

# Liebe Mitglieder

Mit dem Versand dieses Clubheftes werden auch die Einladungen zu den restlichen Clubanlässen des Seeclubs im laufenden Jahr und die Informationen zum Wintertraining verschickt.

Nebst den traditionellen herbstlichen Fixpunkten im Kalender wie der Boots- und Bootshausputzete, dem Abrudern, dem Fondue und dem Clausrudern sei auch auf die an der Generalversammlung angekündigte ausserordentliche Generalversammlung hingewiesen.

An dieser a.o. Generalversammlung wird es darum gehen, unsere etwas angestaubten Statuten gestützt auf die gesammelten Erfahrungen den Erfordernissen der kommenden Jahre anzupassen und weitere wichtige Informationen zu

kommunizieren. Damit eine breite Diskussion geführt und tragfähige Beschlüsse gefasst werden können, wünscht sich der Vorstand ein zahlreiches Erscheinen.

Wenn ihr dieses Clubheft in den Händen hält, werden die diesjährigen Europameisterschaften vom 18.–20. September 2009 im weissrussischen Brest bereits Geschichte sein.

Höchst erfreulicherweise ist Sara Hofmann zusammen mit ihrer Bootspartnerin Nora Fiechter vom Schweizerischen Ruderverband für diesen Wettkampf selektioniert worden. Ganz herzliche Gratulation!

Ich wünsche Allen noch möglichst viele herbstliche Ausfahrten auf

unserem schönen See und einen guten Start ins Wintertraining.

*Beat Howald (Präsident)*

<i>In diesem Heft</i>	<i>Seite</i>
<b>Editorial</b>	3
<b>Regatta</b>	
<i>Schweizmeisterschaften</i>	4
<i>Herbstregatta in Kaiseraugst</i>	6
<b>Fitness</b>	
<i>Wintertraining</i>	13
<i>Wanderfahrt Brienersee</i>	16
<i>Ruderkurs Modul 1</i>	20
<i>Ruderkurs Modul 2</i>	21
<i>Sunday Race</i>	22
<b>Clubleben</b>	
<i>Impressionen Seenachtsfest</i>	24
<i>Impressionen Gönneranlass</i>	26
<i>Nachruf Ernst Siegrist</i>	28
<i>Impressionen Braderie</i>	32
<i>Jahresprogramm</i>	34
<b>Auf dem heissen Rollsit</b>	
<i>Lucie Kunz</i>	37
<b>Vorstand</b>	38

# Erfreuliche Leistungen der Bieler Ruderer an den Schweizermeisterschaften 2009

BH. Eine Leistungssteigerung zum richtigen Zeitpunkt bringt den Ruderern vom Bielersee 5 Medaillenkategorien und weitere gute Platzierungen auf dem Rotsee.

Die bei besten Bedingungen auf dem ruhigen Wasser des Rotsee in Luzern ausgetragenen Schweizermeisterschaften sahen durchwegs kämpferisch überzeugende Auftritte der Boote des Seeclub Biel und der SN Etoile Bienne.

Im Elite Einer der Männer liess Torsten Maas bereits im Vorlauf vom Samstag die Ruderwelt aufhören. Gelang es ihm doch als erst drittem Ruderer nach den beiden Olympiamedaillengewinnern Ueli Bodenmann und Xeno Müller an einer Schweizermeisterschaft im Skiff die magische Grenze von 7 Minuten

für die 2000 Meter lange Strecke zu knacken!

Im Final musste er sich nur dem besten Schweizer Ruderer André Vonarburg und dem wiedererstarkten Fabrizio Güttinger geschlagen geben und durfte sich einmal mehr eine Skiffmedaille umhängen lassen.

Die mit Titelambitionen in das Rennen der Elite Doppelzweier der Frauen gestarteten Sara Hofmann (SC Biel) und Nora Fiechter (RC Blauweiss Basel) fanden nie ganz ihren Rhythmus und mussten so zwei anderen Booten den Vortritt lassen. Nach der Bronzemedaille werden sie nun am kommenden Wochenende am Weltcupfinal auf dem Rotsee zeigen wollen, dass mit ihnen auch international zu rechnen ist.

Romy Bringold vermochte sich etwas unter den Erwartungen rudernd im Einer der Juniorinnen



Fotos: Beat Howald

17/18 nicht für das sonntägliche Finale zu qualifizieren. Dafür holte sie zusammen mit drei Ruderinnen vom RC Rotsee im Doppelvierer der Juniorinnen nach einem guten Rennen eine weitere Silbermedaille für den Seeclub Biel.

Ihre Trainingspartnerin Laura Borer verpatzte zusammen mit Solvei Lang vom RC Rotsee den Vorlauf im Doppelzweier der Juniorinnen. Die beiden zeigten dann am Sonntag mit ihrem Sieg im kleinen Final und dem 7. Schlussrang, den von Cheftrainerin Anne-Marie Howald verlangten Kampfgeist.

Auch Tobias Egger verpasste im Skiff der 13/14-jährigen Junioren den Einzug in den A-Final um knappe 3 Zehntelsekunden, geschlagen von Adrian Zbinden von der SN Etoile Bienne. In der Schlussrangliste belegten die beiden mit den Rängen 6



für Adrian Zbinden und 7 für Tobias Egger Plätze, die für die Zukunft hoffen lassen.

Im Vorlauf vom Samstag gelang es dem Doppelvierer der 17/18-jährigen Junioren mit Patrik Howald,

Pierre Adcock, Patrick Ineichen und Niko Helbling mit einer im Vergleich zu den letzten Wettkämpfen deutlich besseren Leistung, sich für den Final vom Sonntag zu qualifizieren. Mit ihrem wohl besten Rennen der Saison erkämpften sie sich dort mit dem feinen 4. Rang einen versöhnlichen Abschluss einer durch Verletzungen geprägten Saison.

Auch die jüngeren Junioren schafften mit Dominik Howald, Felix Freudiger, Armando Schwarzmann und Nicolas Pini den Einzug in den Final der Doppelvierer der 15/16-jährigen. Wegen eines Missgeschicks am Start mit Rückstand ins Rennen gestartet, belegten sie schliesslich den 6. Schlussrang.

Entsprechend motiviert, es im Achter besser machen zu wollen, konnten mit ihren Kollegen Basil Wüthrich, Mirio Eichenberger, Oliver Vogt

und Saymen Weber im spektakulären Rennen der 7 Junioren-Achter 15/16 über die ganze Strecke Bord an Bord mit den Konkurrenten rudernd ihren Bug als fünfte über die Ziellinie schieben. Auch sie zeigten an den Meisterschaften ihr bestes Rennen der Saison und lassen für die nächste Saison hoffen.

Den Schlusspunkt aus der Sicht des Seeclub Biel setzten die beiden erfahrensten Ruderer im Doppelzweier der Masters, gelang es doch Beat Howald, der frühmorgens bereits Zweiter im Skiff geworden war, zusammen mit Torsten Maas ihrer Favoritenrolle gerecht zu werden und die einzige Goldmedaille für den Seeclub Biel an den diesjährigen Schweizermeisterschaften souverän ins Trockene zu bringen.

Beat Howald

# Herbstregatta in Kaiseraugst

Bei idealem Wettkampfwetter trafen sich am Sonntag, dem 13. September 2009, die Ruderclubs des Ruderverbandes Aare-Rhein (RAR) und einige Gastclubs aus dem nahen Deutschland in Kaiseraugst zur alljährlichen Herbstregatta.

Für die einen ist diese Regatta die Erste überhaupt. Für andere die Letzte, bevor sie kürzertreten. Für Christian und Nino eine schöne Abwechslung im RS-Alltag: O-Ton Christian: «Nach dem Start 11/2 Längen in Führung, fehlte uns einfach die Kraft. Das ist ja soooo hart, dä Sport!». Für Urs Brassel – als ewiger Joker - das Highlight im Jahr. Für mich als Trainerin eine grosse Herausforderung, alle Boote die für den RAR Cup zählen, möglichst erfolgsversprechend zu besetzen und in der kurzen Zeit zwischen Sommerferien und RAR-Regatta

wirkungsvoll vorzubereiten! Mit überlegenen Siegen bei den Junioren mixte C, Junioren mixte B, Juniorinnen Doppelzweier, dem Masters Doppelvierer und je einem dritten Rang des Junioren Doppelzweiers und des Männer Zweier-ohne, haben wir den Cup souverän gewonnen. Wir konnten nicht nur jedes Rennen besetzen, sondern jedes Rennen erfolgreich fahren!

Die Kleinsten, die Junioren C mixte, gewannen zusätzlich noch den Wanderpreis für die schnellste Zeit im C-Gig-Rennen.

Nun, da ist immer noch ein Sprichwort, das mir im Kopf herumswirrt: «Wer den Achter gewinnt, gewinnt die Regatta.» Fast wäre dies noch gelungen. Die 15/16 jährigen Junioren fuhren im Rennen

der 17/18 Jähren auf den guten 2. Rang. Simon Kapp steuerte Christian Wirz, Christian Schöchlin, Niko Helbling, Pierre Adcock, Patrik Howald, Nino Eichenberger, Torsten Maas und Beat Howald souverän. Am Ende musste sich die Crew um nur 8/10 Sec. Der Gast - Mannschaft aus Rheinfeldern geschlagen geben ...

Aber auch dafür gibt es eine Aussage die uns neu motiviert: «In jeder Niederlage steckt ein Funken für den neuen Sieg!« Allen – Ruderern und Ruderinnen, Clara als Betreuerin und dem treuen Fanclub - ganz herzlichen Dank, dass ihr zu diesem erfolgreichen Auftritt des Seeclubs beigetragen habt!

Anne-Marie Howald



Sarah Schneider:  
1. Regatta, 2 x Gold



Niko, Pierre:  
3. Rang JA2x



Felix, Mirio, Sarah, Dominik:  
1 Rang JUNB. 4x mixte



Nino, Christian:  
3. Rang 2-Elite



Tim, Sarah, Basil, Tobias & Simone:  
1. Rang JUNC mixte C-Gig



Christian Wirz, Urs Brassel, Torsten,  
Beat: 1. Rang 4x Master



Laura, Romy:  
1. Rang FJA2x



Christian Wirz, Urs Brassel, Torsten,  
Beat: 1. Rang 4x Master



Siegerehrung RAR-Preis



Siegerehrung Oli Stucki Trophy



Coaches Meeting



Seniorenachter



Juniorenachter

Fotos: Anne-Marie Howald

visus  
the leading opticians  
members

Ausgezeichnete  
Augenoptik.  
L'optique par  
excellence.

GLASSE

Tel. 032 323 87 23  
Fax 032 322 16 55  
spoerrioptik.ch

info@spoerrioptik.ch

**SPORRI OPTIK**

Nidaugasse 70, 2502 Biel

Rue de Nidau 70, 2502 Bienne

**Biel  
Bienne**

Sport-Stadt! Ville sportive!

Design auf der Höhe  
Ihrer Kochkunst.

Swissmade by SABAG



Für die Küche, die ganz auf Ihre Wünsche zugeschnitten ist: Unsere Spezialisten gehen Ihr Projekt mit Fachkompetenz und Kreativität an – von der Planung über die Fertigung bis zur Montage. Lassen Sie sich in unserer Ausstellung von zahlreichen Musterküchen und Küchenmöbeln aus unserer Eigenfertigung inspirieren.

**SABAG Biel/Bienne**

J. Renferstrasse 52, 2501 Biel

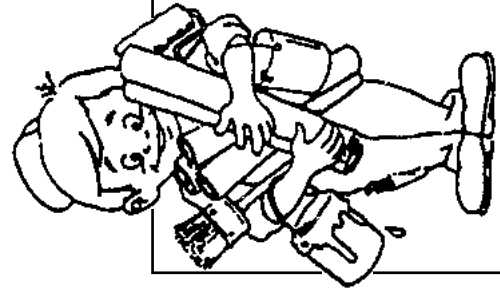
Telefon 032 328 28 28

[sabag.ch](http://sabag.ch)

Die gute Wahl

**SABAG**

Küchen Bäder Platten Baumaterial



**Arseli Merino & Söhne**

**Malerei / Gipserei  
Fassadenrenovationen**

Sägeweg 4

2557 Studen

Tel. 032 372 76 11

Fax 032 373 71 12

[www.losmerinos.ch](http://www.losmerinos.ch)





## Restaurant Gottstatterhaus

Neuenburgstrasse 18, 2505 Biel-Vingelz  
[www.gottstatterhaus.ch](http://www.gottstatterhaus.ch)

Das Nichtraucher-Restaurant  
am linken Bielerseeufer!

Eine atemberaubende Seeterasse...  
Eine lauschige Gartenwirtschaft  
unter schattigen Bäumen...  
Anlegeplätze  
zwei vollautomatische Kegelbahnen

Ds' Gottstatterhuusteam fröit sech uf öiä bsuech

Mittwoch und Donnerstag geschlossen (Wintermonate)  
Vom 1. Mai bis 30. September nur Mittwoch geschlossen



# DIAMETAL

Success with precision



[www.diametal.com](http://www.diametal.com)

Zum Schleifen: Ideen die greifen



# Luginbühl

*Party Service*

Metzgerei Luginbühl  
Gurzelenstrasse 37  
2502 Biel - Bienne  
Tel. 0323413755  
[www.metzgerei-luginbuehl.ch](http://www.metzgerei-luginbuehl.ch)

...die Spezialitäten-Metzgerei  
...la boucherie des fines spécialités



# PHÉNIX



*Bewusst*



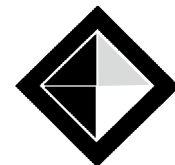
*geniessen*



Das Bio-Fachgeschäft an der Bahnhofstrasse 4 • 2502 Biel  
Telefon 032 323 22 62

## KIESWERK PETINESCA AG

Inertstoff Deponie  
und Transporte



Postfach 110  
2557 Studen  
Telefon 032 373 13 23  
Fax 032 373 62 18  
[www.Petinesca.ch](http://www.Petinesca.ch)  
[info@Petinesca.ch](mailto:info@Petinesca.ch)

**b. müller's** architekten ag kleinfeldstr. 6 | 2563 ipsach | tel +4132 331 31 41 | fax +4132 331 31 64 | [www.bmuellers.ch](http://www.bmuellers.ch)



# Parc Café

## La Rive

Paul und Yvette Balmer  
2500 Biel/Bienne 1  
Telefon 032 323 49 30  
Fax 032 323 49 40



**Christophe Rondez**  
**Sàrl/GmbH**

**Plattengeschäft/entreprise de carrelage**

Cheminée	Cheminée
Mosaïque de verre	Glasmosaik
Revêtement céramique	Wand und Bodenplatten
Pierre naturelle	Marmor und Naturstein
Joint silicone	Silikonfugen
Réparations et rénovations	Reparatur und Renovation

Kellersried 25 / 2503 Biel/Bienne	www.chrondez.ch
Tél. 032 325 20 20	Natel 079 628 94 39
Fax 032 325 20 24	email chrondez@bluewin.ch



## WINTERTRAINING 2009/2010

Bald neigt sich die «offizielle» Rudersaison dem Ende zu. Das heisst nicht, dass Ihr jetzt rasten sollt, im Gegenteil! Wie sagt doch ein Sprichwort: «Wer rastet, der rostet!». Mit einem regelmässigen Training haltet Ihr nicht nur eure Kondition aufrecht, sondern legt auch den Grundstein für einen optimalen Saisonstart. Genüsslichen Ausfahrten im 2010 steht also nichts mehr im Weg, der Seeclub bietet die beste Voraussetzung dazu:

Jeweils am **Mittwochabend** bieten wir ein **Hallentraining** mit Bruno Wüthrich (Sportlehrer) an. Ein abwechslungsreiches Programm mit Kraft-, Gleichgewichts- und Spielsequenzen.

**Wo:** Turnhalle Berufsbildungszentrum (BBZ), Wasenstrasse 5, Biel.  
**Wann:** Mittwochabend ab 18:15–19:55 Uhr resp. Hauptteil 18:30–19:30 Uhr.  
**Beginn:** 14.10. 2009–24.03.2010 (Weihnachtsferien 21.12.09–09.01.10)  
**Anmeldung:** Keine Anmeldung nötig

Nebst dem Hallentraining findet auch wieder die **Rowingclass** jeweils am **Dienstagabend** und **Donnerstagmittag** statt.

**Wo:** Kraftraum Seeclub Biel  
**Wann:** Dienstagabend ab 18:00–18:55 Uhr resp. 19:00–19:55 Uhr und  
Donnerstagmittag ab 12:00–12:55 Uhr  
**Beginn:** 20.10. 2009–25.03.2010 (während den Weihnachtsferien je nach Anfrage)  
**Anmeldung:** Anmeldung erforderlich! Per Internet via Login möglich  
**Besonderes:** Unkostenbeitrag von Fr. 10.– pro Lektion

Auch bei den **Ruderausfahrten** könnt Ihr die Wintermonate geniessen.

**Wo:** Seeclub Biel  
**Wann:** Dienstag-, Donnerstag-, Samstag- und Sonntagmorgen ab 08:30 Uhr  
**Beginn:** 01.11.2009 – 31.03.2010  
**Anmeldung:** Keine Anmeldung erforderlich

**Also nichts wie los!** Wir freuen uns Euch nicht erst wieder nächsten Frühling, sondern auch im **Hallentraining**, in der **Rowingclass** oder bei den **Ruderausfahrten** anzutreffen!

Clubnews 03/09

## Seitknecht Weinbau Twann

Hans & Peter Feitknecht  
Kleintwann 26, 2513 Twann  
Tel. 032 315 11 18  
Fax 032 315 17 20  
h.a.feitknecht@bluewin.ch



Spitzenprodukte der Medizintechnik  
weltweit führend in der Augenmedizin

ziemer   
OPHTHALMOLOGY



ZIEMER OPHTHALMIC SYSTEMS GROUP OF SWITZERLAND

SIS Surgical Instrument Systems AG  
SMT Swiss Microtechnology AG  
ISS Integrated Scientific Services AG

Allmendstrasse 11  
2562 Port  
www.ziemergroup.com



luedi architekten  
gmbh HTL ETH SIA

Dammweg 3  
2502 Biel/Bienne  
info@luedi-architekten.ch  
www.luedi-architekten.ch  
Tel. 032 323 26 22

Wasser, Wärme,  
Wohlbehagen

Ganz AG  
Hauptstrasse 53  
CH-2560 Nidau  
Tel. 032 331 78 12  
Fax 032 331 21 47  
info@ganzag.ch



**casa cucina**

bulthaup Küchensysteme  
Unionsgasse/Molzgasse 10  
2502 Biel  
Telefon 032 322 88 48  
casacucina@bluewin.ch

www.casacucina.ch

**bulthaup**  
die Architektur der Küche

Bleiben Sie in Bewegung.  
Le monde bouge.



Ihre zweisprachige Schule.  
Votre école bilingue.

Beratung / Anmeldung  
Renseignements / Inscription

Klubschule Migros Biel-Bienne  
Unionsgasse 13, 2500 Biel 3  
Telefon 058 568 96 96

jetzt online anmelden: [www.klubschule.ch](http://www.klubschule.ch)

klubschule  
école-club  
scuola club

MIGROS

## Wanderfahrt «Rund um den Brienersee» – Eindrücke einer Ruderdebutantin

Diesen Sommer habe ich den Ruderkurs absolviert und von Anfang an war die Begeisterung präsent. Endlich hatte ich eine Freizeitaktivität gefunden, die Körper, Geist und Seele gleichermaßen anregt.

Anschliessend hörte ich sagen, dass Wanderfahrten mit dem Ruderboot immer besondere Erlebnisse von Natur und Landschaft, Bewegung und Gemeinschaft seien. Demzufolge habe ich mich ohne zu zögern am 22.08.2009 auf dieses Abenteuer eingelassen.

Heute kann ich sagen, dass dies ein sehr guter Entscheid war, denn nebst allen vorerwähnten positiven Faktoren, kamen auch noch die fünf Sinnesorgane meines Körpers voll zum Zug:  
Die Augen (Gesichtssinn) konnten,

trotz starker Bewölkung, die spezielle Farbe (türkis) des Brienersees, heimelige Dörfer am Nordufer, Ruinen und steil aufragende Hänge am Südufer, aufnehmen. Die Ohren (Gehörsinn) nahmen die Stille, welche durch den synchronen Ruderschlag unterbrochen wurde, wahr.

Die Haut (Tastsinn) wurde durch den feinen Nieselregen angenehm berieselt, welcher zugleich eine erfrischende Wirkung hatte. Die Nase (Geruchsinn) konnte beim Znüni im Restaurant Wildbach in Ebligen den feinen Kaffeeduft einziehen und gab die nötige Energie zum Weiterrudern.

Die Zunge (Geschmacksinn) kam nach 30 km Rudern, beim wohlverdienten Mittagessen (Felchen meu-

nière) im Chalet du Lac in Iseltwald, voll auf ihre Rechnung.

All dies führte zu folgender Quintessenz: «Wie löste der Eindruck dieser Wanderfahrt alle kleinmenschlichen Kümernisse in schwebende Leichte und Selbstvergessenheit...!»

*Miranda Della Valentina*





Ihr Partner für Drucksachen!

Chs Rohr & Cie AG  
Postfach 346  
2501 Biel  
Tel. 032 322 43 74

**ROHR**

Chs Rohr & Cie SA  
Case postale 346  
2501 Bienne  
Fax 032 322 11 25

E-mail: [druckerei.rohr@bluewin.ch](mailto:druckerei.rohr@bluewin.ch)

**GALSPORT**

Am Kreuzweg-Kreisel  
Nidau / Ipsach / Port /  
Bellmund

**PORT /** bei Biel

**SCHLÜSSEL**  
**M. ESCHMANN AG**  
Sicherheits-  
und Verschlusstechnik

Erlacherweg 10  
2503 Biel  
Tel. 032 365 69 67  
Fax 032 365 51 47  
[www.schluesssel-eschmann.ch](http://www.schluesssel-eschmann.ch)

**SCOTT  
CANYON**



**BIKES ZUM  
ABHEBEN**

im sympathischen Bike Shop in Orpund  
beim Ruderkollegen **Beat Thomer**

Mountainbikes  
Citybikes  
Rennvelos  
Veloanhänger  
Zubehör

**bike  
impuls**  
Orpund

**IHR CITROËN-  
HAUPTVERTRETER**

**BEYELER**

Ipsach

**Alles unter einem Dach:**

**Verkauf - Reparatur - Karosserie usw.**

**Stets neuwertige Occasionen, 100%-Garantie**

Tel. 032 332 84 84, Fax 032 332 84 89

[citroenbeyeler@evard.ch](mailto:citroenbeyeler@evard.ch)



contact... für tolle Grafik !!!

**Isabelle Kuhn**

Isabelle Kuhn | **Visuelle Gestaltung** | Zentralstrasse 115  
2503 Biel | +41 32 365 15 35 | [kuhn@soapfactory.com](mailto:kuhn@soapfactory.com)  
[www.isakuhn.ch](http://www.isakuhn.ch)

**ARCHITECTUR GMBH**

Hartmann & Schüpbach



**LICHT + RAUM ZUM LEBEN**

[WWW.ARCHITECTURGMBH.CH](http://WWW.ARCHITECTURGMBH.CH)

## Rudern Modul 1

Im Mai fanden drei Einführungskurse statt.

Als Teilnehmer von Kurs 1 trafen wir – eine bunt zusammengewürfelte Gruppe - am ersten Kursabend beim Bootshaus ein. Wir wurden von Lucie Kunz und Urs Brassel begrüsst und sofort fachkundig betreut.

Auf dem Ergometer lernten wir erst einmal den Bewegungsablauf kennen.

Dass wir nicht nur trocken übten und bereits in die C-Gig- Boote steigen durften, freute uns alle sehr. Ebenso, dass wir dank den klaren Instruktionen unserer Leiter auch trocken von unserer ersten Ausfahrt zurück in den Hafen gelangten!

Den zweiten Kursabend verbrachten wir vorwiegend einzeln auf dem Surfskiff. Das war eine wackelige

Angelegenheit! Mit der Zeit gelangen aber schon ein paar Ruderschläge: Ein wunderbares Gefühl, das schaukelnde Ding auf diese Weise etwas stabilisieren zu können. Dabei mussten zwei von uns leider eine unfreiwillige Abkühlung in Kauf nehmen ...

In dieser Intensivwoche lernten wir jeden Abend wichtige Details zum Bewegungsablauf, sei es auf dem Ergometer, anhand von Filmausschnitten oder im Mannschaftsboot auf dem wunderschönen Bielersee. Wenn uns dann im Vierer ein paar gemeinsame Schläge gelangen, stellte sich ein wunderbares Gruppengefühl ein.

Dazwischen gab es immer wieder brenzlige Momente, während welchen wir echt «ins Rudern kamen» ...

Da war es ein grosser Vorteil, so kompetente Leiter im selben Boot zu haben:

Urs mit seiner langjährigen Erfahrung liess sich durch nichts aus der Ruhe bringen. Er führte uns in die Ruderwelt ein und vermittelte uns mit viel Geduld und Engagement die Grundkenntnisse. Wir lernten das Material und dessen korrekte Handhabung kennen.

Auch Lucie, die auf grosse Wettkampferfahrung zurückgreifen kann, verstand es bestens, uns für den Rudersport zu begeistern. Anhand kleinster Details konnte sie stets erkennen, wo der Bewegungsablauf noch verbessert werden kann. Sie schaffte es immer wieder, unseren Rhythmus so zu koordinieren, dass es innerhalb kürzester Zeit ein

beflügelndes Zusammenspiel gab.

So verging die Woche im Fluge! Das Kursziel war erreicht:

Die Lust und Freude am Rudern waren geweckt!

Jetzt war noch ungewiss, ob alle 18 Interessierten der drei Anfängerkurse auch im Vertiefungskurs Platz finden würden ...

Als wir Bescheid erhielten, dass dank dem grossen Engagement von Lucie Kunz, Sarah, Adi und Kaja alle weiterfahren dürfen, war die Freude gross! (Nachnahmen?)

## Rudern Modul 2

Im Modul 2 fand also eine lustige, motivierte Gruppe zusammen.

An je vier Montag- und Donnerstagabenden im Juni fuhren wir in unterschiedlichster Besetzung aus. Wir erlebten unzählige wunderschöne Abendstimmungen auf dem See.

Dank günstigen Wetterverhältnissen konnten wir auch die meditative, entspannende Seite des Ruderns erleben.

Eine neue Herausforderung war die Erfahrung, einen Achter zu manövrieren. Schritt für Schritt konnten wir die Grundkenntnisse der erlernten Technik vertiefen. Interessant dabei war, wie jeder Leiter es verstand, auf seine persönliche Art und Weise die enorm komplexe Rudertechnik zu erläutern. Manchmal beschlichen einen zwar Zweifel, ob diese Nuss je zu knacken sei ...,

dann wieder erlebten wir das Hochgefühl, wenn alle im Gleichschlag das Boot vorwärtsbewegten. Mit viel Geduld und Einsatz halfen uns die vier InstruktorInnen, unsere Bewegungsabläufe nach und nach zu verbessern.

Der Höhepunkt dieses Kurses war der Abend, an welchem wir uns trotz Sturmwinden und heftigen Regengüssen auf den See wagten und dabei erst noch von Annemarie und Beat Howald gefilmt wurden. Trotz den misslichen Umständen probierten wir, eine gute Figur zu machen. Das anschliessende Auswerten dieses Videomaterials war sehr aufschlussreich. Wir erhielten wertvolle, individuelle Hinweise, wie der Rhythmus und die Technik noch optimiert werden können. Drei Teilnehmerinnen des Ruder-

kurses, die im Juni Geburtstag hatten, brachten Geburtstagskuchen mit. So konnten wir jeweils nach dem Rudern noch etwas Leckeres schnabulieren.

Am letzten Kursabend erhielten wir nach einer gemütlichen Grillade von Franziska Bionda und Beat Howald wertvolle Informationen über das Clubleben.

Nun stehen uns Dienstag- und Donnerstagabende, sowie Donnerstag-, Samstag- und Sonntagmorgen zur Verfügung, um diesen wunderschönen Sport auszuüben.

Von den Clubmitgliedern werden wir offen und herzlich aufgenommen und dürfen nun von der Erfahrung langjähriger Ruderer profitieren. Mit lauter geübten RudererInnen

eine Mannschaft zu bilden ist eine neue beflügelnde Erfahrung! Kurz und bündig: «Es fägt!»

P.S. Mittlerweile fliegen mir schon freiwillig Fische ins Boot (So erlebt am Sonntagmorgen, 9. August 2009 auf der Aare)!

Das ist ja schon fast wie im Schlaffenland ...!

*Bettina Pulfer Schilt*

## ATTENTION – GO

### Sunday-Race 2009 – erste Frauenregatta

Die Erinnerungen sind präsent. Frühmorgens 28.06.2009 sonnig, windstill, wellenfrei, anscheinend eine Seltenheit an Sonntagen auf dem Zürichsee! Der See zeigt sich mit den besten Bedingungen, um die erste Frauenregatta zu starten.

Das Rennen richtete sich an alle (Fitness-) Ruderinnen. Begeistert von der Idee, der motivierenden Ausschreibung über den Frauenevent des Polytechniker Ruder Club Zürich haben wir, Lis Bruggisser und ich, uns angemeldet. Erst kurzfristig machten wir uns Gedanken «oje, auf was haben wir uns da eingelassen, noch nie regattiert, wie geht der Start, wer ist unsere Crew»? Die weiteren Informationen folgten: 12

Doppelvierer sind am Start sowie 4 Achter. Freudige E-Mails und Telefone unserer zugeteilten Teamkolleginnen des Damenruderverclub Zürich trafen ein: «Willkommen in Zürich, super, dass das klappt und wir nicht die einzigen Freelancerinnen sind».

28.06.2009, 06.45 Uhr: Ein herzlicher Empfang beim Damenruderverclub in Zürich. Grosse Augen, wir sitzen in einem Stämpfli Rennboot (schon an der Weltmeisterschaft eingesetzt). Das Morgentraining verläuft top und flott. Wir üben den Start, die hohe Schlagzahl und stimmen uns ein. Von Wollishofen rudern wir an den nahegelegenen Startort vor der Schiffswerft.

07.55 Uhr: Die Spannung steigt: «konzentriere, ned jufle, kei Krebs».

Der Start gelingt. Die Rennstrecke wäre mit gerader Spur noch kürzer! Schon am Ziel. Beifall. Wir meistern die Strecke als zweites unserer vier zusammengestarteten Boote. Schon vorüber, zufrieden?! Gerne wären wir ein zweites Mal zum Start gerudert. Nochmals dabei sein, die Herausforderung packen. Genugtuung stellt sich am Bootssteg ein als wir die vielen jungen Ruderkolleginnen erblicken!

Am reichhaltigen Brunch war beste Stimmung. Verspeist wurden u.a. die als Startgeld mitgebrachten Kuchen!!! Und klar, wir trugen unsere Seeclubbleibchen voller Stolz. Komplimente blieben nicht aus «toll, aus Biel seid ihr angereist». Bei der Siegerehrung schienen weder Zeit noch Rang von höchster Wichtigkeit. Die Freude an der Leistung,

das Regattafeeling mitzuerleben zählte für uns mehr. Wir knüpften viele interessante Kontakte. Wir bekamen Einblick in einige Ruderclubs entlang des Zürichsees.

Ja, wir hatten unseren Spass. Und bis dann, im nächsten Jahr, wenn eventuell vier Seeclubbleibchen Biel an der «Sunday Race» leuchten?!

*Susanne Marchev*

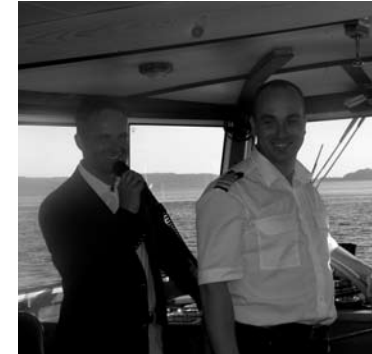


# Seenachtsfest





# Gönneranlass





## Lieber Nesti



Wir haben unzählige Stunden zu viert im Ruderboot verbracht. Die traurige Wahrheit ist, dass Du nicht mehr dabei bist. Wir behalten Dich so im Gedächtnis, wie Du warst.

Unser Ruder-Enthusiast, unser Frühaufsteher, unser Warner bei schlechtem Wetter und Wellen. Oftmals schon morgens um 5.00 Uhr kam Dein SMS. Du konntest nicht früh genug auf dem Wasser sein. Wir waren manchmal überfordert, Dir nachher aber für die Ausfahrt auf ruhigem Wasser dankbar. Wir sehen Dich noch im schummrigen Bootshaus hinten am Barracuda Kommandos gebend und haben uns immer gefragt, wieso Du nicht um das Boot herum, sondern unter dem Boot hergekrochen bist. Wir

hatten es lustig im Boot, haben die morgendliche Stille auf dem See genossen, haben uns gefreut, wenn das Boot gut gelaufen ist.

Im Seeclub warst du ein wirkliches Aktivmitglied: neben dem Rudern hast Du Dich im Service-Club, für die Braderie, Wanderfahrten, als Gönner, für die SM Feier und vieles mehr engagiert.

Anfang Juli waren wir für Donnerstagmorgen um 6 Uhr verabredet. Die kurze SMS von Dir: «Kann lei-

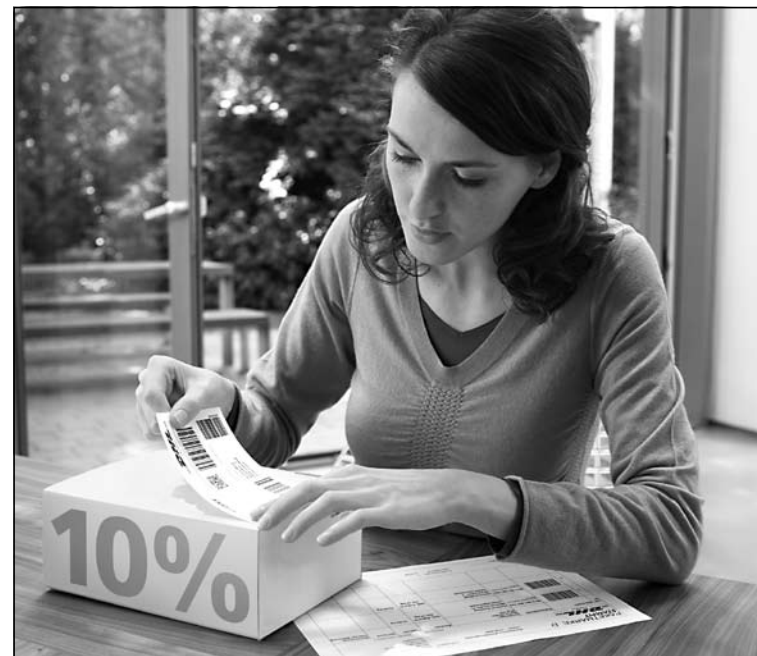
der nicht rudern, muss zum Arzt». Unsere Antwort: «Hoffentlich nichts Schlimmes», hast Du nicht beantwortet, nicht mehr beantworten können? Für uns ist es unfassbar schnell zu Ende gegangen. Zum Abschied hiess es immer: Ciao Nesti, bis Samstag um halb sieben. Das geht jetzt nicht mehr.

Günter und Ruth



### Hochleistungsdüsen für die Wasserstrahltechnologie

mvt AG Spärsstrasse 5, CH-2562 Port  
Tel. 032 332 97 60, Fax. 032 332 97 61  
[www.mvt.ch](http://www.mvt.ch)



Bye-bye Postschalter!  
Sendung jetzt online aufgeben:  
**[www.shipnow.ch](http://www.shipnow.ch)**



**Sportfreunde  
halten zusammen**



**Ruderboote neu  
versicherbar!**

[www.baloise.ch](http://www.baloise.ch)

Generalagentur Biel  
Markus Stöckli  
Firmenkundenberater  
Tel. 032 328 13 11  
Fax 032 328 13 51

**Alles Gute für Ihre Ideen**



2501 Biel/Bienne  
Zentralpl./Pl. Centrale  
Tel. 032 322 51 17  
Fax 032 322 51 55

3011 Bern  
Spitalgasse 26/1.UG  
Tel. 031 311 77 04  
Fax 031 311 77 29

www.spiess-idea.ch

Hobby Basteln Dekorationen  
Bricolage Décorations Hobby

**Le meilleur pour vos idées**

PARFUMERIE **SPIESS**

Schönheit kommt von Ihnen.

Spitalgasse 27 · 3000 Bern 7 · Tel. 031 311 43 44 · Fax 031 312 38 46  
Kosmetik-Institut · Tel. 031 312 06 05 · parfumerie.spiess@bluewin.ch

**DAS FAHRZEUG SPRICHT FÜR SICH.  
UNSER ANGEBOT AUCH.**



**QASHQAI ACENTA**

1.5 l dCi, 106 PS (78 kW),  
6-Gang manuell

UNSER PREIS

**Fr. 34'250.--**

- Klimaautomatik, 2 Zonen
- Radio/CD-Kombination
- 17"-Leichtmetallfelgen
- Tempomat
- Bluetooth®-Freisprecheinrichtung für Mobiltelefone

**JETZT PROBE FAHREN**

Zollhaus Automobiel S.à.r.l  
Solothurnstr. 79 /  
Rue de Soleure 79  
2504 Biel / Bienne  
Telefon: 032 341 14 51

www.zollhausautomobiel.ch



**SHIFT** \_ the way you move

**MOVING YOUR BUSINESS  
FORWARD. GLOBALLY.**



DHL Global Forwarding consistently meets the ever changing needs of businesses both large and small. As you'd expect from the market leader, our extensive product range lets you balance both speed and financial efficiency, enhancing your commercial advantage each and every day.

With unlimited service combinations including air and ocean freight, plus a host of value-added benefits from cargo insurance to complete security management, you can rest assured that however large your shipment, we'll always deliver a solution both locally and globally.

Move your business forward today – contact DHL on +41 61 315 96 96 / marketing\_salesinfo@dhl.com or visit www.dhl.ch

**DHL**  
GLOBAL FORWARDING



**APÉRO?**

**WIR BERATEN SIE GERNE!**

**CHEZRÜFI**

**Bäckerei · Café · Confiserie · seit 1895**

Jean Sesslerstrasse 5 · 2502 Biel · Tel. 032 322 35 94

Fax 032 323 93 71 · info@chezruefi.ch · www.chezruefi.ch

# Braderie



Fotos: Beat Howald



# Jahresprogramm Seeclub 2009

Monat	Tag	W'tag	Anlass	Ort	Organisation
	23./24	Sa/So	Internationale Regatta	Varese/I	TK
Juni	6./7.	Sa/So	Nationale Regatta	Sarnen	TK
	9.	Di	Mondscheinfahrt (Vollmond 7.6.)	Ziel offen	Thomas von Burg/Peter Mosimann
	3.	Mi	Gönneranlass (nur mit persönlicher Einladung)	Offen	Beat Howald
	20.	Sa	Wanderfahrt Lac de Joux	Le Sentier	Thomas von Burg
	20./21.	Sa/So	Internationale Regatta	Greifensee	TK
	26.-28.	Fr-So	Braderie	Brunnenplatz	Nick Ammon
Juli	4./5.	Sa/So	Schweizermeisterschaft	Rotsee Luzern	TK
	5.	So	Meisterschaftshöck	Bootshaus	Beat Howald
	10.-12.	Fr-So	FISA Rowing World Cup	Rotsee Luzern	TK
	23.-26.	Do-So	FISA U-23 Weltmeisterschaften	Roudnice/CZE	TK
	31.	Do	Seeclubfest	Bootshaus	Thomas von Burg
August	1./2.	Sa/So	Coupe de la Jeunesse	Vichy/F	TK
	5.-8.	Mi-Sa	FISA U-19 Weltmeisterschaften	Brive-la-Gaillard/F	TK
	22.	Sa	Wanderfahrt Rund um den Brienzersee	Brienzersee	Ernst + Marlyse Siegrist
	23.-30.	So-So	FISA Weltmeisterschaften	Poznan/P	TK
September	4.	Fr	Mondscheinfahrt (Vollmond 4.9.)	Ziel offen	Urs Hiller
	4.-6.	Fr.-So	FISA World Rowing Masters Regatta	Wien/A	TK
	8.	Di	Mille Miglia	Bielensee/Aare	Nick Ammon
	12./13.	Sa/So	Swiss Alpine Rowing Trophy/Herbstregatta	Schwarzsee	TK
	13.	So	RAR-Herbstregatta	Augst	TK
	19.	Sa	BILAC 09	Neuenburg-Biel/Solothurn retour	Jörg Trittbach
	25.-27.	Sa/So	Ruderlager für Fitnessrunderer	Sarnen	Thomas von Burg
	26./27.	Sa/So	Herbstregatta	Sursee	TK
Oktober	4.-10.	So-Sa	Trainingslager	Varese/I	TK
	17.	Sa	Bootshaus/Bootsreinigung	Bootshaus	Adi Schlupe/Robert Müller
	25.	So	Abrudern	Bootshaus	Beat Howald
	31.	Sa	BKW-Armadacup	Wohlensee	TK
November	7. od. 14.	Sa	Wanderfahrt	Biel-Solothurn	Peter Mosimann
	13.	Fr	Fondueabend	Bootshaus	B. Schneeb.
Dezember	5.	Sa	Chlausrudern	Bootshaus/Bielensee	Thomas von Burg
Februar '10	5.	Fr	Generalversammlung		Vorstand



## Storz

Bestattungsdienste  
Schreinerei



**032 342 64 44**

Reuchenettestrasse 7 / 2502 Biel-Bienne  
www.storz-ag.ch

**Bestattungsdienste Pompes funèbres Schreinerei Menuiserie**

**METZGEREI ZESIGER**  
 Port 032 331 82 83  
 Walperswil 032 396 14 66

**Party-Service**

Ihr Fleischfachmann \* Ihr Grill-Spezialist  
 Seeländer Fleisch vom Hof

**WYSSBROD**  
**Heizöl AG Mazout SA**

**Tel. 032 341 45 94**  
**Fax 032 341 31 80**

**Mettlenweg 9 b**  
**2504 Biel-Bienne**



**ERWIN BLEUER AG**  
 Carrosserie & Spritzwerk  
 2557 Studen - Tel. 032 373 11 33

Bilder sagen mehr als Worte, besuchen  
 Sie unsere Homepage!

**www.bleuerag.ch**

Rino Wyssbrod

## Neuaufgabe Bildungsführer

### Umwelt und Nachhaltige Entwicklung

#### Sie wollen

- ▶ sich im Umwelt- und Nachhaltigkeitsbereich professionell engagieren
- ▶ Ihre Fachkompetenzen entwickeln, vertiefen oder erweitern
- ▶ Dritte über Weiterbildungsangebote beraten.

#### Der Bildungsführer beinhaltet

- ▶ über 150 aktuelle Bildungs- und Weiterbildungsangebote im Umwelt- und Nachhaltigkeitsbereich
- ▶ akademische sowie nicht-akademische Bildungs- und Weiterbildungsangebote in der Schweiz und im grenznahen Ausland
- ▶ übersichtliche Darstellung und Orientierungshilfe mit Inhalt, Dauer, Zulassungsbedingungen, Kosten, Kontaktdaten

sanu bietet professionelle Berufs- und Bildungsberatungsgespräche im Bereich Umwelt und Nachhaltige Entwicklung. Sie bekommen anhand Ihres beruflichen Werdegangs und Ihrer Kompetenzen eine individuelle Beratung bezüglich Berufsbilder und Perspektiven.

▶▶ [www.sanu.ch/bildungsfuehrer](http://www.sanu.ch/bildungsfuehrer)

## Nouvelle édition du guide de formation

### en environnement et développement durable

#### Vous souhaitez vous engager à titre professionnel

- ▶ développer, approfondir ou élargir vos compétences professionnelles
- ▶ conseiller des personnes intéressées par de la formation continue dans le domaine de l'environnement et du développement durable.

#### Le guide de formation contient

- ▶ plus de 150 offres de formation et formation continue dans le domaine de l'environnement et du développement durable
- ▶ choix d'offres de niveau universitaire ainsi que non-universitaire en Suisse et dans les régions limitrophes
- ▶ les informations relatives au contenu, à la durée, aux conditions d'admission, aux coûts et adresses de contact

sanu propose également des entretiens d'orientation professionnelle sur les formations et les métiers en environnement et développement durable. Vous obtiendrez des conseils personnalisés sur les débouchés et les carrières professionnelles, sur la base d'une analyse de votre parcours professionnel et de vos compétences.

▶▶ [www.sanu.ch/guide](http://www.sanu.ch/guide)

## «Als moech noch in der Regattamannschaft war, war Rudern Alltag.»



#### Wer stellt sich vor:

Lucie Kunz

#### Im Seeclub seit:

Seit 2004

#### Wie bist du zum Rudersport gekommen?

Durch die Familie Helbling, meine Cousins Selina und Kaja ruderten beide, so erfuhr ich zum ersten Mal etwas übers Rudern. Im Anfängerkurs waren wir eine Gruppe Mädchen, die zusammen trainierten und es lustig hatten, so blieb ich dabei.

#### Was bedeutet er Dir?

Als ich noch in der Regattamannschaft war, war Rudern Alltag, gehörte einfach dazu. Auch jetzt noch, da ich nicht mehr so aktiv selber rudere, ist er sehr wichtig für mich und freut es mich, meine Kenntnisse in der Ruderschule weiterzugeben.

#### Wie unterstützt Du den Seeclub?

Zusammen mit Sara Hofmann leite

ich die Ruderschule. Wir unterstützen die Ruderschüler sich auf die Green Card vorzubereiten, indem sie ihre Technik verbessern, das Wetter einschätzen können, wissen, wie man mit dem Material umgeht und was halt so dazugehört.

#### Was liegt Dir besonders am Herzen?

Dass alle meine Ruderschüler die Green Card Prüfung auch bestehen.

#### Was freut Dich?

Wenn die Regattamannschaft gute Rennen fährt. Und ganz allgemein die gute Stimmung im Seeclub.

#### Was weniger?

Dass es in der Schweiz immer weniger Regattas gibt.

#### Welche Leidenschaften ausser Rudern hast Du ausserdem?

In meiner Freizeit zeichne ich sehr gerne, gehe oft ins Kino und seit ich meine neue Kamera habe fotografiere ich viel.

#### Was wünschst Du Dir für die Zukunft?

Dass das Gleichgewicht zwischen Spitzen- und Breitensport im Seeclub besser wird, und dass alle die Chance haben zu rudern.



# Vorstand 2009

## Präsident

Beat Howald Rebenweg 8 Tel P. 032 365 36 64  
2503 Biel/Bienne Tel G. 032 323 11 11  
beat.howald@seeclub-biel.ch Tel M. 079 340 90 83

## Vize-Präsident

Urs Lüdi Sandrainstr. 3 Tel P. 032 355 33 22  
2552 Orpund Tel G. 032 323 26 22  
urs.luedi@seeclub-biel.ch Tel M. 079 330 90 64

## Sekretär/Archivar

Nathalie Primelweg 1 Tel M. 079 662 10 47  
Jeanrenaud 2505 Biel  
nathalie.jeanrenaud@seeclub-biel.ch

## Finanzchef

Günter Schindler Chem. de la Baume 16 Tel P. 032 323 64 71  
2533 Evillard Tel G. 058 851 71 77  
guenter.schindler@seeclub-biel.ch Tel M. 079 222 96 22

## Trainingskommissions-Chef

Vakant, bis August betreut durch Beat Howald

## Chefin Marketingkommission

Karin Spiess Löschgatterweg 8 Tel P. 032 377 33 50  
2542 Pieterlen Fax P. 032 377 30 11  
karin.spiess@seeclub-biel.ch Tel M. 079 578 34 64

## Beisitzerin Fitnessrudern

Franziska Bionda Neuenburgstr. 34 Tel P. 032 323 66 91  
2505 Biel/Bienne Tel G. 058 565 85 60  
franziska.bionda@seeclub-biel.ch Tel M. 079 639 21 69

## Bootshausverwalter

Robert Müller Pianostr. 56 Tel P. 032 365 71 48  
2503 Biel/Bienne Tel M. 079 276 31 60  
robert.mueller@seeclub-biel.ch

## Materialverwalter

Adrian Schluep Mittelstr. 39 Tel P. 032 341 87 30  
2502 Biel/Bienne Tel G. 032 343 97 37  
adrian.schluep@seeclub-biel.ch Tel M. 079 325 23 90

## Beisitzer Vertreter Assistenztrainer

Urs Brassel Rebenweg 23 Tel P. 032 365 52 54  
2503 Biel/Bienne Tel G. 032 323 87 23  
urs.brassel@seeclub-biel.ch Tel M. 079 467 68 83

## Impressum

### Redaktion

Karin Spiess Löschgatterweg 8  
2542 Pieterlen  
Tel. 079 579 34 64  
karin.spiess@  
seeclub-biel.ch

### Gestaltung

erdmannpeisker Biel/Bienne

### Druck

Chs Rohr + Cie AG 2501 Biel/Bienne

### Versand

Atelier Kanal 15

### Clubadresse

Seeclub Biel Postfach  
2501 Biel/Bienne  
Postcheck 25-377-2  
Tel. 032 323 16 36

### Bootshaus

43. Jahrgang/2009 Nr. 3 – Oktober 2009  
Erscheint vierteljährlich

Wir werden unterstützt von:

