

Flüstertüte



Impressum

Auflage:

300

Flüstertüte:

Eine Produktion des Seeclubs Thun, erscheint dreimal jährlich.

Redaktion:

Debora Hofer
arobed@bluewin.ch

Internet:

www.seeclubthun.ch

Druck:

Jost Druck AG, Stationsstrasse 5, 3626 Hünibach
Tel: 033 244 80 80, info@jostdruckag.ch

Nächster Redaktionsschluss:

Flüschi 02/13: 10. Mai 2013

Flütschi 03 / 2012

Inhaltsverzeichnis	Seite
Und das meint der Präsident...	5
News aus dem Vorstand	6
S-Mäntig → S- Donnschtig	7
Einladung zur 103. Generalversammlung des See Club Thun	8
Statutenänderung zur Teilnahme an Wettbewerb	9
Mitgliederzahlen aus dem Clubjahr 2012	11
Materialbericht 2012	13
Jahresbericht Leistungssport 2012	14
Einladung zur 33. Generalversammlung der Bootshaus-Genossenschaft Thun (BHG)	16
Karriereende von Fabiane Albrecht	17
BKW –ARMADACUP 2012	18
Langlauflager in Gadmen	18
Swiss Rowing Indoors	19
2. SRV-Langstreckentest 2013	21
Breitensport im Winter	22
Von Ulm nach Ingolstadt, eine Wanderfahrt auf der Donau, 29. September bis 3. Oktober 2012	24
Die nächsten Termine...	26
Vorstand SCT – Adressliste	27

SEHEN IM SPORT



YOUR INDIVIDUAL EYEWEAR

Volz Optik | Bälliz 43 | 3601 Thun | 033 222 21 69 | www.volz.ch

Vereins-Sponsoring: 10% Ihrer Einkaufssumme bei Volz Optik
fliessen zurück in die Vereinskasse des Seeclub Thun

Und das meint der Präsident...

Liebe Seeclublerinnen
Liebe Seeclubler

Vor vielen Jahren haben sich ein paar Gleichgesinnte zusammengetan, um gemeinsam den Rudersport zu betreiben und zu fördern. Und was macht man in der Schweiz, wenn sich einige einem gemeinsamen Ziel verschrieben haben? Sie gründen einen Verein – eine im ZGB (Schw. Zivilgesetzbuch) normierte Rechtsform.



Daran hat sich seit hundert Jahren nichts geändert. Nach wie vor wollen alle unsere Mitglieder diesem anspruchsvollen, fordernden und schönen Sport frönen, wollen mit Gleichgesinnten aufs Wasser und wollen die notwendige Infrastruktur dafür gemeinsam bereitstellen; und damit ist das Vereinsziel erfüllt? Rechtlich ist dem so – aber spielen für viele von uns nicht andere, wichtigere Gründe für den SCT? für die Beibehaltung und Fortführung des Vereins? Viele von uns würden dem zustimmen, wahrscheinlich jede / jeder sogar aus verschiedenen Gründen. Aber sicher würden die meisten die Kameradschaft, das Zusammensein mit Gleichgesinnten, das Kennenlernen von anderen Menschen nennen. Das macht unseren Seeclub aus – und daran wollen wir festhalten.

Für die formelle Führung des Vereins hat der Vorstand im Jahr 2012 sieben Sitzungen abgehalten, haben einzelne Vorstandsmitglieder viele Stunden für die Sauberkeit des Bootshauses, in die Führung der Rechnung, der Erstellung der Protokolle investiert, viele Stunden für weitere Tätigkeiten aufgewendet und – ein ganz wichtigen Teil – haben viele Mitglieder neue Ruderinnen und Ruderer in den Sport eingeführt und unsere Jugendlichen für den Wettkampfsport vorbereitet. Wir haben keine Stundenstatistik geführt, aber es sind tausende von Stunden, die für diese Tätigkeiten aufgewendet wurden. Wir haben diese Aufgaben gern übernommen und machen sie weiterhin gern. Dafür danke ich allen ganz herzlich – ohne diese freiwilligen Mithilfen wäre der Verein nicht zu führen.

Für die übrigen „Aufgaben und Tätigkeiten“, liebe Seeclublerinnen und Seeclubler, seid ihr selber zuständig. Dafür braucht es euer Engagement, euren Willen und eure Offenheit, anderen Menschen zu begegnen und ein paar Stunden miteinander zu verbringen. Neben den gemeinsamen Trainings ist es auch möglich, an den S'Mäntig resp. S'Donnschtig teilzunehmen und andere Clubmitglieder oder alte Kameradinnen und Kameraden zu sehen. Versucht es doch einmal, ihr werdet euren Spass bei Speis und Trank oder sogar beim Kochen haben. Der Vorstand hat aber auch die Erwartung, dass sich möglichst viele Mitglieder bei den wiederkehrenden Anlässen wie Putztage, Anrudern und ähnlichem treffen und kennenlernen (neben anderem!). Im Übrigen benötigen wir immer wieder Freiwillige, um den einen oder anderen Job im Vorstand oder für andere Tätigkeiten zu besetzen – Anmeldungen nehmen wir gerne entgegen.

Ich wünsche allen einen erfreulichen Saisonstart, viel Vergnügen auf dem Wasser und schöne Stunden mit anderen Clubmitgliedern.

Euer Präsident

News aus dem Vorstand

- Bo Engberg versuchte im Herbst ein Patensystem einzuführen. Das bedeutet, dass erfahrene Ruderer andere Ruderer auf eine Ausfahrt mitnehmen. Die Idee dahinter ist die offiziellen Trainings etwas zu entlasten und den Ruderinnen und Ruderern mit entsprechendem Niveau mehr Möglichkeiten für Ausfahrten angeboten werden. Bisher haben sich noch zu wenige Paten zur Verfügung gestellt um von einem Erfolg sprechen zu können. Hiermit sei der Aufruf an die potenziellen Paten nochmals wiederholt. Ruderinnen und Ruderer, die bereit sind andere Leute auf eine Ausfahrt mitzunehmen, melden sich bitte bei Bo Engberg.
Mail: breitensport@seeclubthun.ch
- Anlässlich der Sitzung vom 15.10.2012 hat der Vorstand das erneuerte Konzept für den Ruderbetrieb genehmigt. Die Kategorien, die über das ruderische Können Auskunft geben wurden gestrafft. Die Bedingungen für das Erreichen der Kategorien wurden überarbeitet.
- Ebenso wurde das Konzept für den Privatunterricht überarbeitet. Es legt die Bedingungen fest, unter denen Privatunterricht erteilt werden kann sowie die Preise für Privatlektionen.
Beide Dokumente sind auf der Homepage einsehbar.
- Nach langer Suche konnte in den Reihen des SCT ein Schiedsrichter für die SRV Regatten gefunden werden. Clemenz Stampfli hat sich bereit erklärt diese Aufgabe zu übernehmen. Der Vorstand und insbesondere das Regattateam danken ihm, dass er die Farben des SCT auf den Regattabahnen vertritt.
- Die AVAG Thun unterstützt den SCT mit einer Spende von CHF 600.-
- Die wenigen noch vorrätigen Trainer im SCT Look werden gegenwärtig zu Aktionspreisen abgestossen. www.seeclubthun.ch.
Bevor neue Clubbekleidung angeschafft wird, soll auch das Design überarbeitet werden. Für die neue Bekleidung des Regattateams werden Sponsoren gesucht.
- Am Sonntag, 16.6.2013 findet in Thun ein Super Sprint Triathlon statt. Der Wettkampf besteht aus Laufen, Radfahren und Schwimmen über kurze Distanzen. Alles findet in der Innenstadt statt.
Der SCT ist davon tangiert, weil der Schwimmwettbewerb im Kanäli am Scherzligweg stattfinden soll. Im Vorstand wird geprüft, ob der Anlass für die Durchführung eines Tages der offenen Tür genutzt werden soll. Findet das Schwimmen am Scherzligweg statt, so ist mit einer grösseren Anzahl sportinteressierter Zuschauer zu rechnen, die sich im Raum unseres Bootshauses bewegen. Mehr Infos unter: <http://www.first-wave.info/de/news/ansicht/datum/2012/11/14/super-sprint-triathlon-thun-2013.html>

S-Mäntig → S- Donnschtig

Beim Erscheinen dieser Flüstertüte geht die Winterzeit schon bald wieder ihrem Ende entgegen. Mit dem Zeitwechsel verlegen wir unseren kulinarischen Anlass wieder auf den Donnerstag. Leider melden sich die Köchinnen und Köche nur sehr zurückhaltend, was dazu führt, dass zwischendurch einmal ein Abend ausfällt. Es würde mich freuen neue Köchinnen und Köche im Seeclub begrüßen zu dürfen.

An dieser Stelle sei aber auch allen bisherigen Köchinnen und Köchen für ihr grosses Engagement gedankt.

Hier die nächsten Daten, alle noch ohne kreatives Personal:

S-Mäntig

25. Februar 2013

11. März 2013

25. März 2013

S-Donnschtig

11. April 2013

25. April 2013,

9. Mai 2013 (Auffahrt/Anrudern)

23. Mai 2013

6. Juni 2013

20. Juni 2013

4. Juli 2013

Gerne nehme ich die Anmeldungen von Köchinnen und Köchen entgegen.

karl.simmler@bluewin.ch

Wer's wagt gewinnt!

www.aebank.ch

BAUMHAUS ODER
INDIANERZELT?

Ob grosse oder kleine Wohnträume.
Individuelle Bedürfnisse, eigenständige Lösungen.

Aus Erfahrung

AEK
BANK GEB

Einladung zur 103. Generalversammlung des See Club Thun

Freitag, 8. März 2013, 20.00 Uhr

im Hotel Rathaus, Thun, Velschensaal

Traktandenliste

1. Genehmigung des Protokolls der GV 2012
2. Genehmigung des schriftlich vorliegenden Berichts des Präsidenten
3. Genehmigung der schriftlich vorliegenden Berichte aus den Bereichen
 - Leistungssport
 - Breitensport
4. Genehmigung des Jahresberichts des Materialverwalters
5. Genehmigung der von den Rechnungsrevisoren geprüften Bilanz und Jahresrechnung
6. Bestätigung des Mietvertrages mit der Bootshausgenossenschaft
7. Festsetzung der Jahresbeiträge und Genehmigung des Budgets für das kommende Jahr
 - Solidaritätsbeitrag an die Naturarena Rotsee

8. Wahl des Vorstandes
9. Wahl der Rechnungsrevisoren
10. Behandlung von Anträgen der Mitglieder
Antrag von B. Bilger auf Einführung eines Nichtraucherartikels in den Statuten
11. Eventuell: Antrag zur Bewilligung eines Planungskredites für den Umbau/
Neubau des Bootshauses
12. Bekanntgabe der Jahresleistung der Ruderinnen, Ruderer und Boote
13. Ehrungen und Verleihung von Auszeichnungen und Preisen
14. Verschiedenes

Anträge von Mitgliedern, über die an der GV beschlossen werden soll und die sich nicht auf ordentliche Traktanden beziehen, sind vor der GV beim Präsidenten zuhänden des Vorstandes schriftlich einzureichen.

Der Vorstand freut sich, neben Aktiven auch möglichst viele Passiv-Mitglieder begrüssen zu dürfen.

Der Vorstand SCT

Statutenänderung zur Teilnahme an Wettbewerb

Der Dachverband SwissOlympic hat ein Präventionsprogramm Cool & Clean gestartet und einen Wettbewerb „Sport rauchfrei 2013“ ausgeschrieben.

Durch die Teilnahme am Wettbewerb hat der Seeclub Thun die Chance **5000.- CHF** zu gewinnen. Der Wettbewerb findet jährlich statt, aber jeder Verein kann nur 1x teilnehmen.

Der Ansporn liegt hierin: **49'000 Franken** werden unter 20 Vereinen aufgeteilt.

1. bis 3. Preis: je 5000 Franken in bar, 4. bis 20. Preis: je 2000 Franken in bar.

Und das müssen wir dafür tun:

- Vereinslokal rauchfrei machen mit gratis Kennzeichnungsmaterial
- Statuten an der GV mit einem Artikel und einem Anhang
ergänzen (Statutenänderungen)

Die notwendigen Ergänzungen in den Statuten sind hier aufgeführt:

Art. 9. Ethik-Charta im Sport

Die Prinzipien der «Ethik-Charta im Sport» bilden die Grundlage für Aktivitäten des Seeclub Thun. Die konkrete Umsetzung einzelner Prinzipien ist in den

entsprechenden Anhängen geregelt.

Anhang 2: Die sieben Prinzipien der Ethik-Charta im Sport

Anhang 2.1: Sport rauchfrei

Anhang 2: Ethik-Charta

Gemeinsam für einen gesunden, respektvollen und fairen Sport!
Die sieben Prinzipien der Ethik-Charta im Sport

1 Gleichbehandlung für alle!

Nationalität, Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, soziale Herkunft, religiöse und politische Ausrichtung führen nicht zu Benachteiligungen.

2 Sport und soziales Umfeld im Einklang!

Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.

3 Förderung der Selbst- und Mitverantwortung!

Sportlerinnen und Sportler werden an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligt.

4 Respektvolle Förderung statt Überforderung!

Die Massnahmen zur Erreichung der sportlichen Ziele verletzen weder die physische noch die psychische Integrität der Sportlerinnen und Sportler.

5 Erziehung zu Fairness und Umweltverantwortung!

Das Verhalten untereinander und gegenüber der Natur ist von Respekt geprägt.

6 Gegen Gewalt, Ausbeutung und sexuelle Übergriffe!

Prävention erfolgt ohne falsche Tabus: Wachsam sein, sensibilisieren und konsequent eingreifen.

7 Absage an Doping und Suchtmittel!

Nachhaltig aufklären und im Falle des Konsums sofort einschreiten.

Anhang 2.1: Sport rauchfrei

Die Umsetzung Sport rauchfrei beinhaltet folgende Anforderungen:

Tabakfreie Zeit vor, während und nach dem Sport (d.h. eine Stunde vor bis eine Stunde nach dem Sport)

Vereinslokalitäten sind rauchfrei

Verzicht auf finanzielle Unterstützung durch Tabakfirmen

Anlässe werden rauchfrei durchgeführt. Dies beinhaltet:

Wettkämpfe

Sitzungen (inkl. DV/GV)

Spezielle Anlässe: z.B.

S-Donnschtig

Fondue-abend

Anrudern

Beatrix Bilger

Meinen & Partner
METALL+GLASBAU

Töpferweg 16 • CH-3613 Steffisburg
 Tel. 033 438 70 11 • Fax 033 438 70 13



Umbau Geschirrhalle Langnau

- Profilbauglas
- Fenster und Türen
- Glasfassaden
- Glasdächer
- Balkonverglasung
- Schiebewände

Mitgliederzahlen aus dem Clubjahr 2012

- Mitgliederbestand des Seeclub Thun

Insgesamt	296
Passive Mitglieder	125
Aktive Mitglieder	171

- Eintritte in 2012

Kategorie	Nachname	Vorname
GASTS	Blase	Ralf
JUN	Bleker	Maximilian
JUN	Bleker	Wiebke
VSEN	Colpi	Franziska
JUN	Danese	Lara
VSEN	Ellenberger	Peter
JUN	Elmiger	Annina

VJUN	Gehrken	Noemi
VSEN	Grieder	Angela
VEHE	Guggenbach	Peter
VSEN	Guggenbach	Monika
VSEN	Hänni	Christian
VSEN	Kuster	Martin
VSEN	Marolf	Stephan
JUN	Meyer	Nils
JUNS	Pausch	Janine
JUNS	Pohle	Fabienne
VSEN	Räfle	Ronald
JUN	Rieben	Jan
JUN	Rieben	Lukas
VSEN	Schaufelberger	Urs
VSEN	Steiner	Judith
VSEN	Steiner-Meyer	Heidi
VJUNS	Straubhaar	Bettina

➤ Austritte in 2012

Kategorie	Nachname	Vorname
AUS	Bangerter	Thomas
AUS	Berger	Maja
AUS	Fuchs	Regula
AUS	Kressmann	Steffen
AUS	Leiser	Isabelle
AUS	Moser	Caroline
AUS	Rochat	Stany
AUS	Schmid	Debora
AUS	Zumtaugwald	Marcel
AUS	Billeter	Brigitta
AUS	Klausener	Jsabelle
AUS	Klein	Eugen
AUS	Schmocker	Jürg

Beatrix Bilger

Hier könnte Ihr Inserat stehen

Lassen Sie Ihr Inserat in der Flüstertüte erscheinen und kontaktieren Sie uns noch heute.

Materialbericht 2012

Im Jahr 2012 entstanden an Klubbooten keine nennenswerten Schäden. Meine Arbeiten konzentrierten sich vor allem auf die Instandhaltung der Boote.

Revisionen und Reparaturen

Im Herbst hatten offenbar einige Mannschaften Mühe am Steg richtig anzulegen, und fuhren mit dem der Bootsspitze in den Steg. Folgende Boote wurden dabei beschädigt: Der Doppelzweier Bel Air, der Doppelvierer Thunerstern und der Skiff Croulant. Die Schadenssumme, welche in allen Fällen eine Privat-Haftpflichtversicherung übernahm, betrug zwischen 600 und 1'300 Franken.

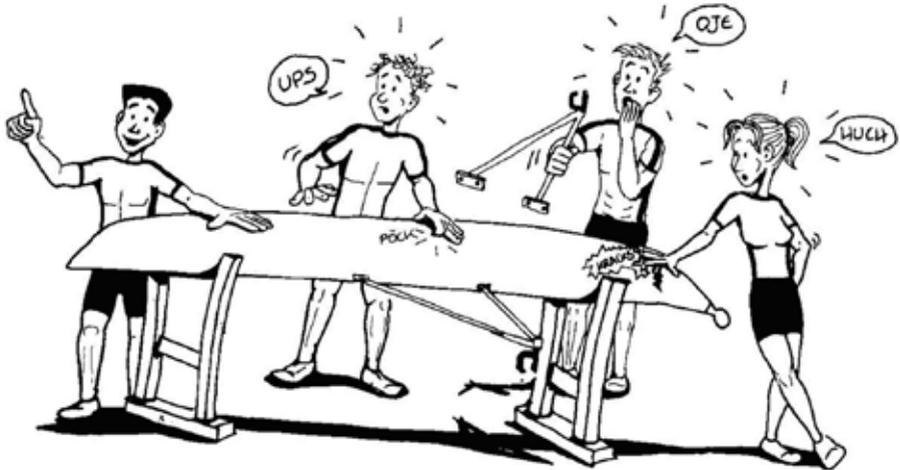
Ruder:

In dieser Saison haben wir bei vielen Rudern die Manschetten gewechselt. Im nächsten Jahr werden wir die Aktion weiterführen. Für die kommenden Jahre werden wir uns überlegen, ob wir grundsätzlich für die Boote, welche eine hohe Kilometerleistung haben, neue Ruder beschaffen wollen.

Ich möchte nächstes Jahr ausloten, welche Ruderblatt-Form sich für den Ruderbetrieb am besten eignet.

Ruderschuhe und Rollsitze:

Ich bin erstaunt, dass ich von Euch nicht rechtzeitig informiert werde, wenn der eine oder andere Ruderschuh in einem Boot sich in Einzelteile auflöst oder ein Rollsitz kaputt geht. Ich bitte Euch, mir umgehend ein E-Mail zu senden, wenn ihr feststellt, dass in einem Boot die Ruderschuhe oder der Rollsitz nicht mehr im guten Zustand sind.



Jahresbericht Leistungssport 2012

Im April konnten wir zum ersten Mal zusammen mit dem Seeclub Interlaken das Trainingslager in Tenero durchführen.

Das ganze Team konnte sich durch gute Leistungen während der Saison für einen Starplatz an den Schweizermeisterschaften qualifizieren.

Wir dürfen mit Recht sagen, dass es sich um eine sehr erfolgreiche Teilnahme an den Schweizer Meisterschaften gehandelt hat, wenn nicht sogar um eine der erfolgreichsten der letzten Jahre. Wir sind zwar in der gesamten Clubwertung nur auf einem mittleren Rang, wenn man aber bedenkt, dass wir kein Boot in den Kategorien Elite und U19 hatten, ist dieses Resultat verständlich und war nicht anders zu erwarten. In den gestarteten Kategorien haben wir sehr wohl unseren Platz behauptet. In der Wertung der Challenge Fovanna (Wertung für die Kategorien U17 und U15) haben wir dieses Jahr einen sehr guten vierten Platz (Rang 11 und 17 in den Jahren 11 und 10) belegt, lediglich 2 Punkte hinter der Societa Canottieri Locarno und 6 Punkte vor dem Basler Ruderclub.

Neben vielen hervorragenden Leistungen muss besonders betont werden, dass alle gestarteten Boote die Vorläufe überstanden haben und am Sonntag in den Finals starten konnten.

Herzliche Gratulationen gehen an folgende Podestplätze:

Skiff Juniorinnen U17, Debora Hofer;

Doppelzweier Juniorinnen U17, Debora Hofer und Sonja Beutler;

Doppelzweier Juniorinnen U15, Charlotte Neyenhuis und Claudia Klopfenstein;

Doppelvierer Juniorinnen U15, Charlotte Neyenhuis, Claudia Klopfenstein, Alice Ruch, Vivienne Niedermann (SCI).

Auch die anderen Athleten haben sehr gute Leistungen gezeigt (siehe Gesamtübersicht). Konstantin Rosshoff hatte ein bisschen Pech, ist er doch zweimal ganz knapp am Podest vorbeigeschrammt. Dasselbe gilt für Jonah Plock im Skiff.

Gesamtübersicht Resultate SCT Schweizer Meisterschaften 2012

Junioren U15

Jonah Plock,;

Skiff, 4. Rang, 04:08:20

Jonah Plock, Yanick Oesch;

Doppelzweier, 9. Rang, 3:43:65

Juniorinnen U15

Charlotte Neyenhuys, Claudia Klopfenstein;

Doppelzweier, 3. Rang, 03:56:26

Charlotte Neyenhuys, Claudia Klopfenstein, Alice Ruch, Vivienne Niedermann (SCI);

Doppelvierer, 3. Rang, 03:50:12 (Renngemeinschaft)

Junioren U17

Konstantin Rosshoff, Tim Bögli (SCB);

Doppelzweier, 4. Rang, 05:20:19 (Renngemeinschaft)

Konstantin Rosshoff, Tim Bögli (SCB), Schmid Andrea (SCB), Grünig Benito Pablo (SCB);

Doppelvierer, 4. Rang, 5:52:09 (Renngemeinschaft)

Juniorinnen U17

Debora Hofer;

Skiff, 1. Rang, 06:31:11

Debora Hofer, Sonja Beutler;

Doppelzweier, 2. Rang, 05:42:32

Bettina Straubhaar, Florentyna Hödl;

Doppelzweier, 12. Rang, 06:14:54

Sonja Beutler, Florentyna Hödl, Bettina Straubhaar, Alice Ruch;

Doppelvierer, 10. Rang, 5:33:17

SCB = Seeclub Biel

SCI = Seelclub Interlaken

Fabiane Albrecht ist zwar nicht für den Seeclub Thun gestartet, hat aber mit dem Belvoir Ruderclub im Doppelvierer Seniorinnen den dritten Platz belegt und ist im Achter der Frauen sogar Schweizer Meisterin geworden. Herzliche Gratulation.

Nach der SM erholen sich alle Athleten wohlverdient mit der langen Sommerpause. Im August geht es dann wieder von neuem los! Hier kann von einem Starterfolg gesprochen werden, da alle bisherigen Regattierenden weiter Leistungssport betreiben wollen. Wür dürfen sogar 4 weitere Ruderer / innen in unserem Team begrüßen. Neu sieht das Regattateam folgendermassen aus:

J u15: Yanick Oesch

JW u17: Alice Ruch, Charlotte Neyenhuys, Claudia Klopfenstein, Bettina Straubhaar, Florentyna Hödl, Sonja Beutler, Debora Hofer

J u19: Konstantin Rosshoff

JW u19: Janine Pausch

MO u23: Maurice Hödl, Fabian Kopp

Im Trainerteam gab es in dieser Saison einige Veränderungen. Maurice Hödl ist auf dies Saison hin wieder Leistungsruderer, dafür aber konnten wir Fabiane Albrecht, nach ihrem Rücktritt aus dem aktiven Leistungssport, als Trainerin gewinnen. Auch der Neuzuzüger Ralf Blase unterstützt das Trainerteam.

Wie in jedem Jahr besuchten wir die Herbstregatten und den Armadacup. Je nach Leistungen der Athleten wurden die Wintertests zusammen mit dem SRV oder zuhause in Thun absolviert. Weiter fand unser traditionelles Langlauflager nach Weihnachten wieder in Gadmen statt. Dieses Lager war ein erfolgreicher Jahresabschluss für unser Team sowie der Grundstein fürs neue Jahr.

Einladung zur 33. Generalversammlung der Bootshaus-Genossenschaft Thun (BHG)

Freitag 8. März 2013 um 19:00 Uhr

Im Restaurant Rathaus in Thun / Velschensaal

Traktanden:

1. Genehmigung des Protokolls der ausserordentlichen GV vom 11. 09.12
2. Genehmigung des Jahresberichtes
3. Orientierung über den Stand der Abklärungen betreffend Fusion der BHG mit dem Seeclub Thun
4. Abnahme von Bilanz und Jahresrechnung 2012 und Entlastung der Verwaltung,(Bericht der Revisoren)
5. Genehmigung des Budgets,
6. Beschlussfassung über die Verwendung der zur Verfügung stehenden Geldmittel,
7. Festsetzung des Preises der Anteilscheine
8. Wahl des Präsidenten, der übrigen Mitglieder der Verwaltung und der Kontrollstelle,
9. Beschlussfassung über Anträge von Mitgliedern, welche dem Vorstand mindestens 8 Tage vor der Versammlung schriftlich eingereicht werden,
10. Beschlussfassung über die Gegenstände, die der Generalversammlung durch das Gesetz oder die Statuten vorbehalten sind
11. Verschiedenes

Thun, 21.01.13/H

Karriereende von Fabiane Albrecht

Seit Fabi 2004, vom Rowing Club Bern herkommend, zum See Club Thun kam, fokussierte sie sich auf den Spitzensport. Durch die sehr vielen Trainingslager, teilweise über mehrere Monate (mit kleinen Unterbrüchen) in Sevilla mit unzähligen Trainingseinheiten, oftmals mit über 17 Einheiten pro Woche, schaffte es Fabi über die Teilnahme von diversen Weltcuprennen an verschiedene Weltmeisterschaften.

Es ist nicht einfach, den Höhepunkt Ihrer Karriere zu betiteln. Ist es der dritte Platz an den Studentenweltmeisterschaften in Trakai (Litauen), oder war es der achte Platz 2007 an den Weltmeisterschaften in München? Oder war es gar ein relativ unbedeutender Ergometertest im Jahr 2007 in Sevilla, bei dem Fabi mit 7:06,8 nicht nur persönliche Bestzeit, sondern seit Pia Vogel das beste (und bis heute nicht mehr erreichte) auf dem Ergometer erruderte schweizer Leichtgewichtsresultat erkämpfte?

Trotz all diesen Resultaten und diversen Schweizermeistertiteln gibt es ein besonderes Resultat: Der zweite Platz am Womens Head of the River Race in London 2012 in Renngemeinschaft mit dem Belvoir Ruder Club. Noch nie erreichte eine nicht britische und „nicht Nationalmannschafts- Crew“ ein so gutes Resultat an diesem prestigeträchtigen Rennen. Da Fabi während Ihrer Karriere primär im leichten Frauen- Einer, in der Nationalmannschaft im Doppelzweier ruderte, war dieses Rennen im Achter als grosses „Frauschaftsboot“ für sie eine riesen Freude, zumal ihr Herz trotz der vielen Trainings und Rennen in Kleinbooten eigentlich für die grossen Mannschaftsboote schlug, in denen die Teamarbeit eine grosse und wichtige Rolle spielt und über Erfolg oder Misserfolg bedeutend mitentscheidet. Diese verschiedenen Komponenten der Fitness, Technik, Freundschaft und Teamgeist machten für Fabi das Rudern erst zu dieser faszinierenden Sportart, die es ist.

Leider lief in Fabis Ruderkarriere nicht alles so, wie es (wie so oft im Leben) angedacht war. Zwei Bandscheibenvorfälle in den Jahren 2008 und 2011 unterbrachen nicht nur die sportliche Weiterentwicklung. Ihre Fitness wurde dadurch ebenso tangiert wie auch das Vertrauen in den „eigenen Rücken“. Nach dem ersten schweren Vorfall erholte sich Fabi innerhalb von 2 Jahren. Dies war eine harte, immer wieder von kleinen Rückschlägen geprägte Zeit. Das Training war zu dieser Zeit insbesondere mental schwierig. Immer wieder flammten Rückenschmerzen auf, welche sich jedoch immer seltener bemerkbar machten. Umso grösser war der Schock, als 2011 eine zweite Rückenverletzung (wenn auch weniger ausgeprägt) in Erscheinung trat. Auch hier versuchte Fabi noch einmal Wettkämpfe in Angriff zu nehmen. In den Trainings stellte sich schnell heraus, dass Fabi weiterhin hart und gut trainieren konnte, aber der Rücken nicht die für internationale Einsätze geforderte Anzahl ruderspezifische Trainings mehr zulies. Dennoch reichte es für den Erfolg in London am Head und einen weiteren Schweizermeistertitel 2012 im Achter.

Fabi war eine Athletin, bei welcher vor allem die Freude am Sport, dem Training und dem Wasser wichtig waren. Die Trainingseinheiten auf dem Ergometer missfielen ihr (obwohl sie in Ihrer Karriere über 7200 Kilometer auf dem Trockenen ruderte). Auf dem Wasser hingegen trainierte Fabi über all die Jahre über 27000 Kilometer. Dies war neben den zahlreichen Krafttrainings und anderen Ausdauertrainings wie Jogging, Langlauf und Schwimmen ihre Haupttrainingstätigkeit.

Fabi bleibt dem Seeclub Thun als Trainerin erhalten. Mit ihrer immensen Erfahrung und grossem Wissen was es bedeutet, alles in einen Sport zu investieren, den man liebt, mit dem Wissen was es braucht, um internationale Erfolge zu feiern, kann sie den ruderbegeisterten Jungen bestimmt viel beibringen.

Nik Schärer

BKW – ARMADACUP 2012

Diesen Herbst machten wir unsere Boote erneut reisebereit. Das Ziel war der Wohlensee, wo der Armadacup durchgeführt wurde. Wir hofften auf gutes Wetter, doch leider sahen wir schon am Morgen früh, dass unser Wunsch nicht in Erfüllung gehen würde. Trotz Eiseskälte setzten wir (Debora Hofer, Sonja Beutler, Bettina Straubhaar und Florentyna Hödl) uns ins Auto.

Schon bei unserem Aufwärmprogramm fing es an zu schneien. Auf Grund der langen Wartezeit vor dem Start froren wir schon vor dem Startschuss sehr!

Der Massenstart war wie immer ein Spektakel und fordert den Ruderer in seinem ganzen Können, Konzentration und Gleichgewicht sehr.

Man musste sehr aufpassen vor Massenkollisionen, Sandbänken und Seegras; auch Brückenpfeiler konnten sehr tückisch sein.

Bei rund 300 Skiffs kann es auf dem Wohlensee ein bisschen eng werden.

Nachdem wir durch all diese Hindernisse zum Glück ohne weitere Probleme hindurch kamen überquerten wir völlig durchgefroren, erschöpft und zugeschnitten die Ziellinie. Nach dem langwierigen Auswassern konnten wir endlich ins warme Auto hüpfen.

Maurice und Florentyna Hödl

Langlauflager in Gadmen

Dieses Jahr fand das Langlauflager des Regattateams wieder in Gadmen statt. Zusammen mit den Regattierenden vom Seeclub Interlaken erlebten wir fünf lustige und erlebnisreiche Tage. Das Wetter spielte nicht immer mit, die Sonne kam nie bis zu uns, da Gadmen von Bergen umgeben ist.

Jeden Tag gab es um acht Uhr Frühstück. Nachdem die Trainierinnen das Tagesprogramm bekannt gegeben haben, gingen wir uns umziehen und trafen uns vor dem Haus, um gemeinsam den kurzen Weg zur Loipe hinter uns zubringen. Nach einem Mittagessen ging es wieder ab auf die Loipe und stellten uns dem zweiten Training.

Die Trainings waren immer sehr anstrengend aber auch lustig! Eine Trainingseinheit lief so ab, dass wir uns mit einem kurzen Spiel aufwärmten und noch über die Technik sprachen.

Die Abende waren immer sehr lustig und unterhaltsam, wir spielten Spiele wie Black Storys und Billard. Um zehn Uhr war Nachtruhe, doch hielten sich alle daran?

Das Highlight der Woche war der Hotpot mit dem uns die Trainer überraschten.

Die Tage in Gadmen gingen viel zu schnell vorüber und schon war es Sonntag und wir mussten abreisen!

Ein riesengrosses Dankeschön an alle Trainer und Begleiter! Das Lager war super und wir freuen uns schon auf nächstes Jahr.

Bettina und Claudia

Swiss Rowing Indoors

Seit Wochen verfolgt uns alle das Gefühl der Ungewissheit, der Nervosität und der Vorfreude.

Das können nur die Swiss Rowing Indoors sein, welche dieses Jahr am 26. Januar in Zug stattfanden.

Am Samstagmorgen trafen wir uns um 7.50 Uhr am Bahnhof Thun, von wo aus wir mit dem Zug über Bern und Zürich nach Zug fuhren. Ganz kribbelig nahmen wir die letzten 10 Minuten bis zur Kantonsschule Zug unter die Füsse.

Nach dem Eintreten in die Eingangshalle kam uns augenblicklich ein etwas verärgertes Hauswart entgegen, welcher uns verkündete, dass wir uns im falschen Gebäude befanden und uns schliesslich den richtigen Weg in die Turnhalle wies.

Eine Hausecke weiter herrschte bereits ein reges Treiben, welches deutlich mehr nach Wettkampf betrieb aussah.

Die ersten Rennen liefen bereits. Maurice, welcher sein Rennen um 11.45 Uhr hatte, musste sich schon ein wenig beeilen. Das nächste Rennen mit thuner Beteiligung fand um 12.15 Uhr mit Yannick statt. Debora, Florentyna, Sonja, Bettina, Charlotte und Claudia starteten alle in der A Serie der U17 Juniorinnen um 12.30Uhr. Sie konnten sich noch ein wenig ausruhen, und sich an das vorherrschende Wettkampfklima gewöhnen.

Alle schlossen ihre Rennen mehr oder weniger erfolgreich ab. Das beste Resultat erreichte Debora mit dem 2. Platz bei den Juniorinnen U17.

Erschöpft und müde aber auch glücklich machten wir uns auf demselben Weg wieder nach Hause.

Im Seeclub angekommen, bereiteten wir alles für ein leckeres Schoggi-Fondue zu.

Während Debora und Janine in der Küche mit der Schoggisauce kämpften, schlief der Rest des Teams gemütlich auf den zwei Sofas.

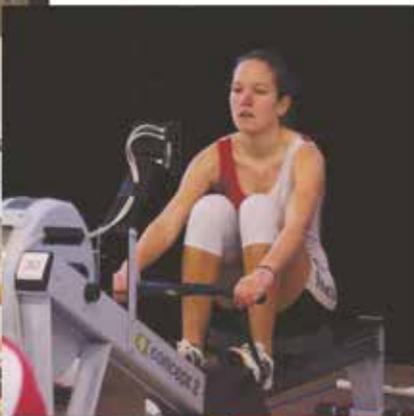
Nachdem alle eingetroffen waren, machten wir uns ans Fondue essen.

Als auch die letzte Gabel abgewaschen war, begaben wir uns alle glücklich und zufrieden nach Hause.

Nach diesem schönen allerdings nicht allzu beliebten Tag freuen wir uns alle umso mehr auf die sich nähernde Regattasaison!

Sonja & Charlotte

Einige Impression der Swiss Rowing Indoors befinden sich auf der nächsten Seite.



2. SRV-Langstreckentest 2013



Eine Woche nach den Swiss Rowing Indoors packten wir wieder unsere Sachen und machten uns auf den Weg nach Mulhouse (F), um dort am 2. Langstreckentest teilzunehmen. Kurz nach 09.00 Uhr starteten wir, unsere beiden Trainerinnen Irina Straubhaar und Fabi Albrecht und die AthletInnen Maurice Hödl, Sonja Beutler, Florentyna Hödl, Bettina Straubhaar und ich, mit zwei Autos Richtung Mulhouse. Zu Beginn fiel noch etwas Schnee, dann wurden die Wetterbedingungen immer besser. Als wir um 11.00 Mulhouse erreichten, zeigte sich ein leicht bedeckter Himmel und es herrschten angenehme Temperaturen von rund 5°C. Kein Regen und kein starker Wind – also ideale Ruderverhältnisse!

Futurorace über 4'000 m

Zirka um 12.45 Uhr starteten Sonja und Florentyna im Doppelzweier und erreichten von sieben Booten den beachtenswerten 3. Schlussrang. Bettina fuhr im Skiff ebenfalls ein gutes Rennen und erreichte Rang 4 von total 8 gestarteten Booten.

Skiff Männer über 6'000 m

Um 13.30 Uhr startete Maurice ins Rennen. Rang 26 von 56 Booten - ein Superresultat. Diese Rennen bestritten auch bestens bekannte Athleten wie Simon Schürch, Mario Gyr, Nico Stahlberg oder Augustin Maillefer.

Skiff Juniorinnen U19 über 6'000 m

Kurz nach 14.30 Uhr startete ich ins Rennen über 6'000 m. Die ersten 1'000 m gingen schnell vorüber. Nach 2'000 m kam mir der Gedanke, dass ich erst ein Drittel der Distanz gerudert war und bei 3'000 m erst die Hälfte. Tempo beibehalten, jeder Schlag bringt mich dem Ziel näher. Bei 4'000 m fangen die Arme und Beine an zu brennen, nicht nach lassen, Druck auf die Beine. Dann nur noch 1'000 m und mit einem Schlusspurt ins Ziel. Geschafft! Von 20 Booten erreichte ich - hinter Pascale Walker und Lisa Cassina - den für mich ausgezeichneten 3. Schlussrang.

Ein grosser Dank geht an Irina und Fabi, welche uns begleitet und bestens betreut haben!

Debora Hofer

Breitensport im Winter

Das Rudern läuft auch im Winter weiter. Abgesehen davon dass es kälter als im Sommer ist, sind die Ruderverhältnisse im Winter besser; wir haben keine Motorboote, nur ganz wenig Kursschiffe und kein Hochwasser. Manchmal braucht es vielleicht etwas Überwindung, um den Weg zum Club unter die Füsse zu nehmen aber wenn dort angekommen, ist der Rest leicht. Wer nicht weiss, wie man sich zum Rudern im Winter anziehen soll, bekommt bei den Habitues Gratistips.

Niederschlag stört uns beim Rudern so wenig wie im Sommer, eigentlich noch weniger wenn es sich um Schnee handelt.

Ein Problem im Winter ist der Nebel; wenn keine Sicht, können wir nicht rudern. Glücklicherweise liegt der Nebel nicht allzu oft auf dem Thunersee. Ein weiteres Problem ist die Eisbildung auf dem Vorplatz. Dieses Problem können wir verhindern, wenn man bei Neuschnee den Platz zuerst räumt, wenigstens so viel, wie man gedenkt zu zertrampeln.

Auch wenn wir im Winter häufig flaches Wasser haben:



können die Verhältnisse auf dem See schnell wechseln:



Es wird deswegen empfohlen, auf sich entwickelnde Wellenfronten zu achten und für den Notfall ein wasserdicht verpacktes (siehe z.B. unser Shop) Mobiltelefon mit eingestellter Notrufnummer mitzuführen. Vorsicht ist auch bei schlechten Sichtbedingungen wie z.B. bei Schneefall geboten. In diesem Fall ist es sehr hilfreich, das Nahziel jederzeit vor den Augen zu haben:



Der Breitensport bemüht sich wie immer, unseren Mitgliedern etwas für ihr Geld zu bieten und zwar in Form von organisierten (und manchmal unorganisierten) Ausfahrten. Das zur Tradition gewordene Weihnachtsrudern (schon das zweite Mal durchgeführt) hat einen guten Anklang gefunden, insbesondere trifft dies für den von Teresa anschliessend angebotenen Glögg (warmes, leicht alkoholhaltiges schwedisches Getränk) zu.

Da wir immer wieder feststellen müssen, von Ruderclub-Booten auf dem See überholt zu werden, haben wir Gegenmassnahmen beschlossen. Ohne ganz von den gemütlichen Kaffeefahrten wegkommen zu wollen (wenn keine RCT-Boote in Sichtweite sind), legen wir ab sofort mehr Gewicht auf eine richtige Rudertechnik damit wir hoffentlich bald den RCT-Booten davonziehen können, wie wir das eigentlich lieber hätten. Der Rudertechnikkurs wird im Frühling wiederholt, bis dann coachen wir in unseren Standardausfahrten oder auch auf Extrawunsch einzeln, wenn der Bedarf von Jemandem an Rudertechnikverbesserung dringend ist. Wir hoffen, dass sich zusätzlich zu Martin Kuster mehr Paten zu diesem Zweck für freiwillige Einsätze melden.

Ebenfalls erhoffen wir mehr Reaktionen auf den Aufruf an Paten zur Bildung von weiteren Gruppen, um mehr Rudertermine am Abend besonders für Berufstätige mit Normalarbeitszeit zu erhalten.

Euer Breitensportmanager

Bo Engberg

Von Ulm nach Ingolstadt, eine Wanderfahrt auf der Donau, 29. September bis 3. Oktober 2012

Schon mal vorweg, was uns unser Fahrtenleiter Werner Spitzer in der Informationsmail wünschte, nämlich eine eindrucksvolle und harmonische Wanderfahrt, traf voll zu.

Am Samstag, 29. September reisten die Teilnehmenden von den Ruderclubs Neptun Nekarelz und Bad Wimpfen mit Bussen, PKW und Booten nach Ulm, die drei Schweizer vom Seeclub Thun wurden von Heidi am Bahnhof Ulm abgeholt. Nur am ersten Rudertag, 26 km von Ulm nach Günzburg, wurden wir nass, aber richtig.

Die meisten Teilnehmenden waren während der Wanderfahrt in einem Gasthof in Donauwörth, an zentraler Lage unserer Ruderstrecke, untergebracht. Für die ganze Gruppe war „der Hirschen“ ein gemütlicher Treffpunkt mit gutbürgerlicher schwäbischer Küche. Der „Trollinger“ ist bei vielen von uns so gut angekommen, dass zwischendurch für Nachschub gesorgt wurde.

Am Sonntag ruderten wir auf der Landeswasserstrasse weiter nach Dilligen, 22 km. Gleich wie am Vortag waren wieder 4 Schleusen (Staustufen mit Wasserkraftgewinnung) in Selbstbedienung zu meistern. Es setzte sich durch, dass die drei Boote „Odenwald“, „Notburga“ und „Christa“ gleichzeitig in den schmalen Schleusen Platz fanden. Die Talfahrt betrug jeweils ungefähr 5 Meter und ging zügig voran.

Nach der Mittagspause beim Lauinger Ruderclub stiegen wir auf den Schimmelturm mit schöner Sicht auf die Schäbischbayrische Stadt Lauingen. Angekommen am Etappenziel Dilligen hiess es bereits Abschied nehmen von Helga, Rolf und Wolfgang.

Barbara und Wolfgang Bielefeld kamen neu dazu.

Am Montag ruderten wir von Dilligen nach Donauwörth, 30 km, mit Landdienstwechsel und Picknick in Gremheim. Jeweils 2 Personen waren halbtags im Landdienst und wurden von Heidi unterstützt. Kurz vor dem Etappenziel machte „die Christa“ eine kleine Extrarunde in Wildwasser, bevor wir alle auf dem Nebenfluss Wörnitz beim Kanuclub Donauwörth anlegten. Abends waren wir mit einer Stadtführerin und Laternen auf den interessanten historischen Pfaden in Donauwörth unterwegs.

Am Dienstag ruderten wir nach Neuburg, 35 km, oft bei Sonnenschein und die Landwasserstrasse wurde abwechslungsreicher. Die Stadt, mit typischen schönen Hausfronten und kirchlichen Bauten, lud zum Bummeln und Verweilen ein.

Die Donauufer schillerten am Mittwoch in leuchtenden Herbstfarben und die Landschaft zeigte sich in schönen Varianten. Um die Mittagszeit kamen wir nach 17 km beim Ruderclub Ingolstadt an. Nach einem Imbiss wurden die Boote verladen. Für die Schweizer hiess es Abschied nehmen. Heidi war wieder als Taxifahrerin zum Bahnhof unterwegs, merci für all die guten Dienste.

Während dieser fünf Tage lief dank der guten und umsichtigen Planung und Durchführung von Werner Spitzer alles bestens. Ein herzliches Dankeschön an Werner, der diese schöne Wanderruderfahrt ermöglichte. Der Einstieg als Fahrtenleiter ist ihm bestens gelungen.

Insgesamt ruderten wir 130 km und wir befuhren 15 Schleusen. Die ganze Strecke ist für Berufsschifffahrt und Motorboote untersagt. Auf Kanuten oder Ruderer zu stossen war eine Seltenheit. Wir genossen das verkehrsfreie Rudern mit viel Natur und teilten das Wasser mit unzähligen Enten, Schwänen und anderen Vögeln, wie beispielsweise dem Eisvogel, der leider nicht von allen gesichtet wurde.

Alles verlief in guter Stimmung und wir als „neue„ Schweizer wurden herzlich in die angenehme Runde aufgenommen.

Mit einem dreifachen Neptun ahoi für Werner und die neu gewonnenen Sportsfreunde.

Ida Furrer

Teilnehmende:

Werner und Marion Spitzer

Hanns und Ruth Schuler

Hugo und Ursel Brenner

Paul Werner

Helga Knapp

Wolfgang und Barbara Bielefeld

Hildgund Beichert

Daniela Petri

Manfred Jann

Rolf Heidlauf

Lothar Wiesner (Ruderclub Bad Wimpfen)

Hanno Bachmann (Ruderclub Bad Wimpfen)

Ursula Huser (Seeclub Thun)

Markus Lohr (Seeclub Thun)

Ida Furrer (Seeclub Thun)

Nichttrudernde:

Heidi Werner

Wolfgang Baur



Technikkurs 2013

Wann: 6. & 7. April

Wo: Seeclub Thun

Kosten: 100.- inkl. Mittagessen

Verbessere deine Rudertechnik mit Unterstützung von Trainerinnen und Trainern, Videoanalyse und der Erfahrung aus dem Regattasport.

Infos und Anmeldung: franziska.berger@seeclub-thun.ch

Anmeldeschluss: 25.3.2013

Die nächsten Termine...

Wann	Was	Zeit	Ort	Bezugsperson(en)	
Mai	4.	Boothausputz	Ca. 10 Uhr	Bootshaus	Vorstand
	9.	Anrudern	09.00 Uhr	Bootshaus	Vorstand
Juni	16.	Tag der offenen Tür	Ganzer Tag	Bootshaus	Vorstand
	16.	Super Sprint Triathlon	offen	Bootshaus	Vorstand
Oktober	19.	Boothausputz	Ca. 10 Uhr	Bootshaus	Vorstand

Die nachstehenden Angaben gelten während des ganzen Jahres bis auf Widerruf:

Montag	09.00h	Fitnessrudern	Bo Engberg / Heinz Flükiger
	18.00h	Rudern Fortgeschrittene	Beat Reinmann
Mittwoch	09.00h	Fitnessrudern	Bo Engberg / Heinz Flükiger
Mittwoch oder Donnerstag	05.45h	Früherudern	Markus Fanta
Donnerstag	18.30h	Fitnessrudern (Sommerzeit)	Bo Engberg / Heinz Flükiger
Samstag	14.00h	Fitnessrudern (Winterzeit)	Bo Engberg / Heinz Flükiger
Täglich	08.30h	Nach Vereinbarung	H.P. Letsch

Verantwortung zeigen, Vorbild sein.
Wir produzieren ökologisch.

JOST DRUCKAG

Die Jost Druck AG hat die Zeichen der Zeit erkannt. Wir produzieren mit 100% Ökostrom aus Wasserkraft, nutzen die Abwärme der Druckmaschinen zum Heizen und bieten unseren Kunden klimaneutrales Drucken an – unserer Umwelt und Ihrem Image zuliebe.

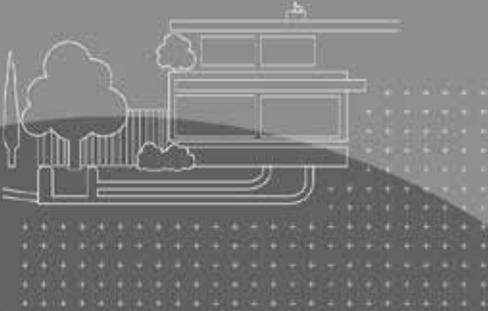
Stationsstrasse 5
 3626 Hünibach
 Tel. 033 244 80 80
www.jostdruckag.ch





arpe ag
kanaltechnik

**Kanalreinigung
Kanalfernsehen
Kanalsanierung**



arpe ag
Postfach
CH-3653 Oberhofen
T +41 33 336 22 13
F +41 33 336 22 14
www.arpe.ch

Vorstand SCT – Adressliste

Präsident (VS)	Thomas Straubhaar Bel-Air Weg 5 3600 Thun	P 033 222 50 87 Mob 079 311 18 19 Mail thomas.straubhaar@bluewin.ch
Kassier (VS)	Max Sigrist Rosenweg 10 3661 Uetendorf	P/G 033 345 14 45 Mob 078 767 98 88 Mail sigrist.max@tcnet.ch
Sekretär (VS)	Karl Simmler Blochstrasse 57 3653 Oberhofen	P 033 243 39 03 Mob 079 560 98 15 Mail karl.simmler@bluewin.ch
Chefinnen Leistungssport (VS, RA)	Irina Straubhaar Bel-Air Weg 5 3600 Thun	P 033 222 50 87 Mail leistungssport@seeclubthun.ch
	Franziska Berger Mühlemattweg 16 3608 Thun	Mob 079 589 60 75 Mail franziska.berger@seeclub-thun.ch
Chef Breitensport (VS, RA)	Bo Engberg Baumgartenrain 9 3600 Thun	P 033 222 93 00 Mail bo.engberg@swissonline.ch
Materialverwalter (VS, RA)	Reto Schwarzwälder Hochfeldstrasse 6 3012 Bern	P 031 302 78 03 G 031 324 54 98 Mail schwarzwaelder.linz@bluewin.ch
Bootshauswartin	Evi Meier Scherzligweg 26 3600 Thun	P 033 221 11 30 Mail evimeier@postmail.ch
Mitgliederbetreuerin	Beatrix Bilger Mittelstrasse 6 3613 Steffisburg	P 041 360 26 72 Mob 076799 35 83 Mail beatrix_bilger@gmx.de
Beisitzer	vakant	

Thun, 11.9.2012

