

26. Februar 2015: Tag der offenen Tür am Stägmattsteg

Rudern – das will ich auch!



Lautlos über das Wasser gleiten, kraftvoll beschleunigen, den Rhythmus finden, pfeilschnell die Startlinie passieren – all das ist Rudern. Nicht dasjenige Boot gewinnt, in dem Muskelprotze die Riemen zum Bersten bringen. Rhythmus und Präzision sind ebenso wichtig wie Kraft und Ausdauer.

Der Bau des Wasserkraftwerks Mühleberg schuf 1920 ein Naherholungsgebiet vor den Toren Bümpliz. Der Wohlensee erfreut nicht nur Wasser-

vögel, Naturfreunde, Paddler und Fischer. Er ist mit seiner glatten Wasserfläche zwischen schützenden Hügeln auch ein ideales Trainingsrevier für Ruderinnen und Ruderer.

1919 wurde der Rowing Club Bern gegründet – der englische Name entsprach dem Zeitgeist und stand der weltoffenen Bundesstadt gut an. Heute zählt der Club gegen 200 aktive Mitglieder. Seit 2012 steht das neue Bootshaus am Stägmattsteg und bietet eine gross-

zügige Bootshalle sowie Trainings- und Clubräumlichkeiten mit Blick auf den Wohlensee. Ob begeisterter Junior, leistungswillige Spitzensportlerin, engagierter Freizeitsportler oder auf Ausgleich bedachte «Best Ager»: der Rowing Club Bern bietet allen etwas.

Ist Rudern etwas für mich?

Probieren geht über Studieren. Darum öffnet der Rowing Club Bern seine Türen am Abend des 26. Februar. Ob Ergometer-Probetraining, Bootshaus-

begehung oder Erläuterungen zum Bootspark: jede und jeder ist eingeladen, unverbindlich und ohne Anmeldung vorbeizuschauen. Weitere Infos unter

www.rowing.ch



Rudern ist lernbar. Der Rowing Club Bern will Interessierten das Rudern im Club näherbringen.

- 26. Februar 2015, 18-20 Uhr
Tag der offenen Tür für Interessierte (ohne Anmeldung)
 - ab 13.4.2015
Erwachsenen-Anfängerkurs
 - ab 23.4.2015
Jugend+Sport-Ruderkurse
- Weitere Infos unter rowing.ch/kurse