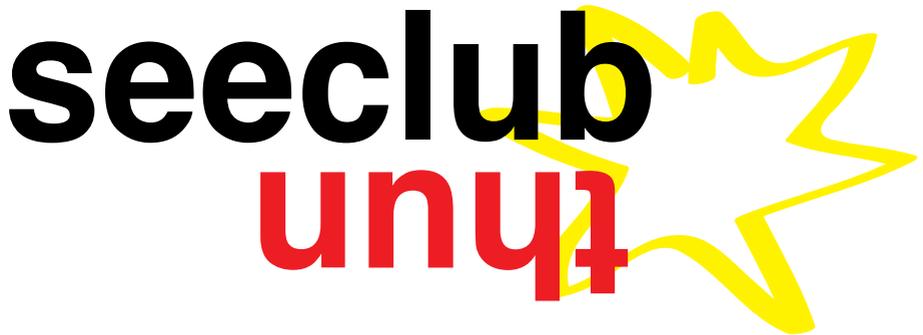


Flüsterüte



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 03/2013: 25. Oktober 2013



The image shows a dark grey background with a large, stylized white logo on the left consisting of three concentric circles. To the right of the logo, the text 'arpe ag' is written in a bold, lowercase sans-serif font, with 'kanaltechnik' in a smaller, lowercase sans-serif font below it. Further to the right, the services 'Kanalreinigung', 'Kanalfernsehen', and 'Kanalsanierung' are listed in a bold, uppercase sans-serif font. Below the logo and text, there is a white line-art illustration of a building with a chimney, trees, and a fence. At the bottom right, contact information is provided in a white sans-serif font: 'arpe ag', 'Postfach', 'CH-3653 Oberhofen', 'T +41 33 336 22 13', 'F +41 33 336 22 14', and 'www.arpe.ch'. The bottom of the image features a pattern of small white plus signs.

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

Flüschi 02 / 2013

Inhaltsverzeichnis	Seite
Und das meint der Präsident.....	4
News aus dem Vorstand	5
Ein neues Logo für den Seeclub Thun.....	6
S-Donnschtig	7
Trainingslager in Tenero.....	9
Regatta Lauerz.....	10
Regatta Schmerikon	13
Regatta Cham.....	14
Regatta Sarnen	15
Regatta Greifensee	16
Von Thun nach Trakai	18
Anrudern	22
Intensivruderkurs	24
Die nächsten Termine.....	27
Vorstand SCT – Adressliste	28

SEHEN IM SPORT

volz Brillen
Kontaktlinsen
Sportoptik

optik

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 Seecüblerinnen
Liebe Seecübler



Liebe Seecüblerinnen und Seecübler

Ich weiss nicht, ob jemand in diesem Jahr darum herum kommt, vom Wetter zu schreiben. Mir jedenfalls geht es so, dass das Wetter für viele Vergleiche und Analogien hinhalten muss. Ob Klimaänderungsbefürworter oder –Gegner, für alle kann das in diesem Jahr herrschende Wetter die passende Erklärung anbieten. Nur fraglich, ob wirklich alle stimmen!

Trotz schlechtem Wetter ist es mir im Winter jedenfalls gelungen, ein paar Skitouren zu machen – für mich ein Vielfaches der letzten Jahre. Zugegeben, die niederschlagsfreien Tage im ersten Halbjahr kann auch ein Schulanfänger fast an einer Hand abzählen, aber muss nicht das Wetter für viele Ausreden hinhalten? Wer von Euch hat in der letzten Zeit nicht das Wetter als Ausrede gebraucht, um vielleicht ein Training, eine Ausfahrt bei etwas schlechterem Wetter nicht antreten zu müssen?

Ich weiss, dass für eine Ausfahrt einige Bedingungen gegeben sein müssen; aber gerade bei regnerischem Wetter ist das Wasser meist ideal weil flach. Und gegen Kälte gibt es heutzutage auch entsprechende Mittel. Es spricht also kaum etwas dafür, das Wetter als Ausrede zu benutzen. Aber umso mehr liegt es meist an uns, am Willen und den Prioritäten, die wir uns setzen.

Ein Mittel gegen die Vernachlässigung von Trainings oder verpassten Ausfahrten sind gemeinsam vereinbarte Ausfahrten. Einer Kollegin / einem Kollegen einen Termin abzusagen ist viel schwerer als den persönlichen. Zudem sind Ausfahrten im Mannschaftsboot anregender, anspruchsvoller und vor allem können die Kontakte gepflegt werden. Der Seeclub bietet einige gemeinsame Trainings an – es liegt an euch diese zu nutzen.

Ich wünsche allen eine schöne Sommerzeit mit vielen gemeinsamen Ausfahrten.

Euer Präsident

News aus dem Vorstand

Die Trainer/innen des Regattateams führten einen Ruderkurs für Schüler durch. 8 Kinder haben jeweils am Freitagabend am Kurs teilgenommen.

Der Vorstand ist erfreut, dass alle Teilnehmer des Intensiv-Einführungskurses nach erfolgreichem Abschluss dem SCT beigetreten sind. Herzlich willkommen im Club und viele eindrückliche Ausfahrten auf dem Thunersee.

Nach Mitteilung des Schweizerischen Ruderverbandes soll der Zielturm anlässlich der Schweizer Meisterschaft 2013 eingeweiht werden. Mit den erhöhten Verbandsbeiträgen leistet jedes Clubmitglied des SCT seinen Beitrag für die Modernisierung der Ruderarena Rotsee. Ein Besuch am Rotsee lohnt sich. An den Schweizer Meisterschaften 2013, die am 6. Juli 2013 dort stattfinden, dürfen wir von unserem Regattateam wieder erfreuliche Resultate erwarten.

Der Vorstand freut sich über die guten Leistungen des Regattateam an den diesjährigen Wettbewerben und insbesondere über die Selektion von Debora Hofer ins Nationalkader der Juniorinnen. Sie ist für die Schweiz bereits an den Europameisterschaften in Minsk angetreten, wo sie im Doppelvierer mit ihren Ruderkameradinnen den tollen 4. Rang erkämpfte. Herzliche Gratulation! (siehe auch Bericht auf S.18)

**Hier könnte Ihr
Inserat stehen**

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

Ein neues Logo für den Seeclub Thun

Für das Regattateam stand die Beschaffung neuer Teambekleidung an. In Zusammenhang mit dieser Neueinkleidung wurde beantragt ein neues Logo für den SCT zu kreieren. Der Vorstand unterstützte die Initiative. Die neuen Kleider mit dem neuen Logo sind inzwischen beschafft. Das Logo soll nicht nur das Regattateam kennzeichnen, sondern im gesamten Bereich des Clubs zur Anwendung kommen. So wurde die Homepage entsprechend angepasst.



P.S.: Und wie bei allem was neu ist, den einen gefällt's, den anderen nicht. So wie wir uns mit dem „Mailänderli“ angefreundet haben, werden wir uns auch an den neuenstern gewöhnen.

AUS ERFAHRUNG
WACHSEN

ZWEIER
DOPPEL-VIERER
ACHTER

Für Generationen
Sparkasse, Hypothekar- und Privatbank.
AEK BANK 1826
033 227 31 00. termin@aekbank.ch

Aus Erfahrung
www.aekbank.ch

AEK
BANK 1826

S-Donnschtig

Beim Erscheinen dieser Flüstertüte sind die Sommerferien schon sehr nah. Die Teilnehmerzahlen der Kochenden und Essenden an den Anlässen ist durchgezogen, was in der Vergangenheit zu einigen Ausfällen geführt hat. Während den Sommerferien werden keine S-Donnschtige durchgeführt. Nach den Sommerferien organisieren wir einen Sonntagsbrunch. Wir sind gespannt, ob der Sonntag der geeignetere Zeitpunkt ist, um das Clubleben auch ausserhalb des Ruderbootes zu pflegen. Darum.....

Sonntagsbrunch am 11.08.2013 vormerken!

Die **Sektion Küche** möchte wieder einmal alle Ruderinnen und Ruderer zu einem Sonntagsbrunch einladen!

Am **11.08.2013** ist der Treffpunkt **zum Rudern um 9.00h**

Das gemeinsame **Brunchen ab ca. 10.00h** im oder bei Sonnenschein möglichst vor dem Bootshaus. Auch diejenigen, die nicht zum Rudern kommen, sowie Freunde, Familie, etc. sind herzlich willkommen!

Kosten: Pro Person 18,- CHF, Junioren 12,- CHF

Bitte **Anmeldungen** per Email an mitglieder@seeclubthun.ch bis zum 09.08.2013.

Wir freuen uns auf einen gemütlichen Sonntag!

Karl und Bea



Hier die nächsten Daten für die nächsten S-Donnschtige, alle noch ohne kreatives Personal:

Ich bin weiterhin auf der Suche nach Köchinnen und Köchen für die untenstehenden Daten. Es würde mich freuen neue Köchinnen und Köche im Seeclub begrüßen zu dürfen.

Donnerstag, 22.8.2013: noch frei

Donnerstag, 5.9.2013: noch frei

Donnerstag, 19.9.2013; noch frei

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

Gerne nehme ich die Anmeldungen von Köchinnen und Köchen entgegen.

karl.simmler@bluewin.ch

Wer's wagt gewinnt!

Meinen & Partner
METALL+GLASBAU
Töpferweg 16 • CH-3613 Steffisburg
Tel. 033 438 70 11 • Fax 033 438 70 13

GESCHIRRHALLE

Umbau Geschirrhalle Langnau

Profilbauglas Fenster und Türen Glasfassaden Glasdächer Balkonverglasung Schiebewände

Trainingslager in Tenero

Im April reiste das Regattateam des See Club Thun nach Tenero. Zusammen mit dem See Club Interlaken wurde dort ein Trainingslager durchgeführt.

Das Centro Sportivo in Tenero ist eine Sportanlage, welche vom Bund unterstützt wird und sich sehr gut für ein Rudertrainingslager eignet. Auch vielleicht deshalb weil es sich direkt neben dem See befindet. Weiter ist eine gute Infrastruktur vorhanden, welche ein Alternativtraining bei Wind ermöglicht. Dies besteht z.B. aus klettern, biken, schwimmen, Rumpf in der Halle oder auch aus einem Krafttraining.

Die Vorfreude auf das Lager war gross und berechtigt.

Das Essen war wirklich gut und es gab vor allem so viel zu essen, dass sogar die hungrigsten Ruderer satt wurden.

Geschlafen wurde in 6- Bett Zimmern. Und wenn nicht geschlafen wurde, wurde vor allem trainiert.

Täglich gab es 2 Trainingseinheiten auf dem Wasser. Mithilfe von Videoanalysen konnte der Athlet/die Athletin laufend die Technik verbessern.

Auch schnelle Schläge auf Rennfrequenz, Startübungen und Ausdauertraining kamen nicht zu kurz.

Damit unsere Rumpfmuskulatur noch zusätzliches Training erhielt, wurde diese am Abend in der Halle noch ein wenig gefordert.

Aber es gab auch Zeit neben dem Training und Schlafen. In dieser Zeit wurde fleissig im Coop neben dem Centro Sportivo eingekauft, ein Ausflug nach Locarno unternommen oder einfach eine coole Zeit miteinander verbracht.

Am Ende des Lagers waren alle müde und erschöpft aber auch zufrieden. Besonders Dario (SCT/SCI) hatte mit seiner hervorragenden Leistung während und auch neben dem Training allen Grund dazu.

Maurice Hödl

Regatta Lauerz

Zu sechst (d.h. sechs Regattateilnehmer) sind wir schon am morgen früh mit zwei Autos Richtung Lauerz gefahren. Wir waren alle noch etwas müde, aber motiviert.

Während der Hinfahrt kam plötzlich die Angst, dass die Regatta abgesagt werden könnten, denn auf allen Seen waren Schaumkronen zu sehen.

Glücklicherweise war dem jedoch nicht so. Die Rennen konnten alle durchgeführt werden. Manchmal hatten wir etwas Regen, doch hatten wir Glück, da wir für die Boote Platz in der Halle hatten.

Alle Athleten waren erfolgreich in den Vorläufen. Das Viererrennen der Juniorinnen U17 mit Sonja Beutler, Florentyna Hödl, Bettina Straubhaar und Claudia Klopfenstein war etwas schwierig, da starker Wellengang herrscht, es regnete und sehr kalt war. Doch wir trotzten dem Wetter und erreichten einen Platz im B-Final.

Debora Hofer startete sowohl bei den SRV-Rennen wie auch im Skiff Juniorinnen U19 für Thun. Dort erreichte sie den ersten Platz.

Am Sonntag waren die Finalrennen, bei wesentlich besserem Wetter. Mit den Platzierungen konnten wir alle mehr oder weniger zufrieden sein. So erreichte Yanick Oesch im B-Final den 2. Rang im Skiff U15. Den B-Final des Doppelzweier-Rennens U17 haben Bettina und Sonja gewonnen, den Doppelvierer, ebenfalls B-Finalteilnehmer, konnten Sonja, Florentyna, Bettina und Claudia auch für sich entscheiden. Charlotte und Claudia erreichten in ihrer Finalserie den 2. Rang.

Nach einem anstrengenden Wochenende konnten wir zufrieden nach Thun zurückreisen. Einige Impression finden Sie auf den nächsten zwei Seiten.

Bettina Straubhaar

Zu verkaufen

Skiff „Voilà“

Das Boot kann im Bootshaus besichtigt werden.

Interessent/innen nehmen Kontakt auf mit Günther Schmidt,

Tel 033 437 35 52



4er Juniorinnen U17: Sonja (Schlag), Florentyna, Bettina und Claudia



Skiff Junioren U15: Yanick



Skiff Juniorinnen U17: Charlotte



2er Juniorinnen U19: Fanny Belais (CA Vésenaz, Schlag) und Debora

Regatta Schmerikon

Am Wochenende vom 11. und 12. Mai war die Regatta Schmerikon. Die Regatta fand zum ersten Mal statt, daher waren wir alle sehr gespannt, wie es dort aussieht.

Dort angekommen regnete es, das verschlechterte unsere Laune sofort. Mit einigen Startproblemen stellten wir unser Zelt auf und machten uns für die ersten Rennen bereit.

Das erste Rennen hatte Yanick, den Skiff Junioren U15. Danach folgten noch der Doppelzweier und der Skiff Juniorinnen U17. Zum Schluss startete noch der Doppelvierer Juniorinnen U17.

Nachdem alle Rennen mehr oder weniger erfolgreich gefahren worden waren, kehrten wir müde in die Jugendherberge ein. Zum Abendessen assen wir eine leckere Pizza.

Am Sonntagmorgen war das Wetter noch schlechter als am Samstag. Wir standen früh auf und machten uns auf den Weg zum Regattaplatz.

Es regnete fast ununterbrochen und war auch eher kalt. Die ersten Athleten des Seeclub Thun, die vom Wasser kamen, waren alle durchgefroren. Die Wetterverhältnisse wurden im Laufe des Tages immer schlimmer und somit wurde die Regatta schliesslich abgebrochen.

Wieder in Thun luden wir noch die Boote ab und machten uns dann auf den Weg nach Hause.

Charlotte Neyenhuis und Claudia Klopfenstein



tel. 033 243 05 50 fax 033 243 05 52 www.vogt-elektro.ch

Regatta Cham

Am Samstagmorgen dem 25. Mai machten wir uns auf den Weg an den Zugersee, denn dort fand die Regatta Cham statt. Das Wetter war leider sehr schlecht. Die ersten Rennen wurden noch durchgeführt doch gerade als der Doppelvierer Juniorinnen U17 auf dem Wasser war, zog ein heftiges Gewitter auf und die Regatta wurde unterbrochen. Nach einer längeren Pause wurden die Rennen wieder aufgenommen und der Doppelzweier der Juniorinnen U17 konnte starten. Wegen den schlechten Wetterverhältnissen konnten nur wenige Rennen mit Beteiligung des Seeclub Thuns durchgeführt werden.

Die Nacht verbrachten wir in der Jugendherberge Zug. Essen gingen wir am Abend in eine feine Pizzeria.

Am Sonntagmorgen war das Wetter leider auch nicht besser. Auf dem Regattaplatz war trotzdem schon viel los. Die ersten Rennen wurden noch durchgeführt, doch als sich das Wetter immer mehr verschlechterte, wurde die Regatta schliesslich abgebrochen.

Wir waren sehr enttäuscht, da wir am diesem Wochenende nur eins von unseren Rennen fahren konnten. So machten wir uns schon sehr früh auf den Rückweg nach Thun.

Charlotte Neyenhuys und Claudia Klopfenstein

JOST DRUCKAG

Verantwortung zeigen, Vorbild sein.

Wir produzieren ökologisch.

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



Regatta Sarnen

Samstag 7.00 Uhr in Thun, alles gepackt, fit, freudige Gesichter, und dazu kommt erst noch das schöne Wetter...die Fahrt kann also los gehen! (meinten wir zumindest)

Nach einer kurvigen Fahrt über den Brünig kamen wir gut gelaunt in Sarnen an. Wir packten gleich unsere Sachen aus, um ein gutes Plätzli auf dem Regattaplatz zu ergattern.

Als wir nur mit einem Gestell und paar Matratzen da standen, merkten wir, dass wir eventuell beim Packen nicht ganz bei der Sache waren! Wir hatten keine Apotheke, kein Zeltdach, keine Seitenwände... Nach ein paar Diskussionen und einem Telefonat konnte uns Claudias Vater, der zum Glück gerade auf dem Weg war, die Sachen mitbringen. Vielen Dank Jürg! Nun hatten wir ein Dach über dem Kopf und konnten alle am Schatten rumplüttern.☺ Doch nicht lange, den Yanick fuhr bereits sein erstes Rennen.

Wir waren eigentlich alle zufrieden mit unsern Rennen und freuten uns sehr auf eine wohlverdiente Pizza zum Znacht.

Sonntagmorgen 6.00

Mit einem kleinen Zmorge im Bauch, zogen wir los, um das Zelt wieder aufzustellen. Da es schön warm war, war viel trinken angesagt! Doch leider half das Yanick auch nicht. Ihm war so übel, dass er kein Rennen mehr fahren konnte. Als Claudia, Sonja und Florentyna sich bereit für das Skiffrennen machten, schien es Sonja auch nicht besser zu gehen und so fuhr sie leider auch kein Rennen mehr ☹

Die drei noch übriggebliebenen Athletinnen fuhren noch ihre Rennen. Nach dem 8er-Rennen war die Regatta Sarnen schon zu Ende.

Ich fand es trotz allem eine schöne Regatta. Müde aber zufrieden, machten wir uns auf den Heimweg.

Florentyna Hödl

Regatta Greifensee

Als wir am Morgen um halb acht zusammen beim Bahnhof warteten, waren alle noch sehr müde. Danach gingen wir alle zusammen auf den Zug und fuhren Richtung Zürich wo wir auf das Tram umstiegen. Anschliessend ging's mit dem Bus weiter, der uns bis an die Regattastrecke brachte. Als wir ankamen musste sich Debora sofort parat machen um in ihrem SRV Vierer zu starten. Danach war ich an der Reihe im U15 Skiff. Mit dem 2. Platz in meiner Serie gelang mir die erstmalige Qualifikation für die 1. Serie vom Sonntag. Im Anschluss fuhren Florentyna, Debora, Claudia und Charlotte ihre U17 Skiff-Rennen.

Nachmittags um halb vier gingen die beiden U17 Doppelzweierboote an den Start. Claudia und Charlotte sowie auch Bettina und Sonja im anderen Zweier erreichten je die 3. Plätze in ihrer Serie. Als letztes Thuner Boot startete um 18.30 der U17 Juniorinnen Doppelvierer mit Sonja Beutler, Debora Hofer, Florentyna Hödl und Bettina Straubhaar. Wir verbrachten im Anschluss einen schönen Abend im alt bekannten Gruppenhaus in Fällanden und konnten sogar noch im See baden. Nach einer gemütlichen Nacht im Haus am See ging es los für die Sonntagsrennen. Als erster startete ich im U15 Skiff und kurz darauf die U17Skiff von Debora, Florentyna, Bettina und Claudia. Die Doppelzweier konnten wetterbedingt leider nicht starten.

End Resultate Sonntag:

- U15 Skiff: Yanick Oesch – 7. in der Serie; gesamthaft 8. Platz mit einer Zeit von 4.38.33
- U17 Skiff: Debora Hofer – 1. in der Serie und gesamthaft 1. mit einer Zeit von 6.33.21
- Florentyna Hödl – 6. in der Serie und gesamthaft 8. Platz mit einer Zeit von 7.02.42
- Bettina Straubhaar – 1. in der Serie und gesamthaft 22. Platz mit einer Zeit von 8.16.73

Yanick Oesch



Skiff Junioren U15: Yanick



Doppelzweier Juniorinnen U17: Charlotte (Schlag) und Claudia



4er Juniorinnen U17 4er: Sonja (Schlag), Debora, Florentyna und Bettina

Von Thun nach Trakai

via Sarnen – Corgeno – Lauerz - München – Minsk

Motiviert von den Resultaten der Saison 2012 meldete ich anfangs Jahr dem SRV mittels Projektanwärterformular mein Interesse für das diesjährige FUTURO-Programm sowie für eine Teilnahme an einer internationalen U17-Regatta und am Coup de la Jeunesse auf dem Rotsee an.

Nach Austragung der Swiss Indoors in Zug erhielt ich von Annemarie Howald, Juniorennationaltrainerin, überraschend die Einladung zur Teilnahme am zweiwöchigem SRV-Trainingslager der U19-JuniorenInnen, welches Mitte Februar in Sarnen stattfand. Trotz winterlicher Verhältnisse trainierten wir mit grosser Begeisterung und voll motiviert im Doppelzweier und Doppelvierer. Zudem kämpften wir im Ergometertraining um jede Sekunde oder lernten, wie wir künftig unsere Kraft und Ausdauer verbessern können. Diese ausgezeichnete Trainingsmöglichkeit hat mir klar aufgezeigt, dass zum Erreichen von sportlichen Erfolgen jede Trainingseinheit konzentriert ausgeführt werden muss.

Basierend auf den Resultaten der anfangs März durchgeführten Ergometer- und Langstreckentests wurden die Teilnehmenden für die SRV-Trials in Corgeno (Italien) selektioniert – und ich gehörte dazu.

Kurz nach Ankunft in Corgeno fuhren wir nachmittags bereits die ersten Rennen im Skiff mit Einzelstart. Gestützt auf die geruderte Zeit wurden die AthletInnen für die Finalrennen vom Folgetag eingeteilt. Als U17-Juniorin hatte ich bis zu diesem Zeitpunkt keine Erfahrung mit Rennen über 2'000m und ging daher mit einem etwas flauen Gefühl und einer gewissen Zurückhaltung an den Start. Gedanken wie: „ja nicht schon bei 1'500m "schlapp machen" und „kann ich mit den anderen, älteren, wettkampferfahren Athletinnen überhaupt mithalten?“ beschäftigten mich. Die grosse, überaus wertvolle Unterstützung von Fabi Albrecht hat dazu beigetragen, dass ich gute Zeiten fahren und den Final am Samstag sogar gewinnen konnte. Die anschliessend während zwei Tagen durchgeführten Seat-Races im Doppelvierer (JW4x) und Doppelzweier (JW2x) verliefen ebenfalls sehr positiv und ich hatte die Selektion für die internationale Junioren Regatta in München im JW4x geschafft.

Vorerst galt es nun die Ergebnisse der Trials in der Regatta von Lauerz im Skiff, JW2x und JW4x zu bestätigen und den letzten Schliff für München zu holen.

In München startete ich am Samstagmorgen mit Fanny Belais vom Club Aviron Vézenaz im JW2x. Trotz einem guten Start verpassten wir die Qualifikation für den B-Final und konzentrierten uns deshalb auf die Vorbereitung des Serienrennens mit dem JW4x, welches am Abend stattfand. Ungeachtet des herannahenden Gewitters und den schwierigen Windverhältnissen konnten wir dieses Rennen in der Besetzung Fanny Belais, Debora Hofer, Leanne Kunz (Seeclub Luzern) und Lisa Cassina (Club Canottieri Lugano) zum Abschluss des Tages im Schlussspurt gewinnen.



München: JW2x mit Fanny (Schlag)



München: JW4x mit Fanny (Schlag), Debora, Leanne und Lisa

Am Sonntagmorgen fand der Vorlauf im JW4x statt, in welchem wir uns für den B-Final des Doppelviererrennens qualifizieren konnten. Am Nachmittag wehte ein starker Gegenwind und wir hatten aufgrund unseres leichten Mannschaftsgewichtes für das Finalrennen nicht die besten Voraussetzungen. Im Rennen gelang es uns aber, die Anweisungen unserer Trainerin optimal umzusetzen und mit einem engagierten Schlussspurt konnten wir die Ziellinie als erstes Boot mit einem akzeptablen Vorsprung von 5 Sekunden überqueren.



München: B-Final im JW4x



München: Zieleinlauf B-Final im JW4x

Der Entscheid des SRV-Selektionsgremiums im Nachgang an die Regatta von München "unseren" JW4x an die Junioren Europameisterschaft nach Minsk zu senden, motivierte uns sehr und wir nutzen jede Gelegenheit im Rahmen der Kaderzusammenzüge intensiv zu trainieren.

In Minsk verpassten wir im Vorlauf mit einem knappen dritten Rang, uns direkt für den A-Final zu qualifizieren und mussten im Hoffnungslauf antreten. In diesem Rennen überquerten wir als zweites Boot hinter der Mannschaft des Gastgeberlandes die Ziellinie und konnten uns mit dieser Leistung für das A-Final qualifizieren. Dank einem sehr guten Rennen erreichten wir im Finalrennen den vierten Schlussrang vor den Booten aus Weissrussland und Russland. Die Medaille-Boote aus Rumänien (1.), Italien (2.) und Tschechei (3.) lagen nicht mehr in unserer Reichweite. Gemäss der Mitteilung auf der SRV-Homepage dürfen wir mit unserer Platzierung (Achtungserfolg) zufrieden sein. Die Junioren Euromeisterschaft war für mich eine interessante und sportlich sehr wertvolle Erfahrung.



Minsk: A-Final im JW4x

Quelle: SRV

Zurück aus Minsk warten wir mit Spannung auf den SRV-Selektionsentscheid bezüglich der Teilnahme an den Junioren Weltmeisterschaft in Trakai (Litauen). Welche grosse Freude: Selektioniert wurde der JW4x. Am Wochenende vom 15./16. Juni 2013 fand dann in Sarnen die Selektion für die definitive Bootsbesetzung statt.

Zur gezielten Vorbereitung unserer Rennen an der Junioren WM werden wir ab dem 15. Juli in Sarnen trainieren und am 5. August nach Trakai reisen, wo die Junioren Weltmeisterschaft vom 7.-11. August stattfindet.

Ich freue mich sehr auf die bevorstehende sportliche Herausforderung in Trakai.

Ein grosses Merci gilt dem Seeclub Thun und dem SRV für die grosse Unterstützung, dank welcher ich an intensiven Trainings teilnehmen und an bestens organisierten Wettkämpfen mit internationaler Beteiligung starten kann.

Debora Hofer

Anrudern

Bereits um 9h00 standen die motivierten Ruderinnen und Ruderer am 9.Mai startklar vor dem Seeclub Thun für die alljährliche Ausfahrt beim Anrudern. Die Aufteilung in den Booten wurde nach Zufallsprinzip bestimmt, was den Anwesenden ermöglichte, eine abwechslungsreiche Ausfahrt zu erleben.

Im und um den Club herum liefen währenddessen eifrig die letzten Vorbereitungen für das anschliessende Apéro, die beiden Bootstausen und das Mittagessen.

Dank der Mithilfe, aller Anwesenden waren wir pünktlich bereit, als die hungrigen RudererInnen nach der ca. eineinhalb stündigen Ausfahrt am Steg anlegten.

Immer mehr Besucher trudelten herbei und versammelten sich auf der grossen Wiese neben unserem Clubhaus.

Feierlich mit Blumen geschmückt warteten dort bereits die Beiden zu taufenden Boote. Der weisse neue WM Skiff und der schwarze Stämpfli Skiff.

Traditioneller Weise noch mit verdecktem Namen, was die Spannung zusätzlich erhöhte.

Die Ansprache und Begrüssung übernahm dieses Jahr Fränzi Berger.

Als erstes wurde der neue WM Skiff enthüllt. Debora Hofer aus dem Regattateam gab ihm den spritzigen Namen Lightning, was übersetzt „Blitz“ heisst.

Das zweite Boot, der Stämpfli Skiff wurde von Markus Frutiger auf den Namen „cito“ getauft. Dieser Namen kommt aus dem lateinischen und heisst so viel wie „schnell“.

Mit der zweiten Taufe eröffnete Fränzi das Apéro.

Für das Regattateam war es nun höchste Zeit, den Grill anzufeuern.

Zur Auswahl stand jede Menge verschiedenes Fleisch, mit grünem- und Kartoffelsalat, einem Stück Brot, verschiedenen Getränken und allem was dazu gehört.

Vielen Dank an das Regattateam für die Organisation, Karl Simmler für seine Unterstützung bei der Organisation, für die leckeren Desserts, die freiwilligen welche in der Küche und rund um den Club aufräumen halfen um noch vor dem ersten Regentropfen fertig zu werden zu können und zu guter Letzt an alle Besucherinnen und Besucher, ohne die ein solcher Anlass gar keinen Sinn ergäbe.

Sonja Beutler



Schwarzer Stämpfli Skiff namens „cito“, getauft von Markus Frutiger



Neuer WM-Skiff getauft von Debora Hofer auf den Namen „Lightning“



Herzlicher Dank an alle, die eines der feinen Desserts mitgebracht haben!

Diese und noch mehr Bilder sind auf der Homepage des Seeclub Thuns unter Galerie → 2013-Anrudern zu finden.

Intensivruderkurs

Nach den guten Erfahrungen der letzten beiden Jahre, haben wir dieses Jahr wieder einen Intensivkurs durchgeführt. Die guten Erfahrungen wurden insofern bestätigt, als wir feststellen konnten, dass das Lernen in konzentrierter Form Vorteile gegenüber der Kursart mit einem wöchentlichen Kursabend bringt. Nachteilig beim Intensivkurs ist natürlich, dass er eben intensiv ist und im normalen Leben wenig eingesetzte Muskeln oder auch Handflächen strapaziert. Ein weiterer Vorteil den wir uns ausgerechnet hatten war, dass wir mit der Durchführung Ende April/Anfang Mai keine Hochwasser zu befürchten hätten. Bisher war das auch immer so, das Hochwasser kam mit der Schneeschmelze oder mit dem Genuatief ab Ende Mai/Anfang Juni. Dieses Jahr war alles anders. Ein Grund war sicher, dass der Frühling kalt und ziemlich niederschlagsreich war und als die Wärme Ende April dann endlich (kurzfristig) kam, war auch das Hochwasser da. Vielleicht ist man aber nach den Erfahrungen der letzten Jahre auch bei den Behörden innovativ geworden und lässt Wasser die Aare runter, auch wenn uns dazu kein unmittelbar einleuchtender Bedarf zu erkennen wäre. Jedenfalls konnten wir erst am Reservetag (einen Kursabend mussten wir absagen) von unserem Club aus auf die Aare gehen. Da wurden auch wir innovativ und haben beim Ruderclub nachgefragt, ob wir ihren Rasen am zweiten Kurswochenende als Ablagefläche benutzen dürften. Das durften wir und wir durften sogar die Boote für die Nacht in ihr Clubhaus einstellen. Wir wurden von Fredy (Clubpräsident Ruderclub; Bild nächste Seite, oben rechts) und von den anderen anwesenden Ruderclubmitgliedern immer sehr freundlich begrüßt. Eventuell könnten wir diese erwiesene Freundlichkeit beim Achterrennen berücksichtigen und einen (zufällig aussehenden) Krebsler kurz vor dem Ziel (wo wir in Führung liegen werden) einbauen?

Vom Ruderclub aus konnten wir dann den Kurs problemlos durchziehen, wir hatten sogar sehr gute Bedingungen auf dem See, kein Regen, am Freitagabend perfekte Bedingungen und nicht einmal am Sonntagnachmittag viele Motorboote. Für unser leichtes Mittagessen am Sonntagmittag auf unserem Vorplatz hatten wir sogar Sonne (Bild nächste Seite, links oben).



Ablegen vom Ruderclub



Unterwegs auf dem See

Am letzten Kurssonntag haben wir uns bei Tagesende zum Zurückrudern zu unserem Club entschieden, was auch problemlos gegangen ist, ausser einem close encounter mit der Berner Oberland an der engsten Stelle in der Aare (wir konnten bei der Strömung nicht mehr bremsen sondern fuhren ufernah durch). Markus Fanta hat sich nachher zwecks gut Wetter beim Kapitän gemeldet aber er hatte gemäss Markus schon gut Wetter.

Zwei Böcke hatten wir am Ruderclub gelassen, weil eine Mannschaft aus Sicherheitsgründen das Boot noch beim Ruderclub zurücklassen wollte. Sie sind aber doch nach Hause gerudert. Als wir dann beim gemütlichen Teil im Clubzimmer sassen, kam Regula (freundliche Breitensportleiterin beim Ruderclub) mit den beiden Böcken zu uns. Unser herzlicher Dank geht an den Ruderclub. Ohne deren Unterstützung hätten wir den Kurs so problemlos nicht durchführen können.

Bo Engberg

Die nächsten Termine...

Wann	Was	Zeit	Ort	Bezugsperson(en)	
August	1	Seerundfahrt	06.00	Bootshaus	
	2 – 4	Coup de la Jeunesse		Luzern	
	31	Schnupperrudern	14.00	Bootshaus	Bo Engberg
	31	Schnuppersporttag für Schüler	09.00	Strandbad	I. Straubhaar & F. Berger
September	14/15	Herbstregatta		Schwarz-see	I. Straubhaar & F. Berger
	21/22	Herbstregatta		Sursee	I. Straubhaar & F. Berger
Oktober	19	Bootshausputz	09.00	Bootshaus	Evi Meier
	26	Armada cup		Wohlensee	I. Straubhaar & F. Berger
Dezember	27	Fondue	19.00	Bootshaus	K. Simmler

Die fett geschriebenen Termine sind für alle Aktiv-Mitglieder obligatorisch!!

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	Früh rudern	Markus Fanta
Donnerstag	18.30h	Fitnessrudern	Bo Engberg / Heinz Flükiger
Täglich	08.30h	Nach Vereinbarung	H.P. Letsch

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

