ich mich darauf vor. Ich war im Sommer im Trainingslager in Craftsbury und rudere diesen Herbst in den USA ein paar 5K Regatten. Ich gehe den Plan Schritt für Schritt an. In einem Jahr ist es soweit!
Längerfristig? Meinen Grosskindern das Rudern beizubringen und immer noch draussen auf dem Wohlensee zu sein – auch wenn ich über achtzig bin!

RCB-Termine

03.11. Abrudern
08.11. Generalversammlung

Fortsetzung Mirow
Deutschland anhängten, war trotz allem kurz und schmerzlos, denn in Bern erwartet uns das neue Bootshaus und viele weitere Ausfahrten.

Daniela Carrera

Den Originalbericht inkl. Reisetagebuch findest du auf der RCB-Homepage oder hier.

Top 10
- Pedic Fusscreme mit Bienenwachs
- Restaurant Blaue Maus
- Befreiungsgesprächsrunde
- der (junge) Wendehals (Vogel des Jahres 1988)
- die zwei Alten auf dem Balkon (Muppet Show, Statler und Waldorf)
- «Zuerst das Boot, dann ich»
- «Weil es so schön ist, wird es noch schöner»
- Fischergeist
- Marinelook
- Namaste

Teilnehmer:
Silvia Baumberger, Pierre-André Briod, Daniela Carrera, Aleen Demmler, Shenja Erismann, Florian Fertl, Christina Friedli, Michele Galizia, Hanspeter Glauser, Heike Hegers, Georg Klein, Daniel Stucki und Felix Weibel

Beat Wieland

Ein Nachruf
Am 31. August 2012 ist Beat Wieland (*06.05.1943) nach langer, schwerer Krankheit verstorben. Beat Wieland war ein langjähriges Passivmitglied. Seine Frau Elisabeth Wieland setzt sich seit Jahren im Schutzverband Wohlensee für die Interessen des Rudersports ein. Der RCB hat zur Trauerfeier einen Blumenkranz gewidmet.
Wir halten Sein Andenken in Ehren.