

Ruder-Bote



Titelbild: Junioren-Team

75 Jahr-Feier RCT | S. 17

12 Fragen an ... | S. 42

Rudermarathon Bodensee |
S. 27

Bulletin des Ruderclubs Thun
Ausgabe 3-24 | Oktober 2024

Inhaltsverzeichnis

Editorial Ruder-Bote Ausgabe Oktober 2024	Seite 5
1. August Seerundfahrt	Seite 6
75-Jahr-Feier RCT75-RCT	Seite 17
Bilac 2024	Seite 23
Aktive Kurzferien am Bodensee	Seite 27
Bootsführerkurs (BFK) 2024 Bootsführerkurs 2024	Seite 33
Thunersee-Rundfahrt	Seite 35
Brienzerseerundfahrt	Seite 37
12 Fragen an ...	Seite 42
Skiffkurs	Seite 45
Jahresprogramm 2024	Seite 51

Impressum

Herausgeber

Ruderclub Thun
www.ruderclub-thun.ch
info@ruderclub-thun.ch

Redaktion

Gabriela Meister
(Texte, Koordination)
redaktion@ruderclub-thun.ch
Mobil 079 390 60 53

Andrea Thomi
(Layout, Gestaltung)
Mobil 076 570 57 33

Dieter Lüthi
(Koordination)
Mobil 079 739 34 88
dieter.luethi@ruderclub-thun.ch

Mitarbeit

Rolf Gäumann
Tillman Hirsch
Marion Klein
Dieter Lüthi
Gabriela Meister
Markus Meister
Kurt Müller
Andrea Thomi
Leslie Wettstein
Christine Wüthrich

Ausgaben und Erscheinungsart

Ruder-Bote
Erscheint zwei- bis dreimal jährlich
Versand ausschliesslich online

nächste Ausgabe

Januar 2025 (GV-Ausgabe)

Redaktionsschluss

-

Inserate

Bitte wenden Sie sich an:
Karin Lüthi
Mobil 076 349 88 66
karin.luethi@ruderclub-thun.ch

Adressänderungen

Ruderclub Thun, 3600 Thun
Kontaktformular auf
www.ruderclub.thun.ch

Vorstands- kontakte

Präsident

Dieter Lüthi
Mobil 079 739 34 88
dieter.luethi@runderclub-thun.ch

Ruderchef 2

Rolf Küpfer
Mobil 076 353 50 25

Vize-Präsident und Boots-/Materialwart

Fredy Nager
Mobil 079 610 61 93

Bootshauswartin und Juniorenbetreuung

Andrea Thomi
Mobil 076 570 57 33
andrea.thomi@runderclub-thun.ch

Finanzen

Karin Lüthi
Mobil 076 349 88 66
karin.luethi@runderclub-thun.ch

Sekretariat

Andreas Zürcher
Mobil 077 416 67 78
andreas.zuercher@runderclub-thun.ch

Ruderchefin 1

Christiane Körner
Mobil 078 733 85 03

RCT+ / Anlässe

Cornelia Meile
Mobil 076 448 01 68

Editorial Ruder-Bote Ausgabe Oktober 2024



*Mit rudersportlichen Grüßen,
Euer Präsident, Dieter Lüthi*

Während vieler Jahre habe ich den Jahresbericht eines Unternehmens verfasst. Mit der Zeit wurde es zur Routine und ich hatte das Gefühl, mich jedes Jahr zu wiederholen. Mit externer Unterstützung konnten wir den Jahresbericht inhaltlich spannender gestalten und damit interessanter für die Leserschaft. Aber meine Ausdrucksweise blieb dieselbe – da konnte ich mich nicht einfach ändern. Anpassen durchaus, aber mein Stil ist nun mal so und ein Teil von mir. Diese Erfahrung mussten wir auch mit der letzten Ausgabe des Ruderboten machen: Die Redaktion wollte ursprünglich, dass die Beiträge „aus einem Guss“ daherkommen. Die Verfasser:innen ihrerseits haben einen je eigenen Stil und möchten diesen auch so beibehalten. Die Redaktion hat daraus gelernt und wird in Zukunft die von den Clubmitgliedern eingereichten Artikel nur noch auf grammatikalische Fehler prüfen und darauf, dass die Berichte keine verletzenden Inhalte aufweisen - es sei denn, die Autor:innen wünschen ausdrücklich eine sprachliche Überprüfung. Die Berichte und allenfalls auch Fotos können an redaktion@runderclub-thun.ch gemailt werden.

Die Tage werden kürzer, die Temperaturen sind nicht mehr sommerlich, die Abende verlangen schon Licht an den Booten, die herbstlichen Farben überwiegen. Dieses Jahr offerierte uns neue und bewährte Abenteuer sowie einige gesellschaftliche Anlässe. Erst gerade vor kurzem konnten wir den 75. RCT-Geburtstag feiern, mit vielen aktiven und passiven Mitgliedern, die sich nach einem Rückblick auf 75 Jahre RCT intensiv austauschten und den Abend mit Gleichgesinnten in vollen Zügen genossen. Lasst den Sommer nochmals Revue passieren, es hat sich wirklich viel ereignet.

Bis Ende des Jahres gibt es nicht mehr viele offizielle Termine: das Abrudern am Freitag, 25. Oktober, die Bootshausputzete am Samstag, 2. November, und das Adventsrudern am Sonntag, 1. Dezember. Zu Beginn des Jahres 2025 findet am Freitag, 24. Januar, der Jassabend statt; kurz darauf, für Freitag, 28. Februar 2025, ist die GV anberaumt. Ich freue mich, möglichst viele von Euch an diesen Anlässen zu begrüßen.

1. August Seerundfahrt

Die diesjährige, traditionelle 1. August Seerundfahrt des RCT wird allen Beteiligten sicher in guter oder vielleicht auch etwas mulmiger Erinnerung bleiben.

Vorweg kann berichtet werden, dass alle Beteiligten wohl auf zum Ausgangspunkt zurückgekehrt sind. Auch die Boote haben die schaukelnde Fahrt zwar nass, aber unversehrt überstanden.

23 RCT Ruder:innen meldeten sich für die Seerundfahrt an. 14 Ruder:innen teilten sich die Strecke und 9 Ruder:innen ruderten die ganzen 40 km.

16 Personen besammelten sich also morgens um 06.00 Uhr beim RCT-Bootshaus. Alle waren einverstanden, die Seerundfahrt trotz der unsicheren und gewitterhaften Wetterlage in Angriff zu nehmen. Dieter teilte die Ruder:innen auf den d-8er Wiking und d-2 Vierer ein. Auf den d-8er Baracuda wurde in weiser Voraussicht verzichtet, da

dieser bei hohem Wellengang vom Bug her überspült und im schlimmsten Fall geflutet werden kann.

Um 06.30 Uhr waren die drei Boote auf dem Wasser. Wetterbedingt wurde das rechte Seeufer für die erste Etappe ins Neuhaus gewählt. Der Thunersee zeigte sich von seiner guten Seite. Nur das angekündigte Gewitter zog nach Prognose nicht nach Norden, sondern verfolgte uns, im zwar sicheren Abstand von 3 km, nach Osten. Wenden war zu diesem Zeitpunkt keine Option mehr, also ruderten wir weiter Richtung Neuhaus.



Nach Kilometer 15 setzte der Regen ein. Zuerst schwach, nach der Beatenbucht dann recht intensiv. Das Wasser blieb aber flach und ruhig, ideale Ruderbedingungen. Mit einer durchschnittlichen 18 er Schlagzahl erreichten wir um ca. 08.30 Uhr das Neuhaus. Ein d-4er wurde ausgewassert und an Land auf Gemüseboxen

aufgebockt. Die beiden anderen Boote zurrten wir am Steg fest. Im Neuhaus war im Gegensatz zu früheren Nationalfeiertagen nichts los, niemand wollte bei diesem Wetter auf den See. Die Gastfreundschaft im Hotel-Neuhaus ist speziell zu erwähnen. Tropfnass wie wir waren durften wir ins Säali, wo uns Gipfeli und Ge-

tränke serviert wurden. Damit wir uns trocken konnten und zu guter Letzt die Sitzpolster nicht nass wurden, sind wir sogar mit Frotteetüchern des Hotels bedient worden. An dieser Stelle einen herzlichen Dank dem RCT für die Übernahme der Konsumationskosten.





Umgezogen und mit neuen Ruderkräften versehen machten wir uns bereit für die Rückfahrt. Die Gewitter hatten sich verzogen. Das Wetterradar versprach aber nichts Gutes. So war nicht auszuschliessen, dass wir bei der Rückfahrt in eine Gewitterfront geraten könnten. Anhand der Wetterdaten entschieden wir uns für die Rückfahrt nach Thun über das linke Seeufer.





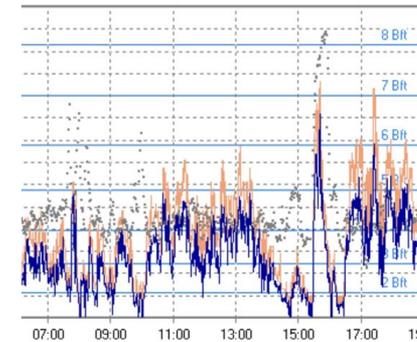




Kaum waren wir aus der geschützten Neuhausbucht herausgerudert, wurden wir von starkem Wind, Schaumkronen und den damit verbundenen hohen Wellen überrascht.

Der Wind zwischen 4 und 4.5 Beaufort sowie Böen bis 5.5 Beaufort begleiteten uns bis nach Thun.

Windböen	
Geschwindigkeit	25.7 km/h / 4 Bft
Richtung	Ost Südost
Ø 10 Minuten	21.5 km/h / 0-SO
Max. Geschwindigkeit	62.8 km/h um 19:01
Max. Richtung	0-SO



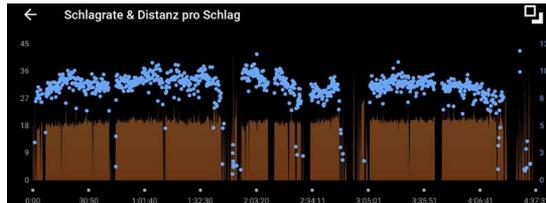
Auf der Höhe Faulensee beim Lido Da Elio legten wir einen Zwischenstopp ein, um die Boote zu leeren und das über uns tobende Gewitter mit Blitz und Donner vorbeiziehen zu lassen.



Es zeigte sich wieder, wie wichtig und sinnvoll gutes Lenzmaterial ist. Schwämme, Schöpfkübel und sicher mindestens eine Handpumpe sollten mitgeführt werden. Im Notfall hilft auch die leere oder geleerte Getränkeflasche oder der bereits nasse Ruderschuh.

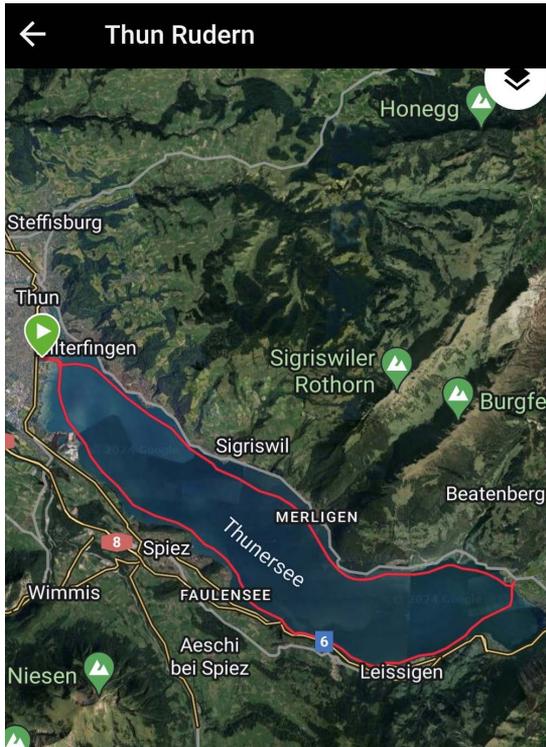
Der See beruhigte sich nicht. Immer wieder brachen die Wellen über die Ausleger und füllten die Boote mit Wasser. Kurze «schöpferische» Pausen waren angesagt.

Die Teams wurden auf eine harte Probe gestellt. Rudertechnisch sowieso und zusätzlich in Bezug darauf, wie die Bootsmannschaft als Team funktioniert.





Alle hatten das gemeinsame Ziel, die Mannschaft und die Boote unversehrt zurück zum RCT zu rudern.



Wie zu Beginn des Berichtes bereits erwähnt, ist dies allen Teams gelungen und alle haben die traditionelle 1.-August-See-
rundfahrt 2024 erfolgreich gemeistert. Ich von meiner Seite habe viele positive Eindrücke und wichtige Rudererfahrungen aus dieser Seerundfahrt mitgenommen. Ich freue mich auf weitere intensive, schöne und rhythmische Ruderfahrten mit Euch.

Rolf Gäumann

75-Jahr-Feier RCT

Anstelle des monatlichen Nachsessens fand am 27. September die 75-Jahr-Feier des RCT statt. Fast 50 aktive und passive RCT-Mitglieder fanden sich zu diesem Anlass im Ruderhaus ein.

In einem ersten Teil wurde ein Rückblick auf 75 Jahre RCT vermittelt. Eine einstündige Präsentation widmete sich insbesondere den „Jugendjahren“ des RCT, aber auch der neueren Zeit. Die Aspekte der Jugendjahre wurden von Jürg und Hanspeter Klopfenstein sowie Thomas de Roche zusammengetragen. Die Präsentation erfolgte durch Hanspeter und Thomas (Jürg war mittlerweile auf einer mehrmonatigen Reise), in Zusammenarbeit mit dem Verfasser dieses Berichts. Man stelle sich vor, mit einem Ruderboot die Aare hinunter nach Bern zu rudern!

...





Bereitstellung Boote 1960



Einwassern 1960



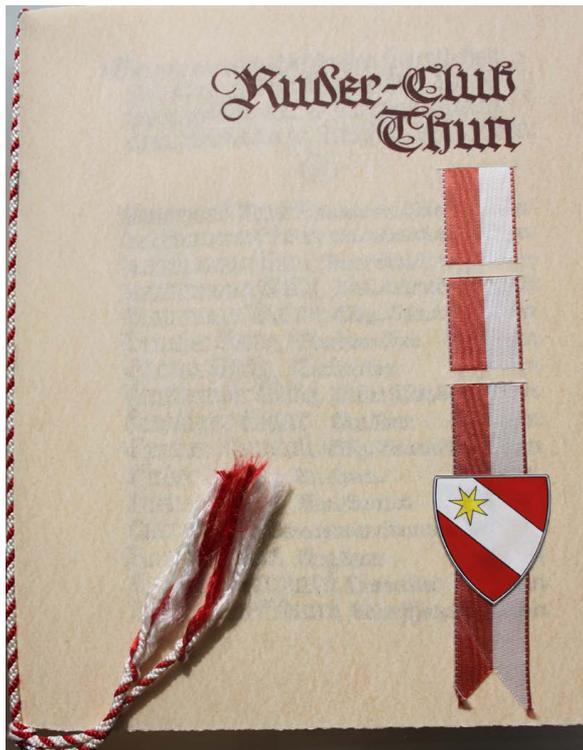
Aarefahrt

Und staunt weiter, dass es Anfang der sechziger Jahre doch tatsächlich ein Regatta-Team RCT gab! Und dass unser Clubhaus 1992 in Fronarbeit gebaut wurde – und sich trotz zwei Hochwassern immer noch in bestem Zustand präsentiert.

...



Sogar die Gründungsurkunde ist im Original vorhanden und wird bald im Klubhaus aufgehängt.



Getragen vom Geiste des sportlichen fair play und im Willen dem Ruder-sport in Thun eine blühende freiheitlichen Wirkens zu schaffen, beschließen:

Meberhard Arnold, Böttlermeister Thun
 Meschmann Edwin, Buchdrucker Thun
 Meschmann Paul, Buchdrucker Thun
 Meschmann Billy, Bek. Lehrer Thun
 Plattmann Walter, Eidg. Beamter Thun
 Bracher Heinz, Mechaniker Thun
 Ehrbar Willy, Techniker Thun
 Fankhauser Heinz, Schriftsetzer Thun
 Freudiger Edgar, Student Thun
 Greiner Hansgull, Eidg. Beamter Thun
 Huber Alfred, Dr. chem. Spiez
 Kiener Hans, Kaufmann Thun
 Lüthy Fritz, Lebensmittelkonte. Thun
 Roidt Charles, Student Thun
 Schärer Bernhard, Chemiker Thun
 Stemmann Edward, Schriftsetzer Thun

heute den

Ruder-Club Thun

zu gründen.

Echte Kameradschaft, die Anerkennung des Einzelnen, Gleichberechtigung aller, eine loyale Geschäftsführung heißen die Richtsätze. Als Mittelpunkt jedoch wird das sportliche Geschehen das Bootshaus bezeichnet. Dem heute aus der Taufe gehobenen Verein möge ein langes, erfolgreiches Leben beschieden sein. Den Ideen und Richtlinien der Gründer soll stets nachgelebt werden, auf daß Mißgunst und Zwietracht keinen Einlaß finden.

Thun, 1. Mai 1949

Der Präsident der Gründungs-Versammlung:

Für das Initiationskomitee: Der erste Clubpräsident

6. Wellmann

Von Anfang an wurde im RCT das Clubleben gepflegt, mit jährlich wiederkehrenden Anlässen wie dem Kanderfest oder einer Wanderung am Pfingstwochenende (mit der ganzen Familie). Die gibt es in dieser Form nicht mehr, neue Anlässe wie gemeinsames Nachtessen am Ende des Monats oder die Regatta mit den Neueinsteiger:innen haben diese abgelöst.

Der Bootspark ist stetig gewachsen. Waren es früher ausschließlich Holzboote, wurden diese mehr und mehr durch Kunststoffboote abgelöst respektive ersetzt – aber es gibt noch so wunderbare Boote wie Wiking, Göpf Kottmann und Sprisse, die immer noch gerne gerudert werden.

Viele der Geschichten lösten nicht nur Staunen aus, auch konnte oft und herzlich gelacht werden. Ein großes Dankeschön an Jürg Klopfenstein, Hanspeter Klopfenstein und Thomas de Roche – dank ihrer zum Teil über 60 Jahre RCT-Mitgliedschaft erhielten



Kanderfest

wir einen spannenden und wunderbaren Eindruck von den Anfangszeiten. Der zweite Teil des Abends gehörte dann den Geschichten, die bei einem reichhaltigen Apéro riche ausgetauscht wurden. Das muss nicht kommentiert werden – es war einfach super zu sehen, wie sich die RCT-Ruder:innen miteinander unterhielten. In 25 Jahren steht das weitaus größere Jubiläum an – bis dahin wünsche ich dem RCT, dass ihm weiterhin engagierte und motivierte Klubmitglieder zur Verfügung stehen, die die nächsten 25 Jahre mittragen, um dann mit dem Ruderclub Thun das 100-jährige Bestehen zu feiern.

Euer Präsident, Dieter

Bilac 2024

14. September 2024

- Row and have a good time -



Das stolze RCT-Team nach erfolgreich geruderten 36 km.

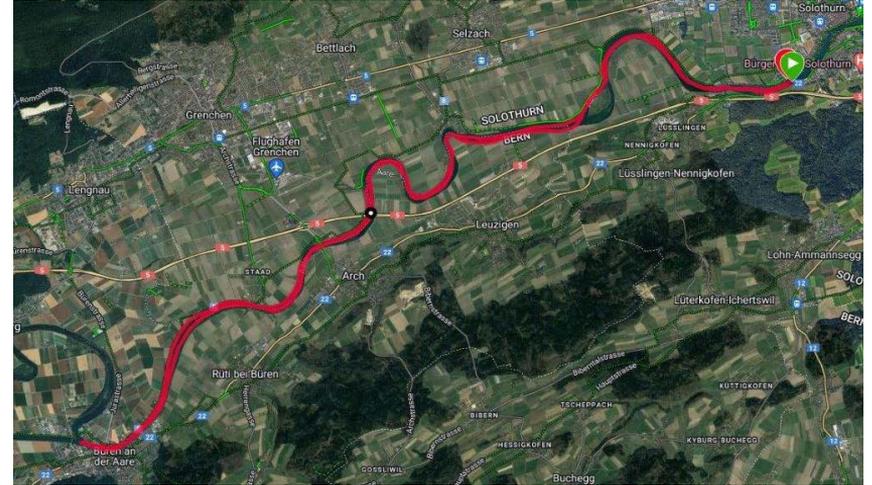
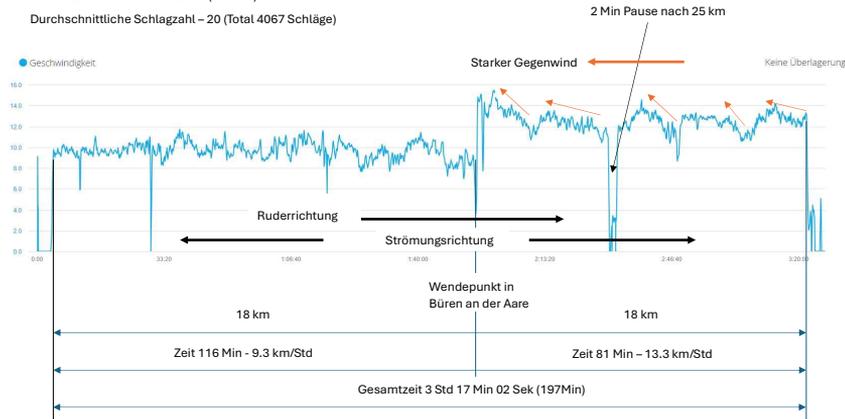
RCT-SCT
 2-Nicht-nur-gewicht-Rolf
 Festzelt Fremdes-Boot Erholung
 Ganzkörpersportart
 Strecke 5-Schlagmann-Dieter
 Backboard-überziehen
 Optimaler-Linie Kälte Organisatoren-Bilac24 Steuerboard-überziehen
 SCT-RCT Vorfreude24-rennen-niewieder-vorfreude25
 Chrampf-nome-chrampf-numeno-chrampf
 Erholung Strömung Einrichten SCT-RCT Flussrudern
 Vorfreude24-rennen-niewieder-vorfreude25
 Ablad-Verlad Schlagzahl
 Landschaft Juniorenboot-RCT-SCT Fliegender-Holländer Dichtstress-am-Start Einrichten Kurven Team
 4-Organisatorin-Christiane Wind Team RCT-SCT Ziel Ziel Spirit
 Wetter Dichtstress-am-Start Chrampf-nome-chrampf-numeno-chrampf Ziel Ziel Spirit Boot
 3-Motivatorin-Christine Gegenströmung Flussrudern Dichtstress-am-Start Start
 Wind Wetter Strömung Super-Team Ändlig-im-Ziel Fliegender-Holländer
 Super-Team Boot 1-Steuerfrau-Andrea 4-Organisatorin-Christiane Schlagzahl Strecke Kurven
 Backboard-überziehen Verlad-der-Boote Gegenströmung Spirit
 Wind Strömung Schlagzahl Seegras 3-Motivatorin-Christine 5-Schlagmann-Dieter
 2-Nicht-nur-gewicht-Rolf 5-Schlagmann-Dieter Team 1-Steuerfrau-Andrea
 Verlad-der-Boote Optimaler-Linie Backboard-überziehen Team 1-Steuerfrau-Andrea
 Festzelt Kälte Fliegender-Holländer Steuerboard-überziehen Vorfreude24-rennen-niewieder-vorfreude25
 Ändlig-im-Ziel 1-Steuerfrau-Andrea 3-Motivatorin-Christine Landschaft Juniorenboot-RCT-SCT Start Super-Team
 2-Nicht-nur-gewicht-Rolf Ganzkörpersportart Fremdes-Boot
 Seegras SCT-RCT Steuerboard-überziehen
 Organisatoren-Bilac24 Ablad-Verlad
 4-Organisatorin-Christiane

Bilac 2024 / der fliegende Holländer / Rang 23 von 77 klassierten Booten

Team Nr. 43: C5x Visis / Dieter – Christiane – Christine – Rolf - Andrea

Gesamtzeit 3 Std 17 Min 02 Sek (197Min)

Durchschnittliche Schlagzahl – 20 (Total 4067 Schläge)



Rolf Gäumann

Alleskönnerin im Kartenformat

Unsere Debit Mastercard ist die ideale Karte für Online-Shopping, bargeldloses Bezahlen sowie Geldbezüge am Bancomaten.



Mehr erfahren:

aekbank.ch/debitmastercard

AEK 
BANK 1826

A wide-angle photograph of a lake at sunset. The sky is a gradient of orange and yellow, with the sun low on the horizon to the right, creating a lens flare. In the middle ground, a rowing dock with several red rowing shells is moored. The dock is reflected in the calm water. To the right, a rocky shoreline leads to a concrete pier with a metal railing. The overall mood is peaceful and serene.

Aktive Kurzferien am Bodensee

Bericht vom Bodensee-Rudermarathon am 7. September 2024.

Morgenstimmung

Bei herrlichem Sommerwetter reisten Andrea, Leonie und Till im Zug gen Kreuzlingen; schnell noch unser 5er-Separée in der Jugi Kreuzlingen unweit des Ruderclubs und des Startplatzes bezogen, genossen wir einen lauen Abend im „Fischerhaus“. Kurz darauf stiess Rolf G. hinzu.



Schnell wurde es dunkel und für uns Zeit, die Horizontale aufzusuchen. Just als wir in unser Zimmer kamen, komplettierte Christiane unser Team. Die Nacht konnten die meisten von uns ruhig verbringen: Andrea übernahm (unfreiwillig) den Job als „Mückenmagnet“ - dennoch war die Nacht viel zu kurz: Früh um 5:30 Uhr war Tagwach. Schnell noch einen Kaffee - und 15 Minuten später fanden wir uns beim Ruderclub Kreuzlingen ein.





Stärkung in Form von Banane, Riegel, Kaffee und Getränke wurde gereicht.

Unser Boot, die „Quattro“: Welch eine Wonne!

Die herrliche Morgenstimmung und die angenehme Kühle genießen. Ein kurzes Briefing und schon hiess es: Boote wassern.

Kurz nach sieben Uhr waren wir unterwegs: Bei spiegelglattem Wasser auf dem Weg zum „Konstanzer Trichter“. Noch mit dem Steuer Seegras einsammeln - leider haben wir es erst 8 km später beim Zwischenhalt wirklich erkannt (oder besser: gehandelt). Entsprechend langsam waren wir unterwegs, haben es aber wegen der starken Strömung nicht richtig realisiert.

Wunderschön ging's durch den „Schwanenhals“ entlang der durch Fischreiser markierten Fahrrinne. Vorbei am Schloss Gottlieben. Bei halber Strecke wurde Till als Steuermann abgelöst und musste sein gemütliches Pläuschler-Dasein an den Seilen gegen die harte Arbeit als Schlagmann eintauschen. Das wurde höchste Zeit: Nach 10 km zähem Rudern trotz helfender Strömung hatte es Rolf als neuer Steuermann satt: Tatsächlich hing eine ordentliche Portion Seegras am Steuer; kurzerhand machte sich Rolf bäuchlings auf dem Luftkasten liegend erfolgreich daran, die unfreiwillige Bremse zu lösen ...



Ruderstart

Endlich ging es flott voran - schon bald erwartete uns das üppige Zmorgen-Bufferet in Steckborn.

Frisch gestärkt ging es (mit entsprechendem Übergewicht in den Bäuchen) auf den Rückweg, anfangs zügig mit kräftigen, langen, ruhigen Schlägen. Auf dem Rückweg wechselten die Steuerfrauen mit gekonnten Kletterübungen über- und untereinander. Der Gegenwind nahm je länger, je mehr zu. Ende Schwanenhals - im Stadtbereich Konstanz - nahm auch die Strömung deutlich zu. Nun realisierten wir, wie stark das Seegras auf dem Hinweg tatsächlich gebremst haben muss ... gefühlt kamen wir kaum noch voran.

Im Konstanzer Trichter erwartete uns ein vom Thunersee gewohntes Bild: Verkehr und Wellen Kreuz und Quer - und natürlich leichter Wind, der auch noch half, unser Boot tanzen zu lassen.

Hui, die Strömung fordert ihren Tribut: Erschöpft sehnten wir das Ende der Strecke herbei. Till konnte am lautesten jammern - und durfte so für die letzten zwei Kilometer nochmals das Steuer übernehmen. Als Dank übersah er (ganz sicher nur der Erschöpfung geschuldet) den Steg des RCK und so „durfte“ die Rudercrew nochmals 50 Extrameter skullen - nur weil das Boot auf dem inzwischen wieder spiegelglatten See so gut lief.



Der Marathon war geschafft – und wir auch: kurze Erfrischung im recht warmen See (mit Streicheleinheiten vom Seegras am Bauch). Dann doch noch gerne duschen. Frisch eingekleidet, fielen wir über das wieder reichhaltige Brunch- und Dessertbuffet her.



Gegen 15:00Uhr war dann Aufbruch angesagt. Den Nachmittag verbrachten vier von uns gemütlich: In Christiane's Twingo „stauten“ wir während gut drei Stunden Richtung Thun – während Rolf froh war, auf seiner Zugfahrt eben dorthin immer wieder umsteigen zu dürfen: So konnte er nach jeweils einem kurzen Schläfchen wieder einer (Umsteige-) Aktivität nachgehen.
Fazit: Es war ein wunderschönes, cooles Erlebnis - wir waren alle endlich mal so richtig ausgepowert (jedenfalls hat sich niemand über zu wenig Bewegung beschwert). Der Event mit seinen 25 Booten war hervorragend organisiert vom OK des RC Kreuzlingen mit Unterstützung des RC Steckborn. Ihnen gebührt ein herzliches Dankeschön!

Tillman Hirsch

Bootsführerkurs (BFK) 2024

Am Samstag, den 1. Juni 2024, traf sich beim Bootshaus ein kleines Team zum BFK 2024. Zum einen Rolf Küpfer als Ausbildner und zum anderen Christine Wüthrich und Kurt Müller als Auszubildende. Diese Konstellation versprach für die Kursteilnehmenden viel Praxis, was schlussendlich ein entscheidender Punkt in der Ausbildung ist (nicht nur beim Rudern)! Gestartet haben wir den Kurs auf dem Ergometer mit einer Repetition des Bewegungsablaufes. Danach erhielten wir Informationen zu den wichtigsten Verhaltensregeln auf dem See und zum Ablauf, vom Eintreffen der «Crewmitglieder» bis hin zum Einschreiben der getätigten Ausfahrt. Dabei wurden wir auch mit dem «Hilfs-Kontrollbegriff» RUSCH-DOSCHLINA oder doch besser HARUSCH-DOSCHLI (tönt doch logischer?) konfrontiert. Auch theoretische Tipps betreffend Führung des Bootes, Verantwortung und was das bedeutet, gab uns Rolf weiter. Und dann kam der erste Versuch, all das Ge-

hörte praktisch umzusetzen. Wetter beobachten, wenn dieses als «ruderbar» beurteilt wird, Boot bestimmen, Mannschaft einteilen, Böcke bereitstellen, Ruder zum Steg, Boot aus dem Bootshaus tragen und auf die Böcke legen, drehen (Richtung See oder Stockhorn), jede Person den zugeordneten Platz auf dem Boot selber einrichten lassen und vor dem Einwassern nicht vergessen, das «Büro» zu erledigen! Dann das «ERSTE MAL»! Nicht nur das Boot tragen, sondern auch die Verantwortung für Mensch und Material! Boot geht hoch, raustreten Richtung Stockhorn, zum Wasser! Das erste Mal den Bugball in der Hand, einwassern, einrichten und bereitmelden. Cooles Gefühl mit einem Kribbeln im Magen! HARUSCHDOSCHLI oder doch RUSCH-DOSCHLINA? Auf jeden Fall die Kontrolle nicht vergessen. Weiter als Letzte oder Letzter bereitmelden und «verkünden»: BOOT BEREIT!

Als nächsten Schritt das erste Mal das Kommando: «Rausliegen und abstossen»! Und dann? Dann wird es richtig ernst. Das erste Mal am Steuer und die Frage: Bringe ich das Boot, ohne links oder rechts irgendwo anzustossen, aus dem Kanal? Wir haben es geschafft, nicht «gerade» beim ersten Mal, aber doch ohne links oder rechts zu touchieren. Das erste Mal als Schlagfrau/Schlagmann auf «offener See»! Wow! Mit jedem Mal ging es besser, und wir glauben, dass sich auch Rolf immer wohler gefühlt hat - sogar beim Slalom vor dem Schloss Schadau! Es waren fünf spannende, interessante und sehr lehrreiche Lektionen. Auch das Wetter und dementsprechend das Wasser waren wie bestellt für den Kurs. Von flach bis so wellig, dass wir wieder umkehren mussten. Aber auch diese Situation haben wir genutzt, um praktische Erfahrung zu sammeln, indem wir mehrere Male im Bootshafen «rumgekurvt»

sind, ohne ein Boot zu beschädigen!

In der letzten Lektion wurde dann noch das theoretische Wissen mit einer schriftlichen Prüfung getestet. Und zum Abschluss folgte nochmals eine lange und schöne Ausfahrt. Am Ende des Kurses können wir sagen, dass wir enorm viel gelernt haben. Nicht nur haben wir gelernt, ein Boot zu führen. Wir haben z. B. auch festgestellt, wie wichtig die «1» auf dem Boot ist, welche dem Bootsführer eine wertvolle Hilfe ist, das Boot sicher auszufahren und wieder unversehrt nach Hause zu bringen.

Vielleicht könnte man für die Mitglieder, die den BFK, aus was für Gründen auch immer, nicht belegen können, einen Kurs für die «1» kreieren?

In der Zwischenzeit durften wir bei Ausfahrten schon einige Male auf dem Platz der Schlagfrau/des Schlagmannes sitzen und das Boot, mit der jeweiligen Mannschaft, über den See führen. Wir freuen uns auf weitere gemeinsame und genussvolle Zeiten auf dem See und

danken den «roten Einsen» für ihre wichtige Unterstützung.

An dieser Stelle: «Dankä für euäs Vertrauä»! Zum Schluss ganz herzlichen Dank unserem Ausbilder Rolf Küpfer für die kurzweilige Ausbildung. Auch vielen Dank, dass Du Dir dafür die Zeit genommen hast.

Auf viele schöne und sichere Ausfahrten

Christine + Kurt



Auswaschern
stättel

vom 23. Juni 2024

Thunersee-Rundfahrt

Die Wetterprognosen waren nicht sehr be-
rauschend: Wind war angekündigt ...
Entsprechend machte sich die kleinstmög-
liche Gruppe - also zwei Personen - morgens
auf den Weg ins Neuhaus. (Drei weitere Früh-
Aufgestandene ruderten bis Ralligen und
zurück.)
Zügig waren Orca und die Crew parat. Mit
etwas Oberwind ging es entlang des rechten
Seeufers Richtung Neuhaus. Es entwickelte
sich das reinste Vergnügen: Genau gegen
den leichten Oberwind und die Wellen im
Bug lief das Boot hervorragend. Ab Gunten
flaute der Wind ab - ab Merligen waren der
See spiegelglatt und der Wind im Vormittags-
schlaf.

In Neuhaus konnten wir (Mini-)Gipfeli und
Kaffee draussen geniessen, ehe wir uns auf
den Rückweg machten: Wieder am rechten
Seeufer (einfach weil's schöner ist) ruderten
wir ruhig bis Sundlauenen. Leichter Wind kam
auf (wie soll es anders sein: leichter Gegen-
wind aus West) - also nahmen wir die direkte
Seequerung Richtung Spiez. Je länger, je
ungemütlicher wurden der Wind und das
Wasser - und je länger je müder die Beiden
an den Skulls.
Die letzten drei Kilometer ab der Kander
wurden lang - und gleichwohl kamen wir froh-
gemut, wenn auch müüüüde gut und sehr
zufrieden wieder nach Hause.
Schön wars - und froh waren wir, haben wir

uns dem Wind gestellt: So hatte er nicht so
viel Lust und blieb schwächer als eigentlich
angekündigt.
Merci Christine, alleine hätte ich mich nicht
auf den Weg gemacht!

Tillman Hirsch

Brienzerseerundfahrt

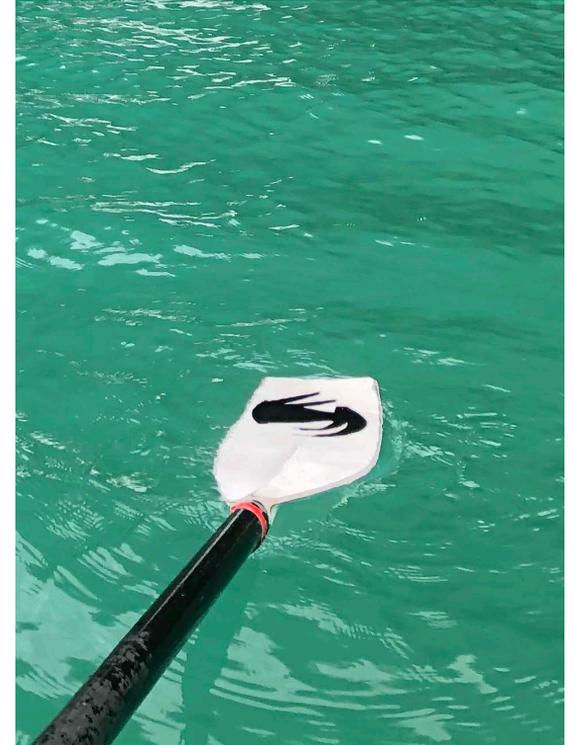
vom 23. Juni 2024



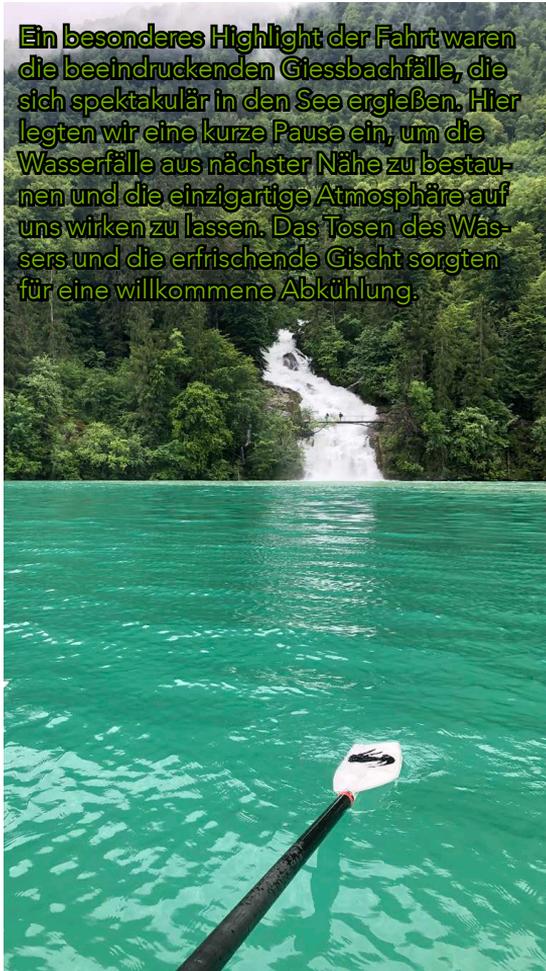


Am 23. Juli 2024 versammelten sich zwölf motivierte Ruderer und Ruderinnen zu einer unvergesslichen Ruderrundfahrt auf dem malerischen Brienersee. Bei strahlendem Sonnenschein und spiegelglattem Wasser starteten wir am frühen Morgen vom Bootshaus des Seeclubs Interlaken. Mit vier Booten machten wir uns auf den Weg zu einer rund dreistündigen Tour, die uns über eine Strecke von insgesamt 30 Kilometern führte.

Der Brienersee, bekannt für sein kristallklares Wasser und umrahmt von majestätischen Bergen, bot die perfekte Kulisse für unsere Fahrt. Die ersten Kilometer verliefen entlang des Nordufers, wo wir die Ruhe des Sees und die Schönheit der Natur in vollen Zügen genießen konnten.



Ein besonderes Highlight der Fahrt waren die beeindruckenden Giessbachfälle, die sich spektakulär in den See ergießen. Hier legten wir eine kurze Pause ein, um die Wasserfälle aus nächster Nähe zu bestaunen und die einzigartige Atmosphäre auf uns wirken zu lassen. Das Tosen des Wassers und die erfrischende Gischt sorgten für eine willkommene Abkühlung.





Unsere Tour wurde von Beginn bis zum Ende hervorragend durch den Seeclub Interlaken betreut. Die Organisation war erstklassig, und das Begleitteam sorgte dafür, dass wir uns voll und ganz auf das Rudern und die wunderbare Umgebung konzentrieren konnten. Nach der Rückkehr zum Bootshaus erwartete uns ein wundervolles Buffet, das der Seeclub für alle Beteiligten spendierte. Es war der perfekte Abschluss eines erlebnisreichen Tages, bei dem wir nicht nur sportlich gefordert wurden, sondern auch gesellig beisammen sein konnten.

Nach rund drei Stunden auf dem Wasser, in denen wir unsere Ausdauer und Teamarbeit unter Beweis stellten, kehrten wir zufrieden und glücklich zum Ausgangspunkt zurück. Der Tag auf dem Brienersee war nicht nur ein sportliches Erlebnis, sondern auch ein Tag voller Naturgenuss und kameradschaftlicher Verbundenheit.

Wir freuen uns bereits auf die nächste Ruder- ausfahrt und sind uns einig, dass der Brienersee mit seinen landschaftlichen Reizen immer wieder eine Reise wert ist.

Markus Meister mit ChatGPT



12 Fragen an ...

Leslie Wettstein



1. Verrätst du uns dein Lebensmotto?

«Leben und leben lassen» mit Dankbarkeit und Mitgefühl.

2. Welche Eigenschaft schätzt du deinen Mitmenschen besonders?

Mich inspirieren Menschen, die das, was sie tun, aus vollem Herzen machen.

3. Womit sollte man dich keinesfalls reizen?

Mich sollte man nicht zu lange aufs Essen warten lassen, dann werde ich schnell gereizt.

4. Wie bist du zum Rudersport gekommen?

Vor 13 Jahren zog mich die Liebe von Luzern nach Steffisburg. Schon bald suchte ich mir ein Hobby in dieser Region. Als ich dann am Thunersee war und die Ruderboote in perfekter Harmonie über diesen fantastischen See mit dieser einzigartigen Bergkulisse gleiten sah, war mir klar: Das will ich auch!

5. Was war bisher dein Ruder-Highlight?

Wir ruderten in der Abenddämmerung von Spiez Richtung EW der Felswand entlang. In diesem Moment ging der Vollmond hinter den Bergen auf, ein Supermond, riesengross und wunderschön.

6. Was gefällt dir besonders im RCT?

Neben dem Rudern gefallen mir die gemeinsamen Nachtessen sehr, besonders, wenn uns jemand fein bekocht.

7. Was würdest du im RCT verändern?

Ich bin völlig glücklich mit dem RCT, wie er ist.

8. Wo trifft man dich – abgesehen vom Rudern – in der Freizeit?

Jeden Mittwochmorgen trifft ihr mich im Flühli-Kafi in Steffisburg, da serviere ich Kafi und Tee an Mamas und Papas und spiele und bastle mit den Kindern. So können die Eltern einen Moment Ruhe geniessen. In der restlichen kinderfreien Freizeit bin ich gerne zu Hause und genieße meinen Moment der Ruhe.

9. Was kochst du deinen liebsten Gästen?

Unsere Gäste kommen mit kleineren Kindern, da gibt es meistens Spaghetti Bolognese. Das schmeckt fast allen Kindern und Erwachsenen. Ausserdem kann ich da Gemüse reinpurieren, welches meine Kinder als Ganzes niemals essen würden. Wenn dann die Kinder die Spaghetti begeistert reinschaufeln, denke ich immer: Wenn ihr wüsstet, was ihr da alles esst ...

10. Welches Sportutensil hast du zuletzt gekauft?

Mein neustes Sportutensil ist das Bike meines Vaters, welches er mir geschenkt hat. Dieses Bike hat mit meinem Vater viel erlebt: den Mont-Blanc-Fernwanderweg (170 km, 1'0000 Höhemeter), Single-Teilnahme am Inferno Thun (Bikestrecke: 30km, 1180 Höhemeter) und den Gigathlon (Bikestrecke: 45km, 1'800 Höhemeter). Und das alles nicht nur einmal. Bei mir genießt es nun seinen Ruhestand. Ich gehe mit unseren zwei Kindern biken und bin richtig gut darin geworden, die kleinen Velos den Berg hochzuschieben.

Extrafrage von Marco Wilbers an Leslie:

Wir sehen dich immer energiegeladen und sehr gut gelaunt. Verrätst du uns bitte dein Geheimrezept?

Mein Geheimrezept ist Begeisterung für den Rudersport. Ich rudere einfach sehr gerne. Rudern gehörte schon vor den Kindern zu meinem Leben. Im herausfordernden Familienalltag ist Rudern mein Ausgleich. Rudern zentriert mich, gleicht mich aus und gibt mir Energie. Und macht gute Laune. Diese gute Laune trägt mich im Familienalltag. Auch mein Mann Nik kennt dieses Geheimrezept. Wenn ich schlechte Laune habe, fragt er mich, ob ich rudern gehen will.

11. Von welchem RCT-Mitglied möchtest du in der nächsten Ausgabe mehr erfahren?

Fredy Nager

12. Welche Frage möchtest du dieser Person stellen lassen?

Bitte erzähle uns eine deiner liebsten Geschichten vom Rudersport.

Skiffkurs? Warum das denn?

Das fragte ich meine KollegInnen Christine Wüthrich und Kurt Müller und unsere Kursleiterin Christiane Körner nach bestandener Skiffprüfung.

Was motiviert die einen, den Kurs zu machen, und die andere, ihn durchzuführen? Und was haben sie mitgenommen?



Christine Wüthrich:

Es hat mich schon immer fasziniert, die Skiff-fahrer zu beobachten, wie filigran sie auf dem See sind, wie schön das aussieht und wie man ganz alleine rausfahren kann, auch abseits vom normalen Training. Das wollte ich gerne lernen. Das andere ist, ich weiss, meine Technik kann noch verbessert werden und im Skiff bekomme ich es 1:1 zurück, wenn ich Fehler mache. Da möchte ich an mir arbeiten, damit ich die Fehler ausmerzen kann. Das Skiff zeigt mir das sofort, spediert mich ins Wasser und dann muss ich halt wieder ins Boot kommen. Jetzt hoffe ich, dass ich Zeit habe zu üben, denn es wird ja wieder kalt. Aber vielleicht ab und zu sonnig, so dass ich im Kanal meine Kenntnisse erweitern und meine Stabilität trainieren kann. Manchmal, wenn ich nach ein paar geschafften Schlägen ins Gleiten komme, ist das schon ein gutes Gefühl! Von daher bin ich sehr froh, dass ich den Kurs machen konnte und möchte Christiane nochmal für ihre Zeit, ihre Geduld und ihre Tipps, was man besser machen kann und was man falsch macht, danken.



Kurt Müller:

Als ich mit dem Rudern begann, hatte ich schon die „Vision“, eines Tages mit einem Skiff über den See rudern zu können! Dass es nun wirklich geklappt hat, natürlich noch ein bisschen „gwagglig“, freut mich natürlich sehr. Im Skiffkurs habe ich gelernt, runder und weicher zu rudern, wenigstens in Ansätzen, im Gegensatz zum Mannschaftsboot, wo es eher eckig und ruckiger zu und her geht. Ich empfehle jedem, es mindestens zu versuchen, um mal zu spüren, auf welche Fehler das Boot wie reagiert, ohne Rücksicht auf Verluste! Auf jeden Fall hat auch mir der Kurs, mit Euch allen, sehr viel Spass gemacht.



Christiane Körner:

Ja, warum mache ich das? Also zum einen ist der Kurs Teil der Aufgaben der Ruderchefs, ein Job, den ich ja mit Rolf Küpfer teile. Er macht vor allem Techniklernwerkstatt und Bootsführerkurse, und ich mache die Einsteiger- und die Skiffkurse.

Skiffkurse mache ich deswegen so gerne, weil ich Freude an den Fortschritten habe, die jeder Teilnehmer macht. Ich sage immer: Ein Skiff ist der beste Lehrmeister, weil es die Fehler 1:1 zeigt. Viele Teilnehmer sind am Anfang überrascht. Du hast es selber gemerkt mit Geradeausfahren: Im Mannschaftsboot fällt es nicht auf, aber im Skiff merkst du plötzlich, dass du eine Seite überziehst oder nicht gerade sitzt. Der ganze Bewegungsablauf wird nochmal auseinandergenommen.

Ich gehe sehr gerne mit dem Motorboot mit, weil ich viel mehr sehe und euch dann konkrete Informationen geben kann. Gut finde ich auch immer Videos, weil man zeigen kann, wie die Bewegung aussieht.

Diese Methode habe ich sehr intensiv von

Fredy Nager gelernt, der technisch ein wahnsinniges Auge hat. Ich bin oft mit ihm im Motorboot mitgefahren, als er die Kurse noch geleitet hat, habe zugehört, von ihm gelernt und vieles abgeschaut. Ich habe sehr viele Videos angesehen und war auch mal mit dem Seeclub, Fredy und den Junioren zusammen in München auf der Olympiabahn. Es ist natürlich ideal, dort den Trainern zuzuhören und zuzuschauen. Oder am Skiffkurs an der Saar, was auch mal ein Ausflug vom RCT war, und vieles habe ich mir selber angeeignet. Ich habe einfach Freude am Teaching und wenn ihr in den Kursen Spass habt und Fortschritte macht. Das hat sich auch in diesem Kurs wieder gezeigt. Das ist so meine Motivation, den Leuten zu einem besseren Rudern zu verhelfen. Ich hoffe, die Freude geht über und wir profitieren alle dadurch, dass gute Ruderer ausgebildet werden, die Ahnung haben von dem, was man sagt, und die das unseren Anfängern wieder weitergeben können, also, dass das immer so weiter geht. Auch wenn





es zeitintensiv ist und es nur die Spitze vom Eisberg ist, was man beibringen kann. Aber wenn ihr so kleine Impulse für euch selber beim Mannschaftsrudern umsetzen und weiterführen könnt, dann haben wir doch alles erreicht!

Marion, die SkifffahrerInnen schon immer bewundert hat, wie diese sich mit diesen eleganten, schmalen Booten alleine auf den See wagen. Sie weiss jetzt, dass man in einem Skiff nicht nur sitzen, sondern auch aufstehen und diverse Turnübungen machen kann ...

Der Kurs soll dazu befähigen, mit dem Boot die Manöver Ab- und Anlegen am Steg, Umrufen von Pfosten, „Ruder lang“ und Not-Stopp zu beherrschen. Bei einer Kenterübung lernt man, wie man aus dem Wasser wieder ins Boot kommt. Zuletzt macht man eine kleine schriftliche Theorieprüfung über wichtige Regeln auf dem See.

Marion Klein



BRUNI

Zimmerei GmbH

| Beim Bach 4 | Amsoldingen | www.brunizimmerei.ch |

Ihr Partner für Holzbaulösungen



Jahresplanung 2024 des Ruderclubs Thun

10.01.2024

Januar			Februar			März			April			Mai			Juni									
1	Mo	1	Neujahrserudern	1	Do	5		1	Fr	9		1	Mo	14	Ostermontag	1	Mi		EK2-M5	1	Sa	22	BFK1	
2	Di		Berchtoldstag	2	Fr		GV	2	Sa			2	Di			2	Do			2	So			
3	Mi			3	Sa			3	So			3	Mi			3	Fr		2. Schnupperrudern	3	Mo	23		BFK2
4	Do			4	So			4	Mo	10		4	Do			4	Sa		Ice Race U19	4	Di			
5	Fr			5	Mo	6		5	Di			5	Fr		Anrudern	5	So		EK1-M6 EK2-M6	5	Mi			BFK3
6	Sa			6	Di			6	Mi			6	Sa			6	Mo	19		EK2-M7	6	Do		
7	So			7	Mi			7	Do			7	So			7	Di				7	Fr		
8	Mo	2		8	Do			8	Fr			8	Mo	15		8	Mi			EK1-M7	8	Sa		BFK4
9	Di			9	Fr			9	Sa			9	Di			9	Do		Auffahrt	9	So			
10	Mi		Vorstand	10	Sa			10	So			10	Mi			10	Fr				10	Mo	24	3. Schnupperrudern
11	Do			11	So			11	Mo	11		11	Do			11	Sa				11	Di		
12	Fr			12	Mo	7		12	Di			12	Fr			12	So		Muttertag		12	Mi		BFK5
13	Sa			13	Di			13	Mi			13	Sa		1. Schnupperrudern	13	Mo	20		EK1-M8	13	Do		
14	So			14	Mi			14	Do			14	So			14	Di				14	Fr		BFK Res
15	Mo	3		15	Do			15	Fr			15	Mo	16		15	Mi			EK2-M8	15	Sa		
16	Di			16	Fr			16	Sa			16	Di			16	Do				16	So		
17	Mi			17	Sa			17	So			17	Mi			17	Fr			EK-Res	17	Mo	25	
18	Do			18	So			18	Mo	12		18	Do			18	Sa				18	Di		
19	Fr		Jassen	19	Mo	8		19	Di			19	Fr		Locarno	19	So		Pfingsten		19	Mi		Vorstand
20	Sa			20	Di			20	Mi		Vorstand	20	Sa		Week-	20	Mo	21	Pfingstmontag		20	Do		
21	So			21	Mi			21	Do			21	So		end	21	Di				21	Fr		
22	Mo	4		22	Do			22	Fr			22	Mo	17		22	Mi				22	Sa		2-Seen- ?
23	Di			23	Fr			23	Sa		WK Rote	23	Di			23	Do				23	So		Rundfahrt ?
24	Mi			24	Sa			24	So			24	Mi		Vorstand	24	Fr				24	Mo	26	
25	Do			25	So			25	Mo	13		25	Do			25	Sa		Putz		25	Di		
26	Fr			26	Mo	9		26	Di			26	Fr			26	So				26	Mi		
27	Sa			27	Di			27	Mi			27	Sa		EK1-M1/2 EK2-M1/2	27	Mo	22			27	Do		
28	So			28	Mi			28	Do			28	So		EK1-M3/4 EK2-M3/4	28	Di				28	Fr		Znacht
29	Mo	5		29	Do			29	Fr		Karfreitag	29	Mo	18		EK1-M5	29	Mi		Vorstand	29	Sa		
30	Di							30	Sa			30	Di								30	So		
31	Mi							31	So		Ostern Sommerzeit									Regatta+Z				
Farbcodes:			HIGHLIGHTS			TRAININGS Technik			WEEKENDS ABGESAGT			FEIERTAGE Schulfreier			KURSE									

Jahresplanung 2024 des Ruderclubs Thun

10.01.2024

Juli			August			September			Oktober			November			Dezember							
1	Mo	27	1	Do	31	Seerundfahrt	1	So	35		1	Di	40		1	Fr	44		1	So	48	Adventsrudern
2	Di		2	Fr			2	Mo	36	Skiff4	2	Mi		TLW Res	2	Sa		PUTZ	2	Mo	49	
3	Mi		3	Sa			3	Di			3	Do			3	So			3	Di		
4	Do		4	So			4	Mi		Skiff Res	4	Fr			4	Mo	45		4	Mi		
5	Fr		5	Mo	32		5	Do			5	Sa			5	Di			5	Do		
6	Sa		6	Di			6	Fr			6	So			6	Mi		Vorstand	6	Fr		
7	So	Ironman 2024	7	Mi			7	Sa			7	Mo	41		7	Do			7	Sa		
8	Mo	28	8	Do			8	So			8	Di			8	Fr			8	So		
9	Di		9	Fr			9	Mo	37		9	Mi			9	Sa			9	Mo	50	
10	Mi		10	Sa			10	Di			10	Do			10	So			10	Di		
11	Do		11	So			11	Mi		Vorstand	11	Fr			11	Mo	46		11	Mi		
12	Fr		12	Mo	33		12	Do			12	Sa			12	Di			12	Do		
13	Sa		13	Di			13	Fr			13	So			13	Mi			13	Fr		
14	So		14	Mi		Vorstand	14	Sa		BILAC 24	14	Mo	42		14	Do			14	Sa		
15	Mo	29	15	Do			15	So			15	Di			15	Fr			15	So		
16	Di		16	Fr			16	Mo	38		16	Mi			16	Sa			16	Mo	51	
17	Mi		17	Sa			17	Di			17	Do			17	So			17	Di		
18	Do		18	So			18	Mi		5. Schnupperrudern	18	Fr			18	Mo	47		18	Mi		
19	Fr		19	Mo	34	4. Schnupperrudern	19	Do			19	Sa			19	Di			19	Do		
20	Sa		20	Di			20	Fr			20	So			20	Mi			20	Fr		
21	So		21	Mi			21	Sa		TLW1	21	Mo	43		21	Do			21	Sa		
22	Mo	30	22	Do			22	So			22	Di			22	Fr		Helferanlass	22	So		
23	Di		23	Fr		Znacht	23	Mo	39		23	Mi			23	Sa			23	Mo	52	
24	Mi		24	Sa			24	Di			24	Do			24	So			24	Di		Heiligabend
25	Do		25	So			25	Mi		TLW3	25	Fr		Abrudern	25	Mo	48		25	Mi		Weihnachten
26	Fr		26	Mo	35		26	Do		Skiff1	26	Sa			26	Di			26	Do		Stefanstag
27	Sa		27	Di			27	Fr			27	So		Winterzeit	27	Mi			27	Fr		
28	So		28	Mi			28	Sa		Skiff2	28	Mo	44		28	Do			28	Sa		
29	Mo	31	29	Do			29	So			29	Di			29	Fr			29	So		
30	Di		30	Fr			30	Mo	40		30	Mi			30	Sa			30	Mo	1	
31	Mi		31	Sa							31	Do							31	Di		Silvester
SITZUNGEN			REGATTEN			PUTZETE			"ZNACHT"			Gastrudern/Diverse										