

SWISS ROWING

Zeitschrift des Schweizer Rudersports | Bulletin de l'Aviron Suisse | Bollettino del Canottaggio Svizzero



SWISS ROWING

Sabine Horvath neue Vizepräsidentin und Annemarie Lüthy neu im SRV-Vorstand

Der im Jahr 2018 sein 100-jähriges Bestehen feiernde Ruderclub Cham war Ausrichter der 146. Delegiertenversammlung des SRV. Der Lorzensaal des örtlichen Kultur- und Kongresszentrums war der vorteilhafte Rahmen des Verbandstreffs. Auch die Saison 2018 reihte sich wie in den Vorjahren nahtlos in die Reihe der sportlich ergiebigen Ruderjahre ein – wie dies SRV-Präsident Stéphane Trachsler in seinem *Tour d'Horizon* aufzeigen konnte. Die Ausbeute von 13 eingehieimsten Medaillen an internationalen Titelkämpfen legt Zeugnis davon ab. Die Highlights waren die Silbermedaillengewinne an den Weltmeisterschaften von Plovdiv, für welche Einerfahrerin Jeannine Gmeli – ihres Zeichens auch Weltcupsiegerin 2018 –, der schwere Doppelzweier Roman Röösli/Barnabé Delarze sowie Leichtgewichtsskiffler Michael Schmid verantwortlich zeichneten.

Im Vorstand gab es Bewegung. Neu in den SRV-Vorstand gewählt wurde Annemarie Lüthy, die neu als Beisitzerin fungiert, während dem die Kommunikationsverantwortliche Sabine Horvath zusätzlich den wegen Amtszeitbeschränkung ausscheidenden, langjährig unermüdlich und verdienstvoll Vorstandarbeit leistenden Heinz Schaller als Vizepräsident(in) ablöst. Und nicht zuletzt: Verdientermaßen wurde dem vom verabschiedenden Laudator Tom Schurter eingebrochenen Vorschlag, Heinz die SRV-Ehrenmitgliedschaft zu verleihen, von der Versammlung mit Akklamation stattgegeben.



Der Chamer Lorzensaal war Tagungsort der 146. SRV-Delegiertenversammlung.

Der Ruderclub Cham konnte in diesem Jahr sein 100-jähriges Jubiläum feiern. Dem Usus folgend, dass sich jublierende Clubs öfters für die Ausrichtung von Jahrestreffs zur Verfügung stellen, übernahm er die Verantwortung für die Organisation der 146. SRV-Delegiertenversammlung. «2018 war für den Schweizerischen Ruder- verband erneut ein äusserst erfolgreiches Wettkampfjahr, dokumentiert mit einer

grossen Anzahl von Medaillen, 13 an der Zahl, an internationalen Titelkämpfen» führte Präsident Stéphane Trachsler, die anwesenden 120 Clubvertreter begrüssend, aus.

Sabine Horvath neu im Vizepräsidium

Im SRV-Vorstand galt es den aufgrund der Amtszeitbeschränkung von 12 Jahren zurücktretenden Heinz Schaller (Ruderclub Reuss Luzern/Seeclub Sursee) in seiner Funk-



Der SRV-Vorstand für das Jahr 2019: Matthias Walser, Sabine Horvath, Neville Tanzer, Stéphane Trachsler, Erich Pfister, Annemarie Lüthy und Germaine Bauer (v.l.n.r.).

Titelseite: Armada-Cup zum Letzten! Die 32. Austragung auf dem Wohlensee bei Bern war zugleich die Dernière. So ist die Spezialität des Massenstart-Formats für Einerruderer – unter Einbezug von Cracks und Fitnessruderern – nun Geschichte.

Foto: Bernhard Marbach



Für seine jahrelange verdienstvolle Tätigkeit im Vorstand und für den Rudersport erhielt Heinz Schaller – im Bild mit Partnerin Brigitte Rohrer – die Ehrenmitgliedschaft verliehen.

Editorial



Die Spitzensport-RS – eine eigentliche «Spitzensport-Ausbildung»

Seit Mitte Oktober ist die Spitzensport-Rekrutenschule 2018/2019 im Gange. Erneut sind auch Kaderathleten/-innen aus den SRV-Reihen dabei, welche die Selektionskriterien-Hürden überwunden haben. Namentlich sind dies Scott Bärlocher (Ruderclub Baden), Lara Eichenberger (Ruderclub Zürich), Valentin Huehn (Club d'Aviron Vésenaz), Pascal Ryser (Ruderclub Thalwil), Jan Schäuble (Seeclub Stansstad) und Fabienne Schweizer (Seeclub Luzern). Ihnen bietet sich so die Gelegenheit, im Armeeraahmen die Erfüllung der Dienstpflicht – zumindest was die männlichen Teilnehmer anbetrifft – optimal mit den Anforderungen und Bedürfnissen des Spitzensportes zu kombinieren. Die Armee bietet mit diesem Gefäss jungen Athleten/-innen die Möglichkeit der Absolvierung einer eigentlichen «Spitzensport-Ausbildung».

Allerdings sind für eine Teilnahme nicht nur die Athleten/-innen mit dem Nachweis ihres Leistungsniveaus und der langfristigen Perspektiven gefordert, sondern auch der Verband. Der SRV ist nämlich für die Betreuung bzw. die athletenspezifische Trainingsplanung, welche in der Obhut von Pamela Weishaupt liegt, während der gesamten Spitzensport-RS zuständig. Dies schloss/schliesst sowohl die (bereits absolvierte) 3-wöchige militärische Grundausbildung in Wangen a.A. als auch die 15 Wochen Funktions-/Sportausbildung in Magglingen ein. Für die gesamte Ausbildungszeit stehen den Sportlern/-innen nebst der persönlichen Betreuung durch das Kompetenzzentrum Sport der Armee auch die Infrastrukturen des BASPO zur Verfügung. Nach Spitzensport-RS-Abschluss besteht die Chance, im Rahmen mehrwöchiger Wiederholungskurse (Olympia/WM-WK) jährlich weitere Trainingsmöglichkeiten zu nutzen. Zudem unterstützt die Armee insgesamt 18 Spitzensportler/-innen mit einer Anstellung als Zeitmilitär. Zu diesen gehören auch Jeanne Gmelin und Barnabé Delarze, welche jeweils in einem 50%-Pensum angestellt sind.

Welche Wertigkeit für den SRV die Möglichkeit der Beschickung der Spitzensport-RS sowie der weiterführenden Angebote inzwischen einnimmt, dokumentieren auch die Aussagen in den Interviews von SRV-Präsident Stéphane Trachsler und Headcoach Edouard Blanc in dieser «SWISS ROWING»-Ausgabe.

Jürg Trittbach

Annemarie Lüthy persönlich

Geboren: 14. Dezember 1955

Beruf: Lehrerin SeReal (Sekundar- und Realschule/Kanton Aargau)

Club: Seeclub Sursee

Sportliche Aktivitäten: Rudern, Skifahren, Langlaufen, Velofahren, Wandern.

Welche Schwerpunkte möchtest Du in Deiner neuen Tätigkeit setzen?

Ich werde die Ruderclubs im Vorstand des SRV vertreten und die Clubanliegen im Verband einbringen. Ich werde den Leuten zuhören, nicht einseitig entscheiden und Herausforderungen mit dem Ziel annehmen, möglichst nichts auf die lange Bank zu schieben. Im Weiteren werde ich den SRV-Vorstand im Stiftungsrat Ruderzentrum Luzern-Rotsee vertreten und die Anliegen als Regattaveranstalter der Schweizermeisterschaften und die Interessen des SRV zur Weiterentwicklung als internationaler Regattaplatz einbringen.

Gibt es konkrete Dinge, die «unter der Haut» brennen und einer Lösung zugeführt werden sollten?

Ich bin noch zu neu, um schon Brandwunden zu spüren.

Was macht für Dich den Rudersport aus?

Rudern ist für mich, die relativ spät zu dieser Sportart stiess, nebst der sportlichen Herausforderung Genuss pur. Ohne störendes Geräusch mitten auf dem See Richtung Sonnenaufgang zu fahren mit der Silhouette von Sursee im Blickfeld und beim Zurückfahren die Alpen im Morgenrot zu sehen, die wie ein Scherenschnitt in die Landschaft geklebt sind... Es gibt nichts Schöneres. Rudern ist auch Hirnsäublung. Beim Rudern ist die Konzentration voll und ganz auf die Bewegung und das Gleiten über das Wasser fixiert. Das reinigt die Gedanken und ebnet den Weg für neue Perspektiven.



Als bester und erfolgreichster Club der SM wurde erneut der See-Club Zug (vertreten durch die Vorstandsmitglieder Daniela Cassani und Philipp Bagenstos) ausgezeichnet.

tion als Vizepräsident zu ersetzen. Als Nachfolgerin wurde die bereits dem Vorstand angehörende Kommunikationsverantwortliche Sabine Horvath (Basler RC) gewählt.

Annemarie Lüthy neu im SRV-Vorstand

Neu in den Vorstand aufgenommen wurde neu Annemarie Lüthy (Seeclub Sursee). Seit fünf Jahren übt sie das Präsidium ihres in den letzten Jahren oft über sehr erfolgreiche Athleten verfügenden Heimatclubs aus. Im Bildungswesen tätig, verfügt sie auch in diesem Bereich über Führungserfahrung.

Heinz Schaller neues SRV-Ehrenmitglied

Lange Jahre arbeitete Heinz Schaller unermüdlich und verdienstvoll im SRV-Vorstand mit. Wegen der auf 12 Jahre beschränkten Tätigkeitsdauer trat er nun ins zweite Glied zurück. Verdientermaßen wurde dem vom verabschiedeten Laudator Tom Schurter eingeführten Vorschlag, Heinz Schaller die SRV-Ehrenmitgliedschaft zu verleihen, von den Clubdelegierten mit Akklamation stattgegeben.

Statutenanpassungen, Budget und Rechnung angenommen

Einzelne Artikel der Verbandsstatuten wurden präzisiert und von den Delegierten eindeutig gutgeheissen. Die weiteren geschäftlichen Traktanden, wie die Genehmigung der Jahresberichte und der Jahresrechnung 2017/2018, die Genehmigung der Zielsetzungen sowie das Budget 2019 wurden an der Versammlung, welche von SRV-Präsident Stéphane Trachsler speditiv geleitet wurde und Regula Hug für die simultanen Übersetzungen besorgt war, allesamt einstimmig und im Sinne des Vorstandes entschieden.

Durchschlagende sportliche Erfolge

2018

2018 geht erneut als ausgesprochen ergiebiges Ruderjahr in die Verbandsgeschichte ein. Nationalmannschaftsboote konnten – ausser an der U23-Weltmeisterschaften – an allen internationalen Titelkämpfen Medaillen gewinnen. Herausstechend waren wiederum die Leistungen der Ustermerin Jeannine Gmeli im Frauen-Einer. Sie wurde

Vize-Weltmeisterin in Plovdiv sowie Europameisterin in Glasgow. Den Gesamtweltcup-Sieg sicherte sie sich eindrücklich mit dem Gewinn aller drei Weltcuprennen in Belgrad, Linz und Luzern. Roman Röösli (Seeclub Sempach) und Barnabé Delarze (Lausanne-Sports Aviron) erkämpften sich an der WM die Silbermedaille. Zudem errang Roman Röösli an der EM im Männerzweier die Bronzemedaille. Röösli stand zudem 2018 in jedem Weltcup-Event – sei es in Belgrad im Skiff, in Linz zusammen mit Nico Stahlberg im Doppelzweier als auch in Luzern – erneut im Einer – auf dem Podest. Konstant auf Weltklasselevel ruderte auch Michael Schmid (See-Club Luzern), zumal er in der ganzen Saison nie schlechter als Zweiter war. Er verteidigte an der EM in Glasgow im Leichtgewichtseiner den Titel erfolgreich und holte sich an der WM die Silbermedaille. Bronze erkämpfte sich an der EM in Glasgow der leichte Frauen-Doppelzweier mit Frédérique Rol (Lausanne-Sports Aviron) und Patricia Merz (See-Club Zug). Mit dem vierten Rang an der WM in Plovdiv gelang dem Duo das beste WM-Er-



Den Preis «Vive la relève de l'aviron Suisse» für die beste Nachwuchssektion an der SM konnte SC-Biel-Präsident Philipp Widmer entgegennehmen.



Der von Hansruedi Schurter übergebene «President's Cup» ging an den SC Zürich (Präsident Markus Lüönd). Der SC Zug und der Basler RC folgen ex aequo.



Als Trainerteam des Jahres 2018 wurde die Equipe des Seeclub Luzern um Cheftrainer Lubo Kisiov ausgezeichnet.



Als Gewinner des SWISS ROWING «Lifetime Award» wurden der multi-engagierte Anreisser, Macher und Organisator Max Pfister vom Club de l'Aviron Vevey...

gebnis eines Schweizer Boots aller Zeiten in dieser olympischen Bootsklasse.

Den U23-Europameister-Titel errang Eline Rol (Société Nautique Genève) im Leichtgewichtseiner an den Europameisterschaften im weissrussischen Brest. Lara Eichenberger (Ruderclub Zürich) und Sofia Meakin (Club d'Aviron Vésenaz) sowie Jan Schäuble (SC Stansstad) und Sam Breckenridge (Société Nautique Genève), beide Boote im im leichten Doppelzweier unterwegs, sicherten sich jeweils die für den Gang auf den Siegerpodest berechtigenden Silbermedaillen.

Weltmeisterschafts-Gold erkämpfte sich im tschechischen Racice der Juniorinnen-Doppelvierer mit Célia Dupré (Club d'Aviron Vésenaz), Emma Kovacs (Club d'Aviron Vevey), Lisa Lötscher (See-Club Luzern) und Jana Nussbaumer (See-Club Zug). An der EM in Gravelines gewann das Boot mit Olivia Negrinotti (Società Canottieri Ceresio) an Bord die Silbermedaille, während sich Jana Nussbaumer im Juniorinnen-Einer mit der Bronzemedaille schadlos hielt.

Wanderpreise an die besten Clubs überreicht

Zur Delegiertenversammlung gehören die Ehrungen der erfolgreichen Clubs in den Vereinswertungen. Der See-Club Zug verteidigte die Spaltenstellung als erfolgreichster und bester Club der Schweizermeisterschaften und wurde mit dem Wanderpreis «Preis der Ehrenmitglieder» geehrt. Zum zweiten Mal wurde die Wertung «Vive la relève de l'aviron Suisse» vergeben, welche die drei bestplatzierten Clubs mit den erfolgreichsten Nachwuchsabteilungen (Kategorien U15 und U17 an der SM) auszeichnet. Sieger wurde der Seeclub Biel, welcher den Vorjahresgewinner See-Club Luzern und den Seeclub Sursee, welche die selbe Punktzahl aufwiesen, auf Rang zwei verwiesen. Alle drei Clubs durften einen Geldpreis für die erfolgreiche Nachwuchsarbeit entgegennehmen. Sieger beim «President's Cup» – für den Club mit den besten Achterresultaten über alle Achterrennen an nationalen Regatten und Langstreckenrennen wurde wiederum der Seeclub Zürich, der sich vor die ex aequo-klassierten Basler Ruder-Club und See-Club Zug setzte.

Zweimalige Vergabe des SWISS ROWING «Lifetime Awards»

Zum zweiten Mal wurde der SWISS ROWING «Lifetime Award» vergeben. Neue Preisträger sind Max Pfister vom Club de l'Aviron Vevey und Werner Zwimpfer (See-club Sursee/See-Club Luzern). Max Pfister engagiert sich in der Romandie in vielfältiger Weise seit Jahr und Tag als unermüdlicher «Anreisser» und «Macher» in allen Belangen des Rudersports. Werner Zwimpfer hilft seit 22 Jahren dem litauischen Rudersport in pionierhafter Weise wenn es um Coaching, Trainingslager, Bootsbeschaffung im Spitzensportbereich geht.

Bern ist 2019 Austragungsort der DV

Die nächste SRV-Delegiertenversammlung findet am 30. November 2019 im Berner Kursaal statt. Der Rowing Club Bern wird für die Organisation besorgt sein. 2020 organisiert der Ruderclub Zürich die Versammlung in Zürich. Beide Clubs organisieren die Versammlungen aufgrund ihrer bevorstehenden 100-Jahre-Jubiläen.

Jürg Trittibach



Stéphane Trachsler : Tour d'horizon deux ans avant les Jeux olympiques de Tokyo

En 2018, le succès a été à nouveau au rendez-vous pour SWISS ROWING. L'objectif de notre Fédération est maintenant de pérenniser ces résultats positifs notamment en vue des Jeux olympiques de Tokyo en 2020. Stéphane Trachsler fait un tour d'horizon sur les principaux défis que SWISS ROWING devra relever.

Quel bilan tirez-vous des compétitions internationales qui ont eu lieu cette année – Coupe du monde, Championnats du monde M23, Championnats d'Europe et Championnats du monde ?

Un bilan positif avec 13 médailles tous championnats et catégories confondus, soit le même nombre que l'année passée, de plus, cette année nous avons eu deux rameurs sélectionnés aux Jeux olympiques de la Jeunesse. Les objectifs qui avaient été fixés en termes de résultats ont été atteints lors de chaque compétition. Cela étant, nous devons continuellement mettre l'accent sur la relève pour rester compétitif dans les catégories M19 et M23 au niveau mondial si nous voulons continuer à avoir une équipe nationale qui gagne.

A cet égard, la collaboration avec les clubs ainsi que la flexibilité au niveau des écoles sont primordiales. Je saisiss cette occasion pour féliciter tous nos internationaux pour les résultats obtenus de même que l'ensemble du staff technique et son Head Coach Edouard Blanc.

Quelle a été votre plus grande satisfaction, quelle a été la plus grande surprise en 2018 ?

Tout d'abord la performance d'ensemble des équipes nationales et sa constance qui me semble-t-il a franchi un palier grâce au travail qui est effectué depuis ces dernières années toujours orienté sans concession vers



Photo: Stöb Grünig

la performance est une grande satisfaction. Comme preuve de cela, je signale que Jeanine Gmelin, Roman Röösli et Michi Schmid sont montés sur le podium lors de chaque régate internationale. J'ai été impressionné par la volonté et la détermination du JW4x lors de l'emballage finale qui lui a permis de décrocher le titre mondial. Enfin, la médaille de bronze du LW2x aux Championnats d'Europe comme sa 4^e place de Plovdiv m'ont particulièrement fait plaisir.

Où voyez-vous des points à améliorer et comment allez-vous procéder ? Où vous situez-vous en vue des Jeux olympiques de Tokyo en 2020 ? Quelle stratégie allez-vous adopter en vue des J.O. ?

Ce seront de petits détails qui feront la différence, il faut donc progresser dans chaque secteur, les entraîneurs et les athlètes doivent être sans concession avec la performance et l'excellence et remettre à chaque instant l'ouvrage sur le métier. Sans cet engagement, ce sera très difficile de pouvoir se maintenir aux avant-postes.

Enfin, les consignes et programmes de nos entraîneurs doivent être respectés car ils sont individualisés pour chaque athlète et établis en fonction des objectifs.

Nous nous trouvons en ligne avec notre plan de marche. 2019 sera une année très importante pour la suite puisque lors des championnats du monde à Linz les premières places qualificatives pour les JO de Tokyo seront attribuées. Il faudra s'assurer dès que possible d'un maximum de places en 2019 comme ce fut le cas à Aiguebelette en 2015 car, nous l'avons vu, il est extrêmement difficile de se qualifier à la régate qualificative de l'année olympique car il y aura beaucoup de prétendants et très peu d'élus.

Connaissez-vous déjà le plan d'eau des J.O. et quelles sont ses particularités ?

J'ai pu le visiter au printemps 2017 avec la FISA. Il s'agit du Sea Forest Waterway sis dans la baie de Tokyo, ce site sera partagé avec le canoë ainsi que l'équitation, cross-country. Malheureusement, le bassin de 1960 n'a plus pu être utilisé pour l'aviron.



SWISS ROWING

Lors de ma visite, la première chose que j'ai pu remarquer ce sont les éoliennes le long du parcours (!) ainsi que les palissades des deux côtés du parcours. Cela étant, j'espère qu'elles ne reflèteront pas les vagues. Deux petits barrages l'isolent de la baie et de son eau salée. Il est situé pas trop loin du village olympique, bien plus près que cela n'était le cas à Rio.

Quand on a atteint un très haut niveau, les exigences et les attentes augmentent automatiquement et se maintenir à un tel niveau est exigeant. Que fait SWISS ROWING pour consolider ce qui a été réalisé ces dernières années?

SWISS ROWING est responsable de la structure de l'équipe nationale pour assurer des résultats sur le long terme. La constance est le maître mot. Grâce à l'expérience de Christian Stofer, la structure actuelle en place au niveau des entraîneurs, l'excellent partenariat avec notre partenaire médical de la clinique Hirslanden St. Anna, les autres partenariats tels que Swiss Olympic, l'Armée, l'OFSCO, etc., qui soutiennent notre fédération, tous ces éléments contribuent au succès à long terme de la structure et plus particulièrement à sa solidité.

Comment jugez-vous la relève appelée à suivre les traces de l'élite actuelle, est-ce que la base a pu être élargie ces dernières années?

Bien que les objectifs aient été atteints dans ce secteur, j'aurais espéré une médaille aux championnats du monde M23, cela étant le niveau était très dense et compétitif et notre équipe très jeune à ce niveau de la compétition. Il est extrêmement important de travailler avec la relève car elle est notre équipe nationale de demain.

En 2017, en la personne de James Goodwin, un entraîneur responsable pour la musculation et la coordination basé à Sarnen a été engagé. Qu'a-t-il pu apporter à l'aviron suisse?

James a d'abord commencé à travailler avec l'équipe Elite pour laquelle il a mis en place une périodisation systématique de l'entraînement de la force, ainsi que des priorités individuelles pour développer chaque athlète spécifiquement. Il s'est ensuite attelé au programme de force pour la relève (M23 et M19) avec la mission d'introduire et d'expliquer ses entraîne-

ments lors de visites directement auprès des clubs. James s'est rendu pratiquement auprès de tous les clubs d'aviron en Suisse pour s'assurer que l'entraînement est bien mis en place et que la qualité d'exécution est optimale. Un autre axe de son travail est aussi devenu concret dans la nouvelle salle de musculation mise à disposition des équipes nationales à Sarnen. Je tiens à le féliciter pour la réalisation de ce projet et le bon travail effectué avec tous les cadres nationaux.

Vous étiez rameur international en 2x dans les années 1980. Qu'est-ce qui a changé depuis?

En plus du matériel qui a totalement changé, la charge d'entraînement a plus que doublé et enfin la densité est extrêmement haute, chacun pouvant battre chacun. Il est parfois difficile en consultant uniquement la liste de départ de déterminer s'il s'agit d'une finale A ou B!

Quels sont les objectifs de SWISS ROWING pour les Championnats d'Europe 2019 à Lucerne?

Que ces championnats soient un succès sportif, populaire, médiatique et organisationnel dans les limites du budget. Nous voulons nous présenter avec une équipe compétitive dans un grand nombre de catégories et également permettre à des rameurs M23 compétitifs d'y participer. Les objectifs tels qu'approuvés par l'assemblée des délégués sont six bateaux dans le top 10 dont un minimum de quatre places en finale A et le gain d'au moins deux médailles. Nos athlètes ont démontré à Glasgow qu'ils étaient capables de jouer les tous premiers rôles. Fêter un titre à la maison sur le Rotsee serait magnifique!

Pouvez-vous dire un mot sur l'évolution de la collaboration entre SWISS ROWING et l'Armée?

La collaboration avec l'armée est une des clés du succès, elle permet lors de l'Ecole de recrue aux athlètes que nous avons sélectionnés et qui ont été retenus par l'armée de se consacrer entièrement à l'entraînement, puis par la suite d'effectuer des camps d'entraînement à la place des cours de répétition. De plus, l'armée met à disposition des sportifs d'Elite un nombre très limité de places de travail, l'aviron a deux soldats du sport salariés, Jeannine et Barnabé.

Interview: Max Schaer →

**Gemeinsam
kommen wir noch
schneller voran.**

**Herzlichen Dank
den Sponsoren!**

Partner



Verbandssponsoren



Presenting Partner SM



SwissLife

Medical Partner



MEDICAL PARTNER

Gesundheitspartner



Bootssponsor



Bekleidungspartner



Bekleidungsveredelung



Ruder-/Ergometersponsor



Stéphane Trachsler: Überblick zwei Jahre vor den Olympischen Spielen von Tokio

Auch das Jahr 2018 war für SWISS ROWING von Erfolg gekrönt. Ziel unseres Verbandes ist nun, diese positiven Resultate dauerhaft zu gestalten, vor allem im Hinblick auf die Olympischen Spiele von Tokio 2020. Stéphane Trachsler nimmt zu den wichtigsten Fragen, denen SWISS ROWING gegenübersteht, Stellung.

Welche Bilanz ziehen Sie aus den internationalen Wettkämpfen, die dieses Jahr stattgefunden haben: Weltcup, U23-Weltmeisterschaften, Europa- und Weltmeisterschaften?

Eine positive Bilanz mit 13 Medaillen, alle Meisterschaften und Kategorien inbegriffen, das heisst, die gleiche Anzahl wie im letzten Jahr. Dazu haben sich dieses Jahr zwei Ruderer für die Olympischen Jugend-spiele qualifiziert. Die resultatmässig festgelegten Zielsetzungen wurden an jedem Wettkampf erfüllt. Um in den Kategorien U19 und U23 auf internationalem Niveau kompetitiv zu bleiben, müssen wir uns auf die Nachwuchsförderung konzentrieren, wenn wir weiterhin eine siegreiche Nationalmannschaft sein wollen. In dieser Hinsicht ist die Zusammenarbeit mit den Clubs und die Flexibilität der Schulen fundamental.

Ich benutze die Gelegenheit, um unseren Internationalen sowie dem gesamten technischen Stab und ihrem Head Coach Edouard Blanc für die erzielten Resultate zu gratulieren.

Welches war für Sie im Jahr 2018 die grösste Befriedigung und die grösste Überraschung?

In erster Linie die Konstanz und die Gesamtleistung unserer Nationalmannschaften, die, wie es mir scheint, dank der kompromisslosen Arbeit betreffend Leistung

und Exzellenz, die in den letzten Jahren geleistet wurden, einen weiteren Schritt nach vorne getan haben. Als Beweis dafür möchte ich anführen, dass Jeannine Gmelin, Roman Röösli und Michi Schmid an jeder internationalen Regatta einen Podestplatz belegt haben. Ich war beeindruckt vom Willen und der Entschlossenheit des JW4x beim Endspurt, der ihnen den Weltmeistertitel gebracht hat. Schliesslich hat mir die Bronzemedaille des LW2x an den Europameisterschaften sowie deren 4. Rang in Plovdiv besondere Freude bereitet.

Wo sehen Sie Punkte, die verbesserrungsbedürftig wären und wie werden Sie vorgehen? Wo stehen Sie im Hinblick auf die Olympischen Spiele von Tokio?

Welche Strategie werden Sie im Hinblick auf die Olympischen Spiele einschlagen?

Es sind kleine Details, die den Unterschied ausmachen. Wir müssen in jedem einzelnen Sektor Fortschritte erzielen. Sowohl die Trainer als auch die Athleten müssen kompromisslos auf Leistung und Perfektion abzielen und ganze Arbeit leisten. Ohne dieses Engagement wird es sehr schwierig sein, sich weiterhin auf den vorderen Plätzen zu behaupten. Ferner müssen die Anweisungen und das Programm der Trainer strikte befolgt werden, denn sie sind auf jeden Athleten individuell abgestimmt und entsprechen den Zielsetzungen.

Unsere Strategie wird eingehalten. 2019 ist ein sehr wichtiges Jahr für die Zukunft, denn an den Weltmeisterschaften von Linz-Ottensheim werden die ersten Qualifikationsplätze für die Olympischen Spiele von Tokio vergeben. Im 2019 müssen ein Maximum an Plätzen gesichert werden, so wie es 2015 in Aiguebelette der Fall war. Wie wir gesehen haben, ist es äusserst schwierig, sich an der Qualifikationsregatta des olympischen Jahres zu qualifizieren, denn es hat viele Anwärter und nur wenige Auserwählte.

Kennen Sie das Ruderbecken von Tokio schon, und welches sind seine Besonderheiten?

Ich konnte es im Frühling 2017 mit der FISA besichtigen. Es handelt sich um den Sea Forest Waterway in der Bucht von Tokio. Dieses Gelände wird mit den Kanu- und Reiterwettbewerben (Cross Country) geteilt. Leider konnte das Becken von 1960 nicht weiter für das Rudern verwendet werden. Das erste, das ich bei meinem Besuch bemerkt habe, waren die Windkraftturbinen der Strecke entlang (!) sowie die Pfahlzäune auf jeder Seite der Strecke. Trotzdem hoffe ich, dass sie die Wellen nicht zurückwerfen werden. Zwei kleine Staudämme trennen das Becken von der Bucht und dem Salzwasser. Es befindet sich nicht allzu weit vom Olympischen Dorf entfernt, viel weniger weit, als es in Rio der Fall war.

Wenn man ein sehr hohes Niveau erreicht hat, steigen die Anforderungen und die Erwartungen automatisch und es ist anspruchsvoll, auf diesem Niveau zu bleiben. Was tut SWISS ROWING, um das in den letzten Jahren Erreichte zu verstärken?

SWISS ROWING ist für die Struktur der Nationalmannschaft zuständig, um die Resultate langfristig sicherzustellen. Konstanz ist der Leitfaden. Dank Christian Stofers Erfahrung, der jetzigen Struktur auf der Trainerebene, der exzellenten Zusammenarbeit mit dem medizinischen Partner, der Hirslanden Klinik St. Anna, und anderen Partnerschaften wie Swiss Olympic, die Armee, das BASPO usw., die unseren Sport unterstützen; alle diese Elemente tragen zum langfristigen Erfolg der Struktur und ihrer Nachhaltigkeit bei.

Wie schätzen Sie den Nachwuchs ein, der in die Fussstapfen der gegenwärtigen Elite treten soll; konnte die Basis in den letzten Jahren erweitert werden?

Obwohl die Zielsetzungen in diesem Bereich erfüllt worden sind, hatte ich an den U23-Weltmeisterschaften auf eine Medaille gehofft, abgesehen davon war es ein dichtes und kompetitives Niveau und unsere Mannschaft war sehr jung auf dieser Ebene des Wettkampfs. Es ist äusserst wichtig, mit dem Nachwuchs zu arbeiten, denn er ist unser zukünftiges Nationalteam.

2017 wurde in Sarnen mit James Goodwin ein Trainer verpflichtet, der für das Muskeltraining und die Koordination zuständig ist. Was hat er dem Schweizer Rudersport gebracht?

Zuerst hat James mit der Elite-Mannschaft gearbeitet, für die er das Krafttraining systematisch in Zeitabschnitte eingeteilt und individuelle Prioritäten gesetzt hat, um jeden Athleten spezifisch zu fördern. Danach hat er sich ans Kraftprogramm für den Nachwuchs U23 und U19 gemacht, mit der Aufgabe, seine Trainings bei Besuchen den Clubs zu erklären und einzuführen. James hat praktisch alle Schweizer Ruderclubs besucht, um sich zu vergewissern, dass seine Trainingsmethoden eingeführt worden sind

und dass die Durchführung optimal ist. Er hat einen anderen Schwerpunkt seiner Arbeit mit der neuen Krafttrainingshalle verwirklicht, die den Nationalmannschaften in Sarnen zur Verfügung steht. Ich gratuliere ihm für die Realisierung dieses Projekts und die konstruktive Arbeit mit allen Nationalkadern.

In den 1980-er Jahren waren Sie selber internationaler Ruderer im 2x. Was hat sich seither geändert?

Das Material hat sich vollkommen verändert und der Trainingsaufwand hat sich mehr als verdoppelt, die Dichte ist extrem hoch, jeder kann jeden schlagen. Wenn man die Startliste durchgeht, ist es manchmal sehr schwierig zu sagen, ob es sich um einen A- oder B-Final handelt!

Was sind die Zielsetzungen von SWISS ROWING für die Europameisterschaften von 2019 in Luzern?

Ich hoffe, dass diese Meisterschaften zu einem sportlichen, mediatischen, populären und organisatorischen Erfolg innerhalb des Budgets werden. Wir wollen mit einer kompetitiven Mannschaft in einer grossen

Anzahl Kategorien auftreten und es wettkampfstarken U23-Ruderern ermöglichen, teilzunehmen. Die von der Delegiertenversammlung gefassten Zielsetzungen sind sechs Boote in den Top 10 zu haben, mit im Minimum vier Plätzen in den A-Finals und mindestens zwei Medaillen. Unsere Athleten haben in Glasgow bewiesen, dass sie fähig sind, die erste Rolle zu spielen. Es wäre grossartig zuhause auf dem Rotsee einen Titel zu feiern!

Können Sie ein Wort zur Entwicklung der Zusammenarbeit zwischen SWISS ROWING und der Armee sagen?

Die Zusammenarbeit mit der Armee ist einer der Schlüssel zum Erfolg. Sie erlaubt es, den von uns selektierten Athleten, die von der Armee berücksichtigt wurden, sich während der Rekrutenschule voll und ganz dem Training zu widmen und später anstelle der Wiederholungskurse an Trainingslagern teilzunehmen. Außerdem bietet die Armee den Spitzensportlern eine begrenzte Anzahl von Arbeitsstellen an; der Rudersport hat zwei besoldete Sportsoldaten, Jeannine und Barnabé. Interview: Max Schae

Stéphane Trachsler: Giro d'orizzonte due anni prima dei Giochi olimpici di Tokyo

Nel 2018 SWISS ROWING ha saputo raggiungere gli obiettivi prefissati che ora la Federazione intende sostenere anche nel nuovo anno in vista dei Giochi olimpici di Tokyo. Stéphane Trachsler offre una panoramica sulle principali sfide che SWISS ROWING dovrà affrontare.

Che bilancio fate delle competizioni internazionali che hanno avuto luogo quest'anno - Coppa del mondo, Campionati del mondo M23, Campionati d'Europa e Campionati del mondo?

Un bilancio positivo, con 13 medaglie sommando tutti i campionati e le categorie,

vale a dire lo stesso numero dell'anno scorso, e in più quest'anno abbiamo avuto due vogatori selezionati per i Giochi Olimpici della Gioventù. Gli obiettivi che erano stati fissati in termini di risultati sono stati raggiunti in ogni competizione. Stando così le cose, dobbiamo continuamente mettere l'accento sulle nuove leve per restare competitivi nelle categorie M19 e M23 a livello mondiale, se vogliamo continuare ad avere una squadra nazionale vincente. A tal proposito la collaborazione con i club e la flessibilità a livello scolastico sono primordiali.

Colgo questa occasione per felicitarmi con tutti i nostri atleti internazionali per i risultati ottenuti, nonché con l'insieme

dello staff tecnico e con il suo Head Coach Edouard Blanc.

Qual'è stata la più grande soddisfazione, e qual'è stata la più grande sorpresa nel 2018?

Innanzitutto la prestazione d'insieme delle squadre nazionali e la sua costanza, che mi sembra sia salita di livello grazie al lavoro effettuato negli scorsi anni, sempre orientato senza sosta verso la performance, è una grande soddisfazione. A riprova di ciò, segnalo che Jeannine Gmeli, Roman Röösl e Michi Schmid sono saliti sul podio in occasione di ogni regata internazionale. Sono stato impressionato dalla volontà e dalla determinazione del JW4X in occasione dell'imbottigliamento finale che gli →

ha permesso di vincere il titolo mondiale. Infine, la medaglia di bronzo e il 4° posto del LW2x a Plovdiv mi hanno fatto particolarmente piacere.

Dove vedete dei punti da migliorare e come intendete procedere? Dove vi situate in vista dei Giochi olimpici di Tokyo nel 2020? Che strategia adotterete in vista dei G.O.?

Saranno dei piccoli dettagli a fare la differenza; si deve pertanto progredire in ogni settore, gli allenatori e gli atleti devono perseguire senza sosta la performance e l'eccellenza rivedendo in continuazione ogni singola fase della loro opera. Senza questo impegno, sarà difficile rimanere nelle prime posizioni. Infine, le consegne e i programmi dei nostri allenatori devono essere rispettati, poiché sono individualizzati per ciascun atleta e stabiliti in funzione degli obiettivi. Siamo in linea con la nostra tabella di marcia. Il 2019 sarà un'anno molto importante per il prosieguo poiché in occasione dei campionati del mondo di Linz saranno attribuite le prime qualifiche per i G.O. di

Tokyo. Dovremo assicurarcene il prima possibile il massimo di posti nel 2019, come fu il caso a Aiguebelette nel 2015, poiché come abbiamo visto è estremamente difficile qualificarsi alla regata di qualifica dell'anno olimpico, con molti pretendenti e pochi posti a disposizione.

Conoscete già il bacino dei G.O. e le sue particolarità?

Ho potuto visitarlo nella primavera del 2017 con la FISA. Si tratta del Sea Forest Waterway situato nella baia di Tokyo; questo sito verrà condiviso con la canoa, l'equitazione (cross-country). Sfortunatamente il bacino dal 1960 non ha potuto essere utilizzato per il canottaggio. In occasione della mia visita la prima cosa che ho potuto constatare sono gli impianti eolici (!) e le palizzate sui due lati del percorso. Mi auguro che esse non riflettano le onde. Due piccole dighe isolano il bacino dalla baia e dall'acqua salata. Esso è situato non molto lontano dal villaggio olimpico, molto più vicino di quanto non lo fosse a Rio.

Quando si raggiunge un livello molto elevato, le esigenze e le aspettative aumentano automaticamente e mantenersi a un tale livello diventa difficile. Cosa fa SWISS ROWING per consolidare ciò che è stato realizzato negli scorsi anni?

SWISS ROWING è responsabile della struttura della squadra nazionale per assicurare i risultati a lungo termine. La costanza è la parola-chiave. Grazie all'esperienza di Christian Stofer, la struttura attuale a livello di allenatori, l'eccellente collaborazione con i nostri partner medici della clinica Hirsladen Klinik St. Anna, gli altri partenariati con Swiss Olympic, l'Esercito, l'UFSPO, ecc., che sostengono la nostra federazione, sono tutti elementi che contribuiscono al successo sul lungo periodo della struttura e alla sua solidità.

Come giudicate le nuove leve chiamata a seguire le tracce dell'attuale élite; la base ha potuto essere allargata in questi ultimi anni?

Benché gli obiettivi siano stati raggiunti in questo settore, avrei sperato in una medaglia

**KLIMA
HANDEL
AG**

Mit frischer Luft schlafen und erholt trainieren

Viren, Bakterien und Allergene belasten unser Wohlbefinden. Feinstaub, Ozon und flüchtige Kohlenwasserstoffe (VOCs) schädigen unsere Gesundheit. Der AL-KO PURE Air Cleaner entkeimt die Raumluft und vernichtet Schadstoffe. Am Tag finden Sie die volle Konzentration und nachts den wohlverdienten Schlaf.

www.klimahandel.ag

ai campionati del mondo M23; ciò detto, il livello era elevato e molto competitivo e la nostra squadra molto giovane per questo livello di competizione. E' molto importante lavorare con le nuove leve, che costituiscono la nostra squadra nazionale di domani.

Nel 2017, nella persona di James Goodwin, un allenatore responsabile della muscolatura e la coordinazione è stato ingaggiato con base a Sarnen. Cosa ha potuto apportare al canottaggio svizzero?

James ha innanzitutto cominciato a lavorare con la squadra Elite, per la quale ha messo in piedi una periodizzazione sistematica dell'allenamento sulla forza, nonché delle priorità per sviluppare in modo specifico ogni singolo atleta. Si è in seguito dedicato al programma sulla forza per le nuove leve (M23 e M19) con lo scopo di introdurre e di spiegare i suoi allenamenti in occasione di visite effettuate direttamente nei club. James si è recato praticamente in ogni club di canottaggio della Svizzera per assicurarsi che l'allenamento sia ben organizzato e che la qualità di esecuzione sia ottimale. Un

altro asse del suo lavoro si è concretizzato nella nuova sala di muscolazione messa a disposizione delle squadre nazionali a Sarnen. Ci tengo a felicitarmi con lui per la realizzazione di questo progetto e il buon lavoro effettuato con tutti i quadri della nazionale.

Eravate un vogatore internazionale nel 2x negli anni 1980. Cosa è cambiato da allora?

Oltre al materiale che è completamente cambiato, il carico di allenamento è più che raddoppiato e infine la densità è estremamente alta, ciascuno potendo battere chiunque. A volte è difficile, consultando unicamente la lista di partenza, determinare se si tratta di una finale A o B!

Quali sono gli obiettivi di SWISS ROWING per i Campionati d'europa 2019 a Lucerna?

Che questi campionati siano un successo sportivo, popolare, mediatico e organizzativo nei limiti del nostro budget. Vogliamo presentarci con una squadra competitiva in un gran numero di categorie e permettere ugualmente a vogatori M23 competitivi di

parteciparvi. Gli obiettivi approvati dall'assemblea dei delegati sono sei imbarcazioni nei top 10, di cui un minimo di quattro posti in finale A e la conquista di almeno due medaglie. I nostri atleti hanno dimostrato a Glasgow di essere capaci di giocare ruoli di primo piano. Festeggiare un titolo in casa al Rotsee sarebbe magnifico!

Potete dire una parola sull'evoluzione della collaborazione fra SWISS ROWING e l'Esercito?

La collaborazione con l'esercito è una delle chiavi del successo, permettendo in occasione della Scuola reclute agli atleti che abbiamo selezionato e che sono stati reclutati nell'esercito di consacrarsi interamente all'allenamento, e in seguito di effettuare dei campi di allenamento al posto dei corsi di ripetizione. Inoltre l'esercito mette a disposizione degli sportivi d'Elite un numero molto limitato di posti di lavoro; il canottaggio ha due soldati sportivi salariati, Jeannine e Barnabé.

*Intervista: Max Schaefer
(traduzione Stefano Peduzzi)*



Rudertouren im Jahr 2019

Kommen Sie mit auf Wanderfahrt! Verbringen Sie Ihren Urlaub auf den schönsten Gewässern – hier und in Übersee.

Hier ein Vorgeschnack auf unsere Touren im Jahr 2019!

Florida: Buchen Sie Ihren Winter Break bis zum 15.01.2019. Buchbar mit einem Rudercamp in Florida;

Klassiker: Nach 2 wundervollen Touren in dieser Saison nun auch im Jahr 2019. Rudern auf dem Duero in Portugal im Mai und September;

Amsterdam: Rudern auf der Amstel und der Vecht in Holland. Je 1 Wochenende im Mai und August;

Norwegen: Rudern auf dem Telemark-Kanal und/oder dem Oslo-Fjord, je zweimal 1 Woche im August;

Tessin/Italien: Alpine Seen (Lago Maggiore, Lago di Lugano, Lago di Como) in Verbindung mit einem Rudercamp in Varese buchbar;

China: Rudertour in der Provinz Hangzhou im September;

Kanada: 1 Woche Rudern auf dem spektakulären Rideau Canal im August und September;

Henley-Regatta und Themse-Wanderfahrt: Der Klassiker aus den vergangenen Jahren. Limitierte Plätze;

Special: Insel-Reise im Coastal Boat im Mai und Juni: Sylt, Amrum/Föhr, Pellworm.

Vereine: Wir organisieren die spezielle Tour für Sie und Ihr Budget. Fragen Sie uns. Wenn gewünscht, stellen wir Boote zur Verfügung.

Städtereisen: Amsterdam, Berlin, Hamburg, Gent, Venedig (Vogalonga).

Rudercamps (jetzt auch in Litauen und Griechenland):

• **Avis:** Portugal im April und Mai;

• **Varese:** Skiff-Camps im April, Sommercamps im Juli und August;

• **Varese:** 3-Tage-Camp und 3 Tage Lago-Maggiore-Tour;

• **Litauen:** 4/5-Tage-Camps mit Olympioniken als Trainer.

Kontakt: Mobile 079 474 80 22/Mail volker@rowing-in-europe.com
Website www.rowing-in-europe.com / Twitter @rowing_europe



SWIFT Racing Switzerland:

Mehr Boot für Ihr Budget!/Avoir plus pour moins d'argent?

Kennen Sie unsere Ausbildungsboote? Bootsklassen von 40-90 kg sind möglich. Einsetzbar im täglichen Trainingsbetrieb oder in der Ausbildung./

Connaissez-vous nos bateaux d'entraînement? Des types de bateaux de 40 à 90 kg sont possibles. Peut être utilisé dans les opérations d'entraînement quotidiennes ou dans l'éducation.

Jahresende-Abverkauf:

Skiffs (verschiedene Gewichtsklassen) = -15%

Coastal-Vierer (x/+) = -15%

Achter (65-80 kg) = -25%

Lieferung ab Härkingen

Momentaner Bestseller: Skiff «Trainer»

Preise/Prix: Junior Skiff CHF 2'700.– (40/50/60 kg)/«Trainer» CHF 3'600.–



Les bateaux SWIFT pour les entraîneurs et des jeunes!

Alle Boote sind ab Lager erhältlich. Möchten Sie eine Probefahrt? Rufen Sie uns an oder mailen Sie uns.

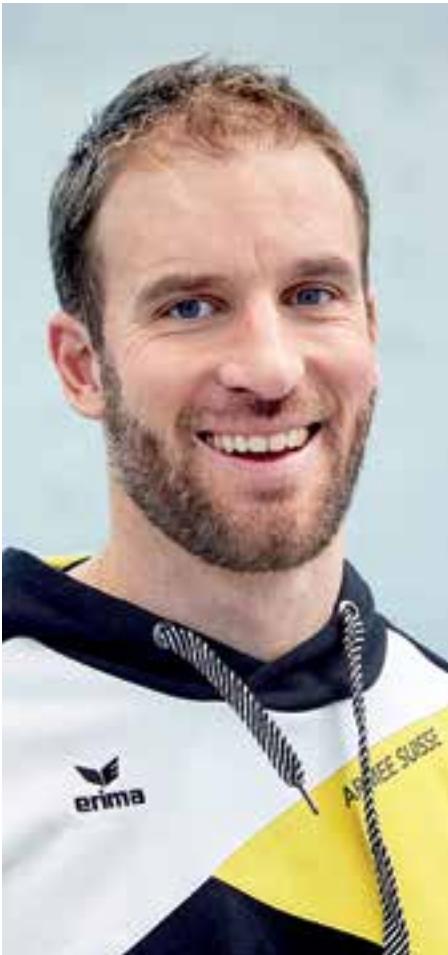
Kontakt: Mobile 079 474 80 22/
Mail volker@swiftinternational.biz/Website www.swiftracing.ch

Edouard Blanc, Headcoach Elite, beurteilt das Standing des Schweizer Spitzen-Rudersports

Im Verlauf des Frühjahrs 2018 kehrte Edouard Blanc – nachdem er seit Anfang 2016 zunächst als J+S-Fachleiter und danach als Ausbildungsverantwortlicher wirkte – in den Trainerstaff des SRV zurück. Und übernahm als Headcoach gleich den Lead im Coachingbereich. Trotz nur 5 gemeinsamen Vorbereitungswochen gelang es als Highlight, Roman Röösli und Barnabé Delarze beim ersten gemeinsamen Saisonstart gleich zum ersten WM-Medaillengewinn auf Rang 2 zu führen. Dies nebst den schon regelmässig für Medaillensegen sorgenden Jeannine Gmelin und Michael Schmid. Edouard Blanc nimmt Stellung zum Saisonverlauf 2018 und äussert sich zum kommenden Jahr.

Mehr Manpower wurde im Frühjahr 2018 gesucht, um die grösser werdenden Kader-Athletenfelder zu betreuen. Und Du übernahmst gleich den Lead im Trainerstaff. Wie kam es dazu?

Ende Februar hatte der Verband konstatiert, dass die Elite-Gruppe recht umfangreich war. Um die Saison 2018 unter den bestmöglichen Bedingungen vorbereiten zu können, ergaben sich zwei Möglichkeiten: Den Elite-Trainerstaff zu erhöhen oder die Grösse der Gruppe zu reduzieren. In einem olympischen Zyklus ist es in einer ersten Phase wichtig, eine gute Athletengruppe zu entwickeln, bevor man diese verkleinert. Unter diesem Gesichtspunkt hat der Vorstand beschlossen, seine Struktur zu überprüfen und mir den Posten des Head Coaches angeboten. Folglich habe ich ab den Trials vom April 2018 wiederum die Verantwortung für die Elite-Gruppe übernommen.



Dein Schwerpunkt liegt auf der Betreuung der schweren Männer. Eine logische Aufgabenteilung?

Als Head Coach bin ich für alle Elitegruppen zuständig: Männer, Männer Leichtgewicht, Frauen und Frauen Leichtgewicht. Das Trainingsprogramm wird demnach für die gesamte Gruppe erstellt. Auf dem Wasser ist es mir natürlich nicht möglich, mich um jedermann/jedefrau zu kümmern. Da Jeannine bereits mit einem Trainer ein Vertrauensverhältnis aufgebaut hat, war es logisch, die Gruppen auf diese Weise zusammenzustellen, und dass ich mich hauptsächlich auf die Männer auf dem Wasser konzentriere. Allerdings ist längerfristig nie

Foto: Sööb Grüning alles in Stein gemeisselt. Als Headcoach muss ich alles im Auge behalten.

Das früher zukunftsträchtigste Boot der Schweren, der Doppelvierer, ist im Verlauf der Zeit – auch aus Verletzungsgründen (Augustin Maillefer) – aufgesplittet worden. Zuletzt waren Roman Röösli und Barnabé Delarze, einen Doppelzweier bildend, äusserst und Nico Stahlberg im Einer erfolgreich unterwegs. Wie sieht Dein Fazit diese Athletengruppe betreffend aus?

Im Lauf des Winters muss jeder Athlet individuell Fortschritte erzielen, um für die endgültige Selektion, die Trials, aufgeboten zu werden. Ich habe also keinen im Voraus erstellten Plan. Ich schaue mir die Entwicklung jedes Einzelnen an. An den Trials schaue ich, welches meine Kombinationsmöglichkeiten und welches die schnellsten Boote sind. Es handelt sich dabei um eine empfindliche Chemie; meine Rolle besteht vor allem darin, jedem die gleiche Chance zu geben, sich im schnellsten Boot wiederzufinden.

Neu ist im Saisonverlauf ein Riemenprojekt dazugekommen, wo nun auch Augustin Maillefer nach langer Pause dazugehörig ist. Welche Überlegungen und Zielsetzungen stehen dahinter?

Hinter dieser Überlegung steht der Gedanke, dass sechs Athleten auf dem Ergometer korrekte Werte erzielt haben, aber vorläufig nicht über die technischen Kapazitäten verfügen, um im 1x, 2x oder 4x einen Qualifikationsplatz beanspruchen zu können. Es ging also darum, diese potenziellen Talente auszunutzen, indem man ihnen eine Plattform, d.h. ein Boot, zur Verfügung stellt, in der sie ihre Stärke und ihre physische Kondition zum Ausdruck bringen können. Ob das Projekt erfolgreich sein wird, ist verfrüht zu sagen. Vorläufig geht es darum, Schritt für Schritt zu arbeiten, zu arbeiten und zu arbeiten!

Besteht die Absicht, die Skull- und die Riemengruppe in dieser Weise separat weiterzuführen...?

Wir sind ein zu kleiner Verband, um die Projekte und Gruppen zu trennen. Vom Mittwoch bis Sonntag trainieren alle gemeinsam in Sarnen, was die Stärke unserer Gruppe ausmacht. Ich beabsichtige also nicht, die beiden Gruppen zu trennen, sondern eher, sie einzusetzen, um eine gesunde, wettbewerbsfähige Atmosphäre zu schaffen, die einen dazu animiert, über sich hinauszuwachsen.

... oder stellen die Trials im März in Corgeno alles wieder auf Null?

Die Trials sind unsere internen Rennen und bilden die Basis für jedes Projekt. Jeder Ruderer muss sich daran beteiligen und sich in bester Tagesform zeigen, um eine Chance zu haben, sich im schnellsten Boot wiederzufinden. Ja sicher, die Trials sind wichtig und stellen den Zähler auf Null zurück, bevor die neue Regattasaison beginnt.

Wie beurteilst Du die aktuelle Konstellation im Frauenbereich?

Bei den Frauen sind die Plätze weniger umstritten als bei den Männern, da in der Schweiz das Niveau der Frauen, die das physische und technische Niveau haben, um in der Elite zu rudern, begrenzt ist. Ich sähe es gerne, wenn neue Gesichter auftauchen. Übrigens schaue ich nach jedem Test die Resultatliste genau an, um festzustellen, ob vielleicht eine U23-Ruderin den grossen Sprung in die Elite schaffen könnte.

Leider hab ich bisher noch keine gefunden. Ich bleibe aber aufmerksam, weil ich gerne etwas mehr Konkurrenz und Kampf in dieser gut etablierten Gruppe schaffen möchte.

Bereits in der anstehenden Saison 2019 wird die Olympiasélection für Tokio 2020 ein zentrales Thema sein. Und der Spielraum für Experimente wird geringer. Wie gehst Du die kommende Saison an?

Alles was 2019 zählt, sind die Qualifikationsplätze für Tokio 2020. Alle meine Entscheidungen sind und werden getroffen, um eine würdige Vertretung des Schweizer Rudersports an diesen Olympischen Spielen zu gewährleisten. Alle verfügbaren Ressourcen werden folglich im Hinblick auf das Ziel der Olympiaqualifikation gelenkt.

Das Leichtgewichtsrudern ist – auch durch das IOC – unter starkem Druck, und Athleten wagen den Umstieg zu den Schweren (Joel Schürch und der bisher immer für Medaillengewinne sorgende Skiffler Michael Schmid). Wie beurteilst Du diese Entwicklung bzw. welche Probleme stellen sich dabei?

Es reicht nicht, mehr zu essen, um von den Leicht- zu den Schwergewichten zu wechseln. Man muss versuchen, an Muskelmasse und an Kraft zuzulegen, ohne die der Sprung nicht zu schaffen ist. Meine Rolle besteht darin, die Athleten, die das Rudern zum Lebensinhalt gemacht haben, zu unterstützen und ihnen zu helfen, diesen Schritt

zu tun. Vorläufig ist nichts garantiert; ich kann kein Beispiel nennen, wonach dieser Übergang zu schaffen ist. Ich stelle fest, dass dieser Übergang sehr schwierig zu bewerkstelligen ist und dass es nicht einfach ist, den Athleten auf diesem Weg zu helfen.

Aktuell läuft wiederum eine mit 6 SRV-Athleten/-innen besetzte Spitzensport-Rekrutenschule. Du hast selbst zweimal die Rudersparte geleitet.

Welches sind die augenfälligsten Effekte, die für ambitionierte Athleten/-innen üblicherweise daraus resultieren?

Die Spitzensport-Rekrutenschule ist ein Sprungbrett für die jungen Athleten, die sich über einen Zeitraum von vier bis acht Jahren vollständig dem Rudern hingeben wollen. Daraus ist fast eine Pflichtübung geworden, jedenfalls eine sehr wichtige Etappe im Leben eines Ruderers. Denn während Jahren wird er nachher durch die Armee unterstützt, indem er den Sold- und Erwerbsersatz (EO) während 130 Tagen bezieht. Im Laufe dieser Rekrutenschule ist es auch das erste Mal, dass die Athleten wie Profis trainieren können: Training, Essen, Ruhe, Training, Essen, Ruhe usw. Nach den ersten Angewöhnungswochen erlaubt dieser Rhythmus gewöhnlich, sehr schnell grosse Fortschritte zu erzielen. Ich hoffe, dies wird auch noch bei den Absolventen der Jahre 2018–2019 der Fall sein.

*Interview: Jürg Trittbach
(Übersetzung Max Schaefer)*

Edouard Blanc erfolgreich in der Diplomtrainerausbildung

Edouard Blanc, Headcoach Elite SWISS ROWING, absolvierte in Magglingen in den letzten drei Jahren die Diplomtrainerausbildung von Swiss Olympic und hat im Mai 2018 die höhere Fachprüfung mit Erfolg bestanden.

Die Ausbildung auf Stufe Spitzensport umfasste die Kurse in den sechs Fachbereichen Sportpsychologie, Kondition/Trainingslehre, Leadership, Sportmedizin, Sportcoaching und Technik/Taktik. Ein Auslandapraktikum bei einer anderen Sportart sowie viel Austausch unter den Studierenden aus den verschiedenen Sportarten führten



Foto: Ueli Künzli BASPO

zu einem breiten Verständnis des Spitzensports. Die Diplomtrainerausbildung ist die höchste Ausbildungsstufe für Trainerinnen und Trainer im Bereich Spitzensport in der Schweiz.

Anlässlich der Diplomfeier in diesem Herbst wurde Edouard Blanc als Absolvent mit der besten Abschlussprüfung von den Kursleitern anlässlich der Diplomübergabe in Magglingen ausgezeichnet.

SWISS ROWING gratuliert Edouard Blanc zu diesem Prüfungserfolg sehr herzlich und wünscht für die weitere Arbeit alles Gute.

SWISS ROWING

Deutschland und Grossbritannien dominierten 9. BaselHead

Mit 139 gemeldeten Booten verzeichnete die neunte Ausgabe der internationalen Ruderregatta BaselHead einen erneuten Teilnehmerrekord. Die Favoriten nutzten die optimalen Ruderbedingungen auf dem Rhein und vermochten die Konkurrenz auf Distanz zu halten: Der Deutschland-Achter bei den Männern und das Frauen-Boot aus Grossbritannien siegten sowohl beim «Sprint des Rois» wie auch bei der Langstreckenwertung «Mirabaud Classic» über 6,4 Kilometer. Die Schweizer Boote ruderten stark, für Podestplätze reichte es jedoch nicht.

Der tiefe Rheinpegel, freundliches Wetter und ein begeistertes Publikum entlang des Rheinufers vermochten die stärksten Frauen für einen neuen Streckenrekord bei der Mirabaud-Classi zu nutzen. Bei den Männern gewann der Deutschland-Achter in 18:51,20 Minuten und verfehlte seinen Streckenrekord aus dem letzten Jahr nur knapp. Hinter dem Paradeboot des Leistungszentrums Dortmund belegten die Ruderer von Dukla Prag den zweiten und Boot 2 aus Dortmund den dritten Rang. Bei der Frauen-Elite war erstmals der Frauen-Nationalachter aus Grossbritannien am Start, und verwies mit einer Siegeszeit von 21:04,12 und einem Vorsprung von gut 18 Sekunden die Dominatorinnen der letzten Jahre, den Achter des VK Slavia Prag, auf den zweiten Platz. Dritte wurden die Frauen von Nereus Amsterdam in einer Zeit von 22:00,37.

Bei den Juniorinnen und Junioren war das Feld fest in tschechischer Hand. Es siegte bei den Juniorinnen die Renngemeinschaft aus Hamr, Pardubice und Blesk in der Zeit von 22:27,05. Nur wenige Sekunden länger benötigte die Renngemeinschaft aus Prag, Smichov und Vaigar, ebenfalls aus der Tschechischen Republik. Dritte wurden hier die Ruderinnen von Lysa nad Labem und Mel-



Mit neuem Streckenrekord zum Sieg: Der Frauen-Nationalachter aus Grossbritannien stellte mit der Siegeszeit von 21:04,12 Minuten eine neue Bestzeit auf.

nik. Bei den Junioren gab es mit der Renngemeinschaft von Prag, Prerov, Hodonin, Otrokovice, Smichov und Lysa nad Labem ebenfalls einen tschechischen Sieg. Dahinter platzierte sich die tschechische Junioren auswahl auf Platz zwei und auf den dritten Rang ruderte der Achter von VK Slavia Prag.

Bei den Masters gab es bei den Männern einen klaren Sieger. Es siegte der Achter von Pole Aviron Nancy in der Zeit von 21:42,16. Eine halbe Minute länger war der zweitplatzierte Achter der Renngemeinschaft aus Thalwil und Wädenswil unterwegs. Dritter wurde der Rowing Club Bern. Die Masters Frauen Kategorie hatte den engsten Ent-

scheid des Tages. Letztlich siegte die deutsche Renngemeinschaft aus Hamburg, Hannover, Neuss und Lübeck mit 4 Zehnteln Vorsprung vor dem Schweizer Team aus Zürich, Küsnacht, Baden, Ceresio und Biel. Dahinter ruderte die Luzerner Mannschaft auf den dritten Rang.

Dank des guten Wetters gab es einen grossen Publikumsaufmarsch entlang der Rheinstrecke, und so verwandelte sich der Rhein und die Ufer zu einer eigentlichen Sportarena. Zudem sorgte der tiefe Rheinpegel für ideale Ruderbedingungen. Entsprechend ziehen die Organisatoren eine sehr positive Bilanz der neunten Ausgabe des BaselHead.

Sabine Horvath



Der Deutschland-Achter setzte, den selbst gehaltenen Streckenrekord nur knapp verpassend, seine Siegesserie in Basel fort.

Holländer gewinnen Dernière des Armadacups

32 Jahre lang wurde der Armadacup auf dem Wohlensee ausgetragen... und nun ist der Anlass Geschichte. Eine bedauernswerte Tatsache. Aber: Das in den letzten 8 Jahren von Thomas von Burg ad interim angeführte OK-Team fand keine das Format mit internationalen Cracks weiterführende Nachfolger. Holländische Athleten gaben den Takt an: Koen Metsemakers und Roos de Jong, beide Mitglieder des holländischen WM-Teams, gehen als letzte Sieger des Armadacups in die Geschichte ein. Und das Wetter war zum Abschluss sensibel und passte sich der Situation an: der Himmel weinte, und Gegenwind kam hinzu!

240 Ruderer absolvierten, die ideale Fahrinne suchend, die 9 Kilometer auf dem Wohlensee. Der Armadacup ist in seiner Art wegen seines Massenstarts einzigartig im Rudersport. Hobbyruderer haben so den direkten Vergleich mit den weltbesten Athleten.

Der 32. und letzte Armadacup war geprägt von Kälte, Regen und Gegenwind – und von holländischen Siegern. Koen Metsemakers und Roos de Jong, beide Mitglieder des holländischen WM-Teams, gehen als letzte Sieger des Armadacups in die Geschichte ein. Metsemakers setzte sich schon bei Streckenhälfte an der Spitze ab und konnte diese Führung bis zum Schluss verteidigen. Bei den Frauen vermochte etwas überraschend Roos de Jong die starke Zugerin Patricia Merz in Schach zu halten.

Auch bei den Männern schnitten die Schweizer sehr gut ab. Der überraschende Stansstader Leichtgewichtler Jan Schäuble wurde Zweiter, der Kreuzlinger Nico Stahlberg Dritter. Noch vor den kroatischen Weltmeistern und Olympiasiegern Valent (4.) und Martin (6.) Sinkovic. Zwischen den beiden Kroaten platzierte sich noch der irische WM-LM2x-Sieger Paul O'Donovan. Weil nach dem Rücktritt von OK-Präsident Thomas von Burg kein Nachfolgelösung gefunden werden konnte, die sich in der Lage sieht, den Grossanlass in seiner jetzigen Form mit vielen internationalen Cracks weiterzuführen, wird der Anlass auf dem Wohlensee in Zukunft wohl rediminiert werden müssen. Wie der Event 2019 aussehen wird, ist noch völlig offen.

Jürg Trittbach



Letzter Sieger vor den Toren von Bern wurde der Holländer Koen Metsemakers vor den beiden Schweizern Jan Schäuble und Nico Stahlberg.



Bei den Frauen gewann die Holländerin Roos de Jong vor Patricia Merz und der tschechischen Altmeisterin Mirka Topinkova Knapkova.



Fotos: Bernhard Marbach

Erster Langstreckentest in Mulhouse erfolgreich durchgeführt

Am Samstag, 24. November 2018 führte SWISS ROWING den ersten zentralen Langstreckentest der Wintersaison 2019 auf dem Kanal bei Mulhouse (Frankreich) durch. Sehr gute Beteiligung, ideale November-Ruderbedingungen und interessante Ergebnisse prägten den Wettkampftag in Mulhouse

Andri Struzina (SC Zug) im Einer der Männer und Frédérique Rol (Lausanne-Sports Aviron) im Skiff der Frauen hiessen die ersten Langstreckentest-Sieger der Wintersaison 2019. Sowohl Andri Struzina wie auch Frédérique Rol sind der Leichtgewichtskategorie zugehörend und haben auf der sechs Kilometer langen Strecke allen Konkurrentinnen und Konkurrenten den Tarif durchgegeben. Auf den weiteren Plätzen folgten den beiden Tagessiegern Nico Stahlberg (RC Kreuzlingen) und Barnabé Delarze (Lausanne-Sports Aviron) bei den Männern sowie Patricia Merz (SC Zug) und Pascale Walker (RC Zürich) bei den Frauen. Bei den Junioren hinterliessen die siegreichen Boote des Grasshopper Club Zürich einen starken Eindruck. Gianluca Pierallini und Marino Kerler siegten im Zweier ohne Steuermann der Junioren, während Tim Roth, seines Zeichens Teilnehmer der letzten Junioren-WM, das Skiff-Rennen für sich zu entscheiden vermochte. Bei den Juniorinnen war Célia Dupré (CA Vésenaz) die schnellste Athletin des Tages.

Wozu Langstreckentests?

SWISS ROWING führt in der Regel pro Wintersaison drei Langstreckenrennen in Kleinbooten (Skiff, Zweier-ohne) durch, welche Bestandteil des Testverfahrens zur Kaderbildung für die kommende Saison sind. Die Langstreckenrennen werden in Kleinbooten absolviert, damit die Athletinnen und Athleten Einzelleistungen erbringen können, welche eine Beurteilung des individuellen Formstandes zulassen und andererseits Entwicklungen über die Zeit



messbar machen. Die Langstreckentests sind also im Winter offizielle Messpunkte für die Nationaltrainer von SWISS ROWING. Auf der Basis der erbrachten Leistungen lassen sich Vergleiche zu den Leistungen auf dem Ruder-Ergometer machen und es lässt sich das Kader auf den Stufen Junioren U19, U23 und Elite allmählich konkretisieren. Durch die Teilnahme an den Langstreckentests signalisieren die Teilnehmenden Interesse an einer Kadermitgliedschaft und äussern dadurch den Willen, die Schweiz auch international zu repräsentieren. Es geht also für die Athletinnen und Athleten an den Langstreckentests insbesondere auch darum, ihre Fähigkeiten ein Ruderboot schnell und effizient vorwärts zu bewegen, unter Beweis zu stellen. SWISS ROWING ermöglicht den Ruderinnen und Ruderern aus den Clubs und der Nationalmannschaft somit, ihre Position in der Nationalmannschaft zu bestätigen oder sich für Aufgaben in der Nationalmannschaft zu empfehlen.

FUTURO-Test und Clubrennen

Die Langstreckentests in Mulhouse erfreuen sich seit Jahren grosser Beliebtheit bei den Clubs. Selbst für ganz junge oder wenige ambitionierte Ruderinnen und Ruderer gibt es Rennen im Rahmen des Langstrecken-

tests. Die ganz jungen Ruderinnen und Ruderer der Altersklasse U17 und jünger haben die Möglichkeit in einem FUTURO-Rennen über 4000 Meter auf sich aufmerksam zu machen. Das beste während des Winters erzielte Resultat wird für die Vergabe der beliebten Swiss Olympic Talent Cards beigezogen und mitgewertet. Die ganz jungen Athletinnen und Athleten haben die Möglichkeit im Skiff, Doppelzweier oder Zweier-ohne an den Start zu gehen. Ganz frei von Vorgaben betreffend Alter oder Bootsklassen ist das Clubrennen, das seit einem Jahr im Programm steht. Dort können die Clubs frei nach ihren Kriterien Boote melden. SWISS ROWING bietet für diese Teilnehmenden die Zeitmessung und die Infrastruktur an. Seit 2004 finden die Langstreckentests von SWISS ROWING in Mulhouse statt. Damit ein solcher Anlass gut über die Bühne gehen kann, wird SWISS ROWING von den vor Ort ansässigen Ruderclubs Union Régio Niffer und Rowing Club Mulhouse in den Bereichen Infrastruktur, Zeitmessung, Sicherheit, Verpflegung und Bewilligungen unterstützt. SWISS ROWING bedankt sich bei den Ruderfreunden der beiden Clubs sehr herzlich für die alljährliche Unterstützung. (Auf www.swissrowing.ch sind alle Resultate einsehbar.)

Christian Stofer

Der Ruderclub Zürich sucht für die Leistungssportabteilung
per 15. August 2019

HEAD COACH (m/w) 80%



Wir erwarten

- Interesse an langfristigem Engagement
- Erfahrung im nationalen oder internationalen Rudersport
- Motivation, Begeisterungsfähigkeit, Durchhaltevermögen, Fairness und Transparenz
- Gute Kommunikationsfähigkeit
- Fahrausweis Kat. BE (C1E/D1E)
- Deutschkenntnisse (schriftlich/mündlich)

Wir bieten

- Motivierte Athleten auf allen Altersstufen
- Hervorragendes Bootsmaterial, einen gut ausgestatteten Kraftraum
- Starken Rückhalt in Club und Vorstand
- Ausgezeichnete Vereinsatmosphäre

Bewerbung

Ihre Bewerbung (Motivationsschreiben, Lebenslauf, Referenzen) schicken Sie bitte als pdf-Dokument per E-Mail an Maries van den Broek, Verantwortliche Leistungssport, leistungssport@rcz.ch
Bewerbungsfrist 10.3.2019

Information

Maries van den Broek, leistungssport@rcz.ch, +41 78 605 2401
www.rcz.ch



Erlebnisbericht von den Youth Olympic Games in Buenos Aires

2007 beschlossen die IOC-Mitglieder die Einführung einer Jugendversion der Olympischen Spiele. Die Sommerversion der Youth Olympic Games fanden erstmals 2010 statt, die Winterspiele fanden erstmals 2012 statt. Teilnahmeberechtigt sind jugendliche Sportler im Alter von 14 bis 18 Jahren. Zu den 28 in Buenos Aires stattfindenden Sportarten gehörte auch Rudern. Für den SRV waren die beiden Skifliers Jana Nussbäumer und Kai Schätzle am Start.

Nach einem wirklich langen Flug sind wir, die Schweizer Delegation, um sechs Uhr morgens endlich von Pandi, dem YOG-Maskottchen, in Buenos Aires willkommen geheissen worden. Nun mussten wir mit unserem ganzen Gepäck, inklusive Skulls, ins olympische Dorf gebracht werden. Den Ruderern wurde vom Organisator Swift-Boote zur Verfügung gestellt. Das hat uns einen umständlichen Bootstransport erspart. Die Ruder wollten wir jedoch selber mitbringen. Auf der Busfahrt ins Dorf wurden wir sogar von zwei Motorrädern eskortiert. Ich habe mich wirklich speziell gefühlt und war neugierig und gespannt darauf, was noch alles kommen würde. Ich erinnere mich, wie eindrücklich es war, all diese Hochhäuser, ausgehängt mit den Fahnen der verschiedensten Länder, zu sehen. Unsere Apartments waren klein und einfach. Ich teilte mein Zimmer mit zwei anderen Mädchen und zu sechst teilten wir uns ein Bad. Eine Küche gab es keine. Mittags sind Anne-Marie, Kai und ich bereits das erste Mal an die Ruderstrecke, im Stadtzentrum von Buenos Aires, gefahren. Wir waren die allerersten und wurden sehr herzlich begrüßt. Leider mussten wir noch einige Zeit auf das Eintreffen der Ausleger warten, konnten dann aber schon bald damit beginnen, die Boote einzustellen. Rudern konnten wir leider noch nicht, also stand als erstes Training Ergofahren vor der Skyline von Buenos Aires auf dem Programm.



Foto: Detlev Seyb/SWISS ROWING

(Autorin) Jana Nussbäumer klassierte sich in der Frauenkonkurrenz des im K.o.-Format ausgetragenen Bewerbs im 14. Rang.

Insgesamt nahmen fast 4000 Athleten an den Youth Olympics teil. Dazu kamen noch Trainer und Teamchefs. Für eine so riesige Anzahl Menschen zu kochen, ist eine echte Herausforderung. Wir assen in einem enormen Festzelt und obwohl man sich eigentlich nicht wirklich beklagen konnte, freut man sich trotzdem, wieder zu Hause essen zu können. Es verblieben uns noch einige Tage bis zu unserem Wettkampf, die wir fleissig zum Trainieren nutzten. Es stellte sich heraus, dass wir an dieser Ruderstrecke mit Wind und Wellen gut zurechtkommen müssen. Leider konnten wir, da am Tag darauf das erste Rennen auf dem Plan stand, nicht an der Eröffnungsfeier teilnehmen. Es war das erste Mal, dass eine olympische Eröffnungsfeier öffentlich und für alle zugänglich war. Sie fand auf

der 9 de Julio, einer grossen Strasse, direkt beim Wahrzeichen von Buenos Aires, dem Obelisken statt. Mit lauter Musik und eindrücklichen Projektionen auf den Obelisken, wurden die dritten olympischen Jugendspiele eröffnet.

Unser Wettkampfmodus sah folgendermassen aus: Begonnen wurde mit einem Rennen von 900 m Länge, wobei in der Mitte eine 180°-Wende vorgesehen war. Gestartet wurde in 30 Sekunden Abständen. Diese Time Trials bestimmten dann eine Rangliste, die zum Einteilen der Heats von Bedeutung war. Kai und ich schnitten recht gut ab. Er mit der zweit-, ich mit der viertschnellsten Zeit. Weiter folgten zwei Heats. Nun erstreckten sich die Rennen über 500 Meter und pro Lauf starteten vier Ruderer. Je nach Platzierung



Tolles Erlebnis für Kai Schätzle (Rang 5), Trainerin Anne-Marie Howald und Jana Nussbäumer

In Erinnerung an Rainer Empacher

Der deutsche Bootsbauer Rainer Empacher ist im Alter von nur 58 Jahren an den Folgen einer schweren Krebserkrankung am 22. Oktober 2018 verstorben. Die Nachricht von seinem Tod hat überrascht, erschreckt und berührt zugleich. Wir würdigen hier einen Mann, der seiner Familie, seinen Freunden, der Bootswerft Empacher und dem internationalen Rudersport fehlen wird. Sein Tod hinterlässt eine schmerzhafte Lücke.

Rainer war auf den Regattaplätzen auf der ganzen Welt zu Hause. Sei es an Junioren-Regatten oder bis hinauf zu den Olympischen Spielen: Immer für einen Schwatz mit Athletinnen und Athleten aufgelegt oder als eloquenter Gastgeber für die Trainierinnen und Trainer unter dem gelben Empacher-Zelt bei einer Tasse Kaffee. Rainer war über drei Jahrzehnte eine Konstante im internationalen Ruderzirkus. Rainer Empacher studierte einst Architektur und war der schönen Formgebung zugetan. Nachdem er zusammen mit seinem Bruder Helmut Ende der 1980er-Jahre den Familienbetrieb Empacher als Geschäftsführer übernahm, liess er diese Erkenntnisse auch in den Bootsbau einfließen. Rainers Kreativität war der Ursprung für einige Innovationen im Bootsbau, die heute auch bei anderen Boots-



marken als Standard gelten. Rainer konnte sich über die Leistungen von Mannschaften aus allen Nationen freuen. Noch mehr als der Jubel bei einer Zieldurchfahrt freute es ihn, wenn er die Erfolge mit den Athletinnen und Athleten nach Abschluss der

Regatta feiern konnte. Es bedeutete ihm viel, die Freude über erreichte Ziele zu teilen und den Moment zu leben. Die Reaktionen vieler aktueller und ehemaliger Spitzentrudrinnen und -ruderer in den sozialen Medien über seinen frühen Tod unterstreichen die Wertschätzung Rainer Empacher gegenüber.

Rainer liebte das Leben, die Geselligkeit, den Rudersport und die Schweiz. Als passionierter Segler verbrachte er seine Freizeit oft in Kreuzlingen, seinem zweiten Wohnsitz, am Bodensee. Und der Rotsee war ihm mitunter eine seiner liebsten Regattastrecken. Sein Bezug zur Schweiz und auch zu SWISS ROWING waren mehr als eine Geschäfts- oder Sponsoringbeziehung. Seine Freude über den Olympiasieg des Schweizer Leichtgewichtsvierers an den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro bleibt unvergessen. SWISS ROWING wird Rainer Empacher in bester Erinnerung behalten. Sein Wirken und sein Engagement werden noch lange spürbar und sichtbar bleiben. In jedem Empacher-Boot steckt irgendwo ein Stück Rainer drin.

In dankbarer Erinnerung.

Christian Stofer

wurden Punkte vergeben. Diese wurden dann zusammengerechnet und die, mit den wenigsten Punkten schieden aus, um dann in im e/f- Halbfinal um die Plätze 16–24 zu fahren. Für die restlichen ging es weiter in den Viertelfinal. Nur ein zweiter Platz genügte, um sich für das Halbfinal zu qualifizieren. Am Abend zuvor hatte es ein heftiges Gewitter gegeben und der Wind hatte nun gedreht und auch stark zugenommen. Die Wellen hatten Ausmasse angenommen, die das Rudern fast unmöglich machten. Noch dazu kam, dass der starke Hagel am Vorabend grosse Schäden an den Booten angerichtet hat. Das Rennen war zum Glück erst am Nachmittag und bis dann hatte sich die Lage wieder ein wenig beruhigt. Für mich reichte es aber leider trotzdem nicht in den Halbfinal. Kai wurde mittlerweile als starker Favorit

gehandelt, aber nach einem verheerenden Krebs im Halbfinal konnte er sich leider nicht für das a-Final qualifizieren. Schlussendlich waren es die Plätze 5 für Kai und 14 für mich. Wirklich zufrieden waren wir beide nicht. In der zweiten Wettkampfwoche der YOG, als unsere Rennen vorüber waren, hatten wir Gelegenheit, uns Wettkämpfe anderer Sportarten anzuschauen. Wir sahen uns zum Beispiel Ringen und Gewichtheben an, was wirklich eindrücklich war. Im Dorf selbst konnte man auch einige Aktivitäten rund um Sport und Athletenwohl unternehmen. Man konnte auch die unterschiedlichsten «Role Models» treffen. Wir waren zum Beispiel bei einem Interview von Felix Sanchez, einem ehemaligen Hürdenläufer und zweifachen Olympiasieger, dabei. Außerdem hatten wir auch Zeit, uns Buenos Aires, das Paris Süd-

amerikas, anzusehen. Wir machten auch eine interessante Stadtführung, um die Stadt noch ein wenig besser kennenzulernen. Was anfangs als nicht enden wollende Zeitspanne schien, war plötzlich so schnell vorbei und wir packten schon wieder unsere Koffer, um die lange Heimreise anzutreten.

Obwohl mein Resultat mich nicht wirklich zufrieden stellt, nehme ich doch einiges an tollen Eindrücken und wichtigen Erfahrungen aus dieser einmaligen Gelegenheit und eindrücklichem Event mit. Ich habe eine wunderschöne Stadt, eine fremde Kultur und viele nette Menschen kennengelernt. Außerdem habe ich viel über mich selbst und über den Sport allgemein gelernt, und bin nun motiviert, weiter hart zu trainieren, um meine Ziele und Träume zu verwirklichen.

Jana Nussbaumer

Zwei Jung-Schiedsrichter geben Auskunft

Damit allerorts an den schweizerischen Regattaplätzen der Rennbetrieb sichergestellt werden kann, bedarf es einer Funktionsgruppe: der Schiedsrichter. In letzter Zeit haben die Akquisitions-Anstrengungen Erfolge gezeigt. Eine schöne Anzahl neuer Unparteiischer hat die nötigen Kurse absolviert und hilft künftig tatkräftig mit, den Ruderbetrieb sicherzustellen. Zwei dieser an Lebens- und Funktionsalter jungen Schiedsrichter geben Auskunft über die ersten Erfahrungen.

Jan Weiss

Schiedsrichter Ruderclub Richterswil

Zu welchem Zeitpunkt in Deiner Ruderkarriere und warum hast Du Dich entschieden, Schiedsrichter zu werden?

Als nach der Lehre das Militär anstand war mir klar, dass es mit dem Leistungssport nicht mehr gleich weiter gehen kann wie zuvor. Jedoch wollte ich den Regattaplatz nicht komplett verlassen, weshalb ich mich entschied, die Schiedsrichterprüfung zu machen. Da mir wegen meines Berufes die zeitlichen Möglichkeiten fehlten, um mich im Club als Trainer zu engagieren, war es eine hervorragende Möglichkeit etwas an den Schweizer Rudersport zurückzugeben, von dem ich während meiner Athletenjahre selber profitieren durfte.

Wie ist das zwischen Deiner Entscheidung und dem Lizenzerteilung geschehen?

Ich habe mich spontan an der Schweizermeisterschaften beim Regattabüro gemeldet und wurde gleich als Kandidat auf ein Schiedsrichterboot mitgenommen. Danach stand meine Entscheidung fest, und ich startete im darauffolgenden Frühjahr mit der Schiedsrichterausbildung. Nach einer Saison intensiver Regelkunde und praktischen Unterrichts auf dem Land und dem Wasser, hatte ich an der Schweizermeisterschaften meine Prüfung. Jedoch war damit das Lernen noch lange nicht vorbei. In Gesprächen



mit anderen Schiedsrichtern, Trainern und Athleten kommen immer wieder neue Situationen auf, über welche ich mir meinen Kopf zerbrechen darf. Auch die clubinterne Regelkunde, mit dem ambitionierten Nachwuchs, sorgt dafür, dass ich nie den Fokus verliere und mich stets weiter verbessern möchte.

Und was macht am meisten Spass in dieser Funktion?

Was am meisten Spass macht, kann ich so nicht definieren. Es ist die Mischung aus allem was im Regattaalltag passiert und was dafür sorgt, dass Rudern so ein unglaubliches Erlebnis ist. Zum einen ist es die Tatsache, dass man den Junioren U15 oder Master-Quereinsteiger helfen kann, sich auf dem Wasser zurecht zu finden und um ihnen die Nervosität zu nehmen. Oder einem knappen Rennen zu folgen und es den Ruderern ermöglicht, ein faires Rennen zu fahren, macht sehr viel Spass.

Aber auch das Zusammenarbeiten über die Sprachgrenzen (deutsch, französisch, italienisch, englisch) hinaus ist sehr interessant.

Diese gestaltet sich zum Teil etwas schwierig, jedoch lernt man dabei neue Leute kennen, und dies ist etwas, was mir sehr viel Freude bereitet.

Aude Müller

Arbitre Rowing Club Lausanne

À quel moment de ta « carrière » et pourquoi as-tu décidé de devenir arbitre ?

J'ai passé ma licence d'arbitre à 20 ans, lorsque j'ai pris conscience que jamais je ne ferai partie des premiers en tant que compétitrice. L'aviron est pour moi le plus beau des sports, mais c'est un sport difficile et exigeant et je n'avais pas envie d'abandonner ce sport juste parce que mes temps sont trop lents. L'arbitrage est une alternative qui me permet de rester dans le monde de la compétition, mais sur un autre bateau.

Comment cela s'est passé entre ta décision et la réussite de ta licence ?

J'ai fait part de devenir arbitre lors d'une séance d'informations au Rowing Club Lausanne donnée par Blaise Neyroud, lui-même arbitre romand. En ancienne compétitrice, les choses ont pu se faire très vite. Blaise est devenu mon mentor et une année et demi après, je passais les examens.

Et maintenant, quelles satisfactions tires-tu de cette fonction ?

Je ne regrette pas du tout d'être devenue arbitre. C'est pour moi un loisir qui m'offre de nombreux avantages. Je peux voyager et découvrir des lacs et des paysages juste sublimes, j'ai le privilège de pouvoir aligner et suivre des courses et il y a toujours le contact avec les rameurs. C'est très diversifié et je reste connectée à l'actualité du monde de l'aviron. Arbitrer m'oblige à pratiquer plusieurs langues et les week-ends de régates sont condensés, mais passer un week-end en Suisse-Allemande, au milieu de bateaux, de rames est une coupure à mon quotidien. La fatigue du dimanche soir est une fatigue agréable.

Interviews: Max Schubiger, Blaise Neyroud, Patrick Sequeira (Schiedsrichterkommission/Commission des arbitres)

34 Teilnehmende im FUTURO-Trainingslager

Für das FUTURO-Trainingslager vom 8.–12. Oktober 2018 im Ruderzentrum Sarnen wurden 34 Ruderinnen und Ruderer der Altersklasse U17 selektiert. Alle Teilnehmenden brachten einen Skiff mit und trainierten unter der Leitung von Simon Niepmann, James Goodwin, Stefan Inglin und Dominik Howald während fünf Tagen auf dem Sarnersee und an Land. Perfekte Ruderbedingungen und warme Temperaturen sorgten für ein rundum gelungenes Junioren-Trainingslager. Das Ruderzentrum Sarnen war für die Unterkunft und Verpflegung der Teilnehmenden zuständig.

Die SWISS ROWING MASTERS mit Präsident Walter Zürcher unterstützen das Trainingslager erneut finanziell und kommen zusammen mit SWISS ROWING für die



Kosten des FUTURO-Trainingslagers auf. Im Namen aller Teilnehmenden danken wir den SWISS ROWING Masters für die grosszügige und freundliche Unterstützung.

Wir hoffen, dass die Jugendlichen in diesen fünf Tagen viel Motivation für das Wintertraining getankt haben.

Christian Stofer, Direktor

Unsere Neuen aus dem eigenen Nachwuchs.



Automne bien rempli pour les rameurs romands

Chaque automne, l'Association Romande d'Aviron ARA fait bien attention à ne pas laisser ses rameurs au chômage. Pour le peuple, il y a les championnats

romands à Divonne. Pour les élus, il y a le match TERA. A quoi viennent s'ajouter la régate Franco-Suisse (organisée par le CA Nyon) et la RöstiCup (organi-

sée par le CA Vevey) et le Tour du Léman à l'Aviron (organisé par la SN Genève). Et tout ça sous le soleil de cet été indien 2018, magique !



Week-end d'entraînement sur le lac de Joux: Le 8+ juniores s'entraîne sur le lac de Joux.

Week-end d'entraînement sur le lac de Joux

Tout commence mi-septembre sur le lac de Joux par un week-end de préparation TERA. Il s'agit d'entraîner les 8+ M17 et M19, filles et garçons. Cette année, les rameurs venaient tous des clubs lémaniques, de Vevey à Vésenaz, en passant par Lausanne, Morges, Nyon et Genève. Après quatre sorties, la sauce a pris, les bateaux avancent bien, on est prêts!

Tour du Léman à l'Aviron

Le samedi 29 septembre, la SN Genève organise la 46^e édition du Tour du Léman à l'Aviron qui s'est exceptionnellement déroulée sur le Rhône en raison des conditions atmosphériques qui rendaient impossible la pratique de l'aviron dans le Petit Lac. La régate qui a été organisée en 48 heures s'est disputée sur quatre boucles de 20 km entre le pont Butin et le pont de Peney. Au terme des 80 kilomètres du parcours alternatif proposé, c'est l'équipe allemande Bonner RV/Wsap Hamburg/RC Hamm/Stuttgart-Cannstatter RC qui l'a emporté en 5 heures, 39 minutes et 52 secondes. (Voir les « Brèves » de la revue SWISS ROWING no. 5/18.)

Championnats romands

Début octobre, tous les clubs, effectifs au



Le Tour du Léman 2018 a été disputé sur le Rhône (à l'arrière-plan: les bâtiments du Parc des Eaux à Onex).

grand complet, se retrouvent sur le lac de Divonne (situé dans la commune de Divonne-les-Bains dans l'Ain en bordure du massif du Jura) pour les Championnats romands. Sorte de championnats suisses miniatures, toutes les catégories sont au programme, avec éliminatoires et finales. Au général, le CA Vevey l'emporte devant le Rowing Club Lausanne et le Lausanne-Sports Aviron.

Régate Franco-Suisse

Le dimanche, tout ce beau monde se retrouve au même endroit pour la régate Franco-Suisse; formule sympa, ludique, idéale pour une fin de saison: on court en bateaux de club, on garde les catégories, mais les équipages sont mixtes hommes/femmes. Gros succès auprès des participants, souvent surpris par les équipages imaginés par leurs entraîneurs...

RöstiCup

Une petite semaine pour souffler, et c'est reparti, direction Schifffen pour la RöstiCup. Deuxième édition de cette course nationale en 8+, deux départs en ligne au barrage et arrivée aux portes de Fribourg, sur un superbe parcours de 6500 m. Mais avant la course, rösti pour tout le monde, préparés

par le chef André Rossier! C'est donc bien nourri que le Grasshopper Club de Zurich confirme sa victoire 2017 et repart avec la Coupe. Mais ils ont dû mouiller le maillot pour rattraper les 8+ féminins partis 2'20" avant les hommes. Le 8+ des filles juniores romandes se préparent pour le TERA terminé deuxième. Et pour savoir comment la RöstiCup s'est terminée tard dans la nuit en ville de Fribourg, désolé, chers lecteurs, mais aucune information n'est parvenue à la rédaction. Mais il semblerait toutefois que la prime attribuée aux vainqueurs ait été intégralement réinjectée dans l'économie locale...

Match TERA

Après toutes ces réjouissances «at home», départ pour l'Italie. Cette année, ce sont en effet nos amis piémontais qui nous ont accueillis sur le lac de Candia pour le TERA 2018. Petit lac au nord de Turin, demi-albano, installations et accès parfaits... tutto bene! Les courses se sont déroulées de façon optimale sur les deux journées du Trophée. Nouveauté 2018: alors que jusqu'à présent, la seule délégation à mettre le paquet dans la mise sur pied de son équipe était la Lombardie, cette année, le Piémont et Rhône-Alpes ont pris l'épreuve très au sérieux et ont aligné leurs meilleures seniors.



Grosse bagarre à 1000 m de l'arrivée à la RöstiCup.



Le team Romandie au grand complet au Match TERA.



Les Championnats romands se sont déroulés dans le cadre idyllique du lac de Divonne.



Régate Franco-Suisse: Un gros succès auprès des participants.

Ce qui a fait que la Romandie s'est fait éjecter du podium qu'elle occupait depuis plu-

sieurs années pour finir à la 4^e place, sur sept délégations présentes.

Réaction romande

programmée pour le TERA 2019 en Lombardie!

Max Pfister et Max Schae



Die Ruderplattform – von Ruderern für Ruderer.

FORUM...

... für Athleten und Breitensportler
... für Coaches, Steuerleute
... für Vereine und Verbände



AUSBILDUNG

Faster-Master-Kurse weltweit
Camps in Europa, USA, Neuseeland
E-Books, DVD's



SHOP...

... für Ruderer und Wassersportler



BLOG

Lust zu schreiben (kleine Artikel mit 300 bis 500 Worten)? Wir bieten Ihnen das Forum



Rowperfect ist die meistgelesene unabhängige Ruder-Webseite der Welt! Nur die FISA-Site verzeichnet mehr Besucher!

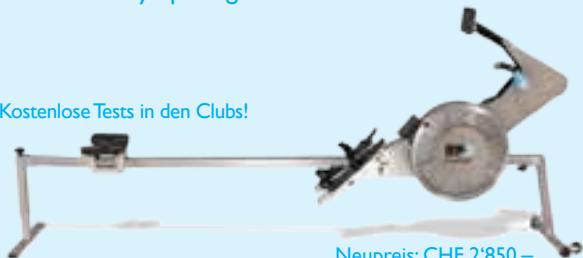
Mehr Infos finden Sie unter: www.rowperfect.online,
www.rowperfect.co.uk.com, email: info@rowperfect.co.uk

RP3 DYNAMIC

DYNAMIC INDOOR ROWER

RP3 Dynamische Ruderergometer werden in Holland hergestellt. Entwickelt werden unsere Produkte mit den Top-5-Teams der Ruderwelt.

Welt- und Olympiasieger trainieren mit unseren Geräten!



Kostenlose Tests in den Clubs!

Neupreis: CHF 2'850.–

Weniger Probleme im Rücken- und Lendenwirbel-Bereich;
Weniger Rudertechnik-Verlust beim Winter-Ergo;
Mehr Simulation des Ruderns auf dem Wasser.

Unsere Angebote für Vereine:

- Mietkauf zu günstigen Konditionen;
- Mehrjahres-Leasing möglich;
- Ankauf von alten Geräten möglich;
- Wir können bei der Ergo-Finanzierung helfen;
- 4 Gebrauchtgeräte verfügbar mit 2 Jahren Garantie.

Kontakt: Mobile 079 474 80 22/
 Mail volker@rowing-in-europe.com/
 Website www.rowing-in-europe.com/shop

Brèves

Sorties baladeurs ARA – Bilan réjouissant

Lancées en mai 2018, les sorties destinées aux baladeurs des 17 clubs romands membres de l'ARA, ont rencontré un vif succès. Elles se sont clôturées le 20 octobre au Forward Rowing Club de Morges dans la bonne humeur et une ambiance chaleureuse malgré une météo un peu capricieuse qui n'a toutefois découragé personne d'effectuer cette dernière sortie officielle!

Un premier bilan positif peut être tiré : sur 16 journées proposées, 14 ont eu lieu et 2 ont été annulées en raison de conditions météo défavorables; on a compté quelque 170 inscrits et aucun accident ou dégât matériel n'est à déplorer. Chaque club a superbement joué le jeu à la grande satisfaction des participants qui ont ainsi pu décou-



Les sorties baladeurs ARA se sont clôturées au FRC Morges.

vrir d'autres plans d'eau et faire de belles rencontres. Cette première édition a également permis de faire le point sur le fonctionnement du système mis en place.

En 2019, les sorties baladeurs ARA seront reconduites et des améliorations apportées notamment concernant les modalités d'inscription et la visibilité des disponibilités de chaque club.

En conclusion, la saison 2018 a connu un beau succès et les sorties proposées ont pleinement répondu à l'attente des baladeurs romands. Si tout s'est bien déroulé, c'est grâce à l'engagement, à la patience et à la disponibilité de chacun et chacune, nous les en remercions très sincèrement car sans leur collaboration un tel succès n'aurait pas été au rendez-vous! *Anne Keiser et Laura Revilliod*

Armada-Cup: Tout est bien qui finit bien pour les Romands

Le 27 octobre a eu lieu la 32^e édition de l'Armada-Cup courue en skiff avec départ en ligne sur le Wohlensee près de Berne. C'était probablement la dernière édition sous sa forme actuelle pour raisons de retraites au sein du comité d'organisation. Par un temps maussade et frais avec un vent de face, plus de 200 athlètes se sont élancés sur le parcours long de 9 km. Des noms prestigieux marquent le classement de la régate 2018 : Valent Sinkovic (Croatie), champion du monde 2018 en M2-, et Mirka Topinkova Knapkova (République Tchèque), vice-championne du monde 2018 en W4x, ont remporté les courses sprint tandis que Koen Metsemakers (Pays-Bas), 5^e aux Championnats du monde 2018 en M4x, et Roos de Jong (Pays-Bas), 5^e aux Championnats du monde 2018 en W2x, ont gagné sur la distance originelle de 9 km. Les rameurs romands se sont bien défendus :

Les deux Lausannois Barnabé Delarze et Augustin Maillerfer se sont respectivement classés 6^e et 13^e de la catégorie hommes



Photo: Alina Mironova

(ce qui correspond aux 8^e et 16^e rang au classement général) tandis que Frédérique Rol (Lausanne-Sports Aviron) a terminé 6^e chez les femmes (45^e au classement général). Eline Rol (SN Genève) a remporté la victoire dans la catégorie WM23 où Sofia Meakin (CA Vésenaz) a occupé la 5^e place (64^e et 112^e au classement général). Exploit remarquable de la part d'Eline qui a réussi d'aligner quatre victoires consécutives (en 2018 et 2017 chez les M23, en 2016 chez les juniores et en 2015 chez les cadettes). Eline résume: «Pour moi, cette régate est vraiment unique parce qu'elle est très

différente de toutes les autres. J'apprécie ce format parce qu'il se passe toujours quelque chose pour occuper mon attention le long des 9 km. Je ne sais pas qu'est ce qui fait que ce format m'a été aussi favorable ces quatre années mais c'était un peu la course incontournable de l'automne qui me lançait pour la suite de l'hiver. Elle va me manquer!»

Chez les hommes M23, Alessandro Pozzo (SN Genève) a ramé à la 9^e place (27^e au classement général).

(Voir les résultats complets sur <https://www.armadacup.ch>). *Max Schaer*

12^e Duel SN Genève-CA Vésenaz

Le dimanche 11 novembre 2018, les rameurs du CA Vésenaz et ceux de la SN Genève se sont rencontrés pour disputer le traditionnel Duel à l'aviron. Cette année, dès lors que les conditions météorologiques étaient bonnes, les courses ont à nouveau pu se disputer sur le Lac, sur le parcours originel de 4 kilomètres séparant les deux clubs.

Chez les féminines, le sort de la course fut rapidement scellé, le CA Vésenaz avec la championne du monde Célia Dupré, la vice-championne d'Europe Sofia Meakin, Chiara Meakin et Pauline Delacroix, se détachant de manière irrésistible du bateau de la SN Genève composé de la championne d'Europe Eline Rol, de la Masters Ulrike Kaiser-Boing et des deux néophytes Réka von Niederhäusern et Estelle Schurink.

La course masculine fut quant à elle très disputée. Après avoir pris un meilleur départ, le CA Vésenaz, Damien Tolland, Florent Grillet Aubert, Paul Giglio, Stéphane Weiss, Daniele Frissone, Nicolas Koudraiev, Karim Loisir et Timothé



Duel SN Genève-CA Vésenaz, un bord-à-bord de plus de 3000 m.

Raymond barrés par Juliette Huehn, mena la course pendant environ 3 kilomètres sans toutefois creuser un écart supérieur à cinq mètres. A l'entame du dernier kilomètre, la SN Genève décida d'élever sa cadence en vue de l'emballage final. Rapidement revenus à hauteur du CA Vésenaz, qui tenta de résister mais en vain, l'équipage de la SN Genève composé de Lucas Menoni, Alessandro Pozzo, Lucas Hars, Laurence

Sandral, Zaki Bouaoudia, Hugo Claus, Hugo Mullen, Thomas Romailler, barrés de mains de maître par Costanza Pambianco, dépassa ses adversaires pour franchir la ligne d'arrivée avec une bonne longueur d'avance sur le CA Vésenaz.

Tous se sont retrouvés à la Pointe-à-la-Bise pour déguster la fondue préparée par le CA Vésenaz. A l'année prochaine pour la revanche!

Max Schaeer

96^e Match Lyon-Genève

La tradition, déjà centenaire, a été respectée en dépit de nombreux aléas, notamment trouver une date commune dans les agendas chargés des deux clubs, aligner des rameurs dans chaque catégorie et les conditions météo. Le 3 novembre le match s'est ainsi disputé sur le Rhône. La première course voit s'affronter les vétérans («Moustachus») genevois (Christophe Campolini, Daniel Wirth, David Michalski, Aubin Soury-Laverne, Laurence Sandral, Reinout Houttuin, Stéphane Trachsler, Christian Baud et Hugo Mullen à la barre face aux 8+ féminins du Cercle et de la SN Genève. Grâce à un bon départ les vétérans prennent rapidement la tête et à mi-parcours disposent d'une confortable avance de plus d'une longueur sur le 8+ des Lyonnaises suivies des Genevoises: Catherine Ador, Pauline Delacroix, Chloé Oederlin, Alexandra Pfeffer, Audrey Jacquéroz, Chiara Meakin, Réka von Niederhäusern, Estelle Schurink, Elsa Rieben à la barre. Les positions ne changeront plus jusqu'à la ligne



Les vétérans genevois s'imposent aisément.

d'arrivée et la SNG s'impose aisément en catégorie vétéran et les Lyonnaises en catégorie féminine.

La course des juniors demeurera, quant à elle, indécise jusqu'à l'emballage final qui permet aux Genevois Lucas Menoni, Alessandro Pozzo, Hugo Claus, Lucas Hars, Julien Heim, Zaki Bouaoudia, Konan Pazzia, Hugo Mullen, Elsa Rieben à la barre de dépasser les Lyonnais et de

remporter la course au terme d'un bel effort.

Tous les protagonistes se sont ensuite retrouvés à la SNG pour partager un moment de convivialité autour d'un bon repas préparé par le chef au cours duquel le 100^e match a été évoqué et remettre les coupes aux vainqueurs qu'ils conserveront pendant une année et qui seront remises en jeu en 2019 à Lyon sur la Saône. Max Schaeer

Rowinteam: una nuova idea di team building di canottaggio

Perché sai di poter essere una parte fondamentale del tutto, perché vuoi vivere bene e sentirti bene, perché avere un obiettivo comune rende responsabili e determinati a raggiungerlo, perché conoscere i tuoi limiti è il primo passo per superarli, perché il lavoro non deve essere solo dovere, perché essere parte di un gruppo dà emozioni che non si raccontano, si vivono. Sono tutte domande a cui Rowinteam vuol dare una risposta. Un progetto nato da due grandi ex del canottaggio italiano: Edoardo Verzotti e Livio La Padula. “Le dinamiche che si creano nello sport sono quelli che affronti quotidianamente nell’ambito lavorativo” è il motto coniato dai due promotori del progetto. Ma per spiegarci in modo più approfondito tale iniziativa abbiamo chiamato in causa Livio che la Canottieri Lugano ha il grande privilegio di averlo quale allenatore, ideale “spalla” di Paola Grizzetti nella conduzione tecnica della società dallo scorso anno.



Alcune fasi del corso di «Rowintra» con la festicciola conclusiva

Livio, come è nata tale iniziativa?

È nata a dicembre del 2017 in un bar. Mentre bevevo il caffè con Edoardo, abbiamo toccato il discorso di poter trasmettere la nostra esperienza acquisita da 20 anni di sport ad alto livello e metterla al servizio delle aziende. Questo perché ci sono dinamiche che si riflettono sia nel mondo dello sport sia nel lavoro. La fiducia in sé stessi e nei membri che compongono un team, un alto grado di comunicazione tra i membri dello stesso uniti dalla voglia di ‘osare’ senza aver paura del giudizio degli altri e del fallimento e il pensare come membro di un gruppo e non da indi-

viduo a sé stante sono punti salienti che, se sviluppati con cura, possono far fare la differenza nel raggiungimento degli obiettivi, anche quelli più grandi.

A chi vi rivolgete?

La Rowinteam rivolge la sua offerta alle imprese di qualsiasi dimensione. Abbiamo avuto eventi con aziende composte da 8 persone ed eventi con aziende che ci hanno portato 42 persone.

La vostra iniziativa è già presente in altre discipline sportive?

La nostra offerta è presente sul mercato con varie discipline sportive come il rugby, il rafting, l’orientamento e tanti altri sport. Quello che mi ha stupito è che ci sono altri ex-canottieri che offrono servizi di team building ma lo fanno usando i Dragon Boat, imbarcazioni che col canottaggio non hanno punti in comune in quanto la remata appartiene al mondo della canoa. far remare persone in imbarcazioni di canottaggio da 8 è dif-

componere di un breve briefing introduttivo dove i partecipanti hanno modo di capire i punti su cui andremo a lavorare e hanno modo attraverso la visione di due filmati per capire cos’è il canottaggio, seguita da attività indoor. Solitamente usiamo la vasca yoga per poi insegnare la tecnica e i movimenti fondamentali del canottaggio. Segue poi il pranzo offerto (su richiesta) da noi per poi passare alla seconda fase che è il cuore della giornata, cioè l’uscita in barca. È proprio durante l’esperienza in barca che i clienti hanno modo di toccare con mano e vedere cosa significa essere un gruppo, sacrificarsi per gli altri e non pensare come individuo a sé ma come membro di una realtà più grande e composta.

Dov’è il raggio d’azione di Rowinteam?

La Rowinteam è una S.a.g.l con sede a Melide, proprio perché la nostra idea è quella di lavorare con la realtà ticinese e il nostro obiettivo è quello di spingerci oltre Gottardo, magari con la collaborazione dei miei ex



ficele, in tanti ci avevano sconsigliato di usare barche da canottaggio ma noi abbiamo voluto riprodurre in tutto e per tutto il nostro mondo, perché è quello in cui crediamo e dove riusciamo a trasmettere tutta la nostra passione e amore per questo sport. Alla fine abbiamo avuto ragione e stiamo riscuotendo un bel successo.

Come è articolato il corso?

Ovviamente la nostra è un’offerta articolata. Preferiamo lavorare sulla giornata intera ma su richiesta del cliente anche sulla mezza giornata. In ogni caso l’esperienza di team building è articolata in due fasi. la prima si

antagonisti in barca, ma amici a terra del 4 senza leggero svizzero!

Quali i benefici di questa attività di gruppo?

I benefici sono molteplici. La nostra è un’esperienza indimenticabile che i praticanti potranno portarsi in azienda durante la routine quotidiana. Ovviamente la nostra offerta si completa con una ‘Valutazione delle competenze emerse’, un questionario che facciamo compilare prima dell’evento al dirigente aziendale per ognuno dei partecipanti per poi compilarlo noi in base a quello che è emerso durante la giornata e confrontarlo insieme al dirigente successivamente all’esper-

rienza di team building. Attraverso questo strumento sono emerse in passato molte cose interessanti che hanno dato modo alla dirigenza di prendere decisioni sui punti dove avevano dei dubbi o delle perplessità.

Chi fosse interessato quali sono i canali per raggiungervi?

Edoardo Verzotti

(5.9.1982, già della Canottieri Milano). Campione del mondo nel 2004 in 4+ e medaglia d'argento l'anno successivo. È laureato in psicologia dello sviluppo; consulente aziendale e commentatore sportivo per Eurosport, oltre che collaboratore storiedisport.it.

Livio La Padula

(20.11.1985. Ha vogato per il C.N. Stabia, successivamente per le Fiamme Oro. Attualmente è allenatore del CCL Lugano per le giovani leve). 4 medaglie d'oro, altrettante d'argento e 3 di bronzo fra 4 senza e o pesi leggeri, oltre a un quarto rango ai GO di Rio nel 4 senza PL). Laurea I livello in Scien-

Chi fosse interessato può trovarci sul nostro sito: www.rowinteam.com sulla nostra pagina aziendale Linkedin@rowinteam o invianoci una mail a info@rowinteam.com. Abbiamo inoltre una pagina Facebook e una Instagram. *Quali i costi a carico dei partecipanti e quanto dura il corso?*

I costi variano a seconda che i partecipanti siano interessati al pranzo, al video della giornata e ai gadget che offriamo. Stiamo tuttavia pensando di offrire anche una consulenza in aula alle aziende che decidono di sposare la nostra offerta.

Americo Bottani



ze politiche e sociali, laurea magistrale in scienze politiche e sociali per le istituzioni e

le organizzazioni internazionali MBA di I livello in diritto e management dello sport.



PRINT
HERTIG
www.hertigprint.ch

**Ihr zuverlässiger Partner
für Drucksachen –
Offset- und Digitaldruck**

Bravi i ticinesi al T.E.R.A. di Candia

Per il settimo anno consecutivo la Lombardia vince il Trophée Européen des Régions d’Aviron (TERA) andato in scena negli scorsi 20 e 21 ottobre sul lago piemontese di Candia con la partecipazione di ben 560 atleti in rappresentanza di sette regioni. Per l’Italia, oltre alla citata Lombardia, Liguria, Piemonte e Toscana, Rhône-Alpes per la Francia, Romandia e Ticino per la Svizzera. Alle categorie U17, U19 ed élite si è aggiunta quest’anno quella degli U15. Abbiamo visto all’opera atleti che quest’anno hanno preso parte ad Europei e Mondiali. È il caso per la Svizzera delle romande Célie Dupré e Emma Kovacs, campionesse mondiali nel 4 di coppia e della luganese Clara Cantoni, due volte sul podio alla Coppa della gioventù di Cork. Si è così potuto assistere ad un insieme di eccellenze territoriali. Un mix che incarna il valore fondante di questo evento remiero che riveste, anno dopo anno, sempre maggiore importanza. Anche per quanto riguarda la nostra delegazione presente con ben 46 atleti, il TERA ha consentito al coordinatore tecnico cantonale, Augusto Zenoni di unire tutte le forze a disposizione per far grande la propria regione d’appartenenza. Si è gareggiato in condizioni ottimali sulla distanza dei classici 1500 metri. Alle spalle della corposa flotta lombarda, troviamo i francesi del Rhône-Alpes e il Piemonte. La Romandia, seconda lo scorso anno, ha dovuto accontentarsi del quarto rango, preceduta dal Piemonte. Il Ticino, pur disputando ottime gare, nulla ha potuto per contrastare il passo delle migliori. «Ormai non è più una novità. Siamo molto bravi nella vogata di coppia, in linea con quanto si può verificare a livello nazionale. Dobbiamo ancora molto lavorare sulla punta. Una lacuna che, con l’aiuto di tutti i miei più diretti collaboratori, intendo colmare al più presto». Sono parole del coordinatore tecnico cantonale, Augusto Zenoni che, comunque, ha voluto elogiare l’impegno profuso da pressoché tutti gli atleti in gara.

Nella giornata d’apertura, la nostra delegazione si è assicurata quattro posti sul podio. Medaglia d’argento per il quattro di coppia U17 femminile formato da Taina Krattiger, Siria Rivera, Mélanie Jaumin e Alice Mossi e



Da sinistra: Sofia Pasotti, Fatimah Fernandez, Chiara Cantoni e Emma Zocchi, medaglia d’oro nel 4 di coppia U19.

per il doppio U17 maschile con Elia Castano e Neel Bianchi. Sul gradino più alto troviamo la Lombardia. Medaglia di bronzo per il 4 di coppia maschile U19 con Matteo Pagnamenta, Giulio Bosco, Andreas Metzdorf e Ivan Sokolov e bronzo pure per l’otto U19 femminile.

In quella conclusiva abbiamo avuto la grossa soddisfazione con due splendide medaglie d’oro ottenute dal quattro di coppia U19 femminile composto da Chiara Cantoni, Fatimah Fernandez, Sofia Pasotti ed Emma Zocchi e per quella del quattro di coppia U17 maschile composto da Elia Castano,

Neel Bianchi, Luis Schulte e Matteo Veronese. Medaglia d’argento per il doppio femminile U17 grazie a Taina Krattiger e Siria Rivera. L’oro è andato alla Lombardia. Completano il quadro positivo le medaglie di bronzo ottenuta dal doppio maschile U19 formato da Giulio Bosco e Matteo Pagnamenta e da quelle dell’otto U19 maschile. Al termine delle gara, la riunione delle delegazioni ha assegnato alla Lombardia l’edizione 2019, che vedrà, vista la positiva innovazione della corrente edizione, le categorie cadetti entrare a far parte organica del Trofeo.

Americo Bottani



Matteo Veronese, Elia Castano, Neel Bianchi e Luis Schulte, medaglia di bronzo nel 4 di coppia U17.

Canottieri Ceresio: una stagione da incorniciare

Rinaldo Gobbi confermato alla presidenza

Una piccola realtà come la Canottieri Ceresio ha saputo ritagliarsi uno spazio tra le «grandi» del movimento remiero nazionale. Lo dimostrano i risultati ottenuti nelle ultime stagioni agonistiche evidenziati in occasione dell'assemblea ordinaria che si è tenuta nel tardo pomeriggio di sabato 24 novembre a Castagnola alla presenza di un buon numero di soci. Nell'anno in rassegna, la società presieduta da Rinaldo Gobbi ha avuto modo di conquistare in occasione dei campionati svizzeri sul Rotsee il 5° posto assoluto (su 76 società) alle spalle del blasonato SC Lucerna, l'8° tra gli U15 e U17. In evidenza, in modo particolare Olivia Negrinotti e Nimue Orlandini, campionesse svizzere nel doppio U19 e componenti del 4 di coppia la prima (medaglia d'argento), del 4 senza la seconda ai campionati europei di



Foto: Süß Grüning Poretti, che, al suo primo anno di competizioni ha vinto la gara di Cham. Un fatto positivo – ha sottolineato il presidente Gobbi – è dato dall'impegno sportivo che non va a scapito dei risultati scolastici ma, al contrario, i valori trasmessi dallo sport servono anche negli altri ambiti della vita.

È proseguita anche nel 2018 la collaborazione con la Scuola media di Pregassona. Confermare i livelli raggiunti e preparare nuove leve sono gli obiettivi prioritari della società per 2019. Gobbi ha tenuto a ringraziare la nuova dirigenza della Federazione ticinese con alla testa il suo presidente Ettore Bonsignore per l'attività di coordinamento fra le cinque società cantonali e per promuovere in modo adeguato il canottaggio cantonale.

Rinaldo Gobbi è stato riconfermato al timone della società così come tutti gli altri membri di comitato. Nuovo Alessandro Brusa.

Americo Bottani

Graveline e mondiali di Racice. Sugli scudi anche Luis Schulte e Matteo Veronese negli U17, Aurelio Comandini (U23), oltre ai master Daina e Romano Schubiger e Marco

Poretti. Dietro questo gruppo favoloso si

muovono ragazzi e ragazze guidati con grande entusiasmo dall'allenatore Romualdas Kurganas. Tra i migliori citeremo Cecilia Negrinotti, finalista al Rotsee e Filippo

Hohe Wellen schlagen!

Wir verlegen, redigieren, gestalten, preprinten und printen nicht nur
«SWISS ROWING»!

Alle Ihre Kommunikations-
lösungen auf den ● gebracht:

- Publikationen
- Geschäftsberichte
- Publireportagen
- Broschüren/Prospekte
- Inserate
- Web

publiprint.

Kommunikation. Verlag. Redaktion. Medioplanung. Prepress.

Rosenstrasse 14, Postfach 94, 2562 Port.
Telefon 032 385 17 91. Fax 032 385 17 92.
info@publiprint.ch. www.publiprint.ch.

1918-2018

100 Jahre Seeclub Horgen

Gründung

Am 6. September 1918 trafen sich die 7 Gründungsmitglieder im Gasthof Löwen und beschlossen den Seeclub Horgen ins Leben zu rufen. Die Farben des früheren Ruderclubs; blau-weiss-blau-weiss wurden beibehalten.

angefragt haben, ob eventuell eine Damen- sektion aufgenommen würde. Es wurde beschlossen den Damen Boote zur Verfü- gung zu stellen. Es dauerte jedoch bis 1939, bis zu Schaffung einer eigenen Mitglieder- kategorie «Damen», wohlgemerkt ohne, dass die Damen ein Stimmrecht gehabt hätten.

clubs am Zürichsee. In den 1980er bestand auch eine enge Freundschaft mit dem Ruderclub Heidelberg. Wanderfahrten auf dem Neckar resp. Zürichsee wurden organisiert. Auch geniessen die Mitglieder immer wieder die herrlichen Wanderfahrten auf verschie- denen Seen in der Schweiz und im nahen



Das Gründungsprotokoll von 1918.

Was heisst hier «früherer» Ruderclub? Im Protokoll der 50. Generalversammlung konnten wir nachlesen, dass in einem Horgener Anzeiger aus dem Jahre 1875 ein junger Ruderclub erwähnt worden sei. Dies würde bedeuten, dass in Horgen bereits seit 143 Jahren aktiv gerudert wird.

An der Gründungsversammlung wurden auch die Mitgliederbeiträge festgelegt. Sie betrugen damals:

- Aktiv-Beitrag SFR 4.- pro Monat
- Passiv-Betrag SFR 10.- pro Jahr

Zu diesem Zeitpunkt durften jedoch nur Männer dem Seeclub Horgen beitreten.

An der Gründungsversammlung konnte bereits ein erstes Boot bestellt werden.

Es handelte sich dabei um einen 4er-Outrigger, allerdings eine Occasion, doch folgte bereits Ende 1918 eine 2er Jole, gekauft bei Stämpfli für SFR 950.-!

Drei Jahre nach der Gründung des Seeclub Horgen, im Jahre 1921, zeigten einige Damen Interesse am Rudersport, und sollen

Unser Sport

Der Ruderbetrieb nahm trotz der gezeichneten Nachkriegsjahre Fahrt auf. Gerudert wurde zu jener Zeit vom «Scheller» in Oberrieden. Auch liest man immer wieder von Teilnahmen an Regatten auf dem Zürichsee, welche von den diversen Clubs organisiert wurden, wobei auch die Feste nicht fehlen durften.

Erste Teilnahme an einer internationalen Regatta, in Zürich am 2./3. Juli 1921, weitere Teilnahmen folgten. 1943 erstmalige Teilnahme an den Schweizermeisterschaften in Luzern. Vor allem in den 1980er Jahren waren einige Ruderer vom Seeclub Horgen sehr erfolgreich. Liest man doch vom Ge- winn von Gold- und Silbermedaillen an den Schweizermeisterschaften oder der Teilnahme an Junioren-Weltmeisterschaften.

Auch von, zur Tradition gewordenen, Aus- fahrten ist immer wieder zu lesen. So die Pfingstausfahrten von Walenstadt nach Hor- gen. Oder Treffen mit den anderen Ruder-



Während der Seegfröni 1963 musste der Ponton vom Eis befreit werden.

Ausland. Auch bei den vom SRV organisierten Wanderfahrten trifft man immer wieder Mitglieder des Seeclubs Horgen. Aus diesen Schilderungen ist ersichtlich, dass sich der Seeclub Horgen seit Anfang 1990 zu einem Breitensportclub gewandelt hat, wobei das Gesellschaftliche auch Platz findet.

Unsere Bootshäuser

Ein erstes Bootshaus konnte Ende der 20er Jahre auf dem Areal der Yachtwerft Faul in Oberrieden bezogen werden. Dieses genügt jedoch schon bald den Anforderungen nicht mehr. Im Anschluss an die GV 1935 wird bei der Gemeinde Horgen angefragt, ob auf dem Areal in der Nähe der Fähre ein Boots- haus gebaut werden könnte. Verschiedene Projekte wurden geprüft und wieder verwor- fen. An der Gemeindeversammlung im November 1950 erhielt der Seeclub Horgen dann die Bewilligung, zum Bau eines Boots- hauses an der Hirsackerstrasse. Im Jahre 1951 konnte das Bootshaus, nach 17 Jahren

unermüdlichen Bestrebens eingeweiht werden. Das Bootshaus in seiner heutigen Form, ein wahres Bijou, konnte anlässlich des 75-Jahr-Jubiläums am 20. November 1993 eingeweiht werden.

Unser Jubiläum

Im September fanden diverse Jubiläumsveranstaltungen statt. Am 5. September durften der aktuelle Vorstand, bei herrlichstem Wetter, ehemalige Präsidenten, Gemeindevertreter, Sponsoren, Nachbarn sowie Erich Pfister vom SRV zu einem Apéro empfangen. Herr Pfister übereicht uns zu unserem Jubi-



Das aktuelle Bootshaus, ein wahres Bijou, wurde 1993 eingeweiht.



Passend zum Jubiläum: Tauf-Festakt des Doppelachters «CENTO».

läum eine riesige SRV-Fahne, das übliche Geschenk zum 100-jährigen Bestehens eines Ruderclubs.

Ein weiteres Geschenk sei hier noch speziell zu erwähnen! Die Mitglieder des Seeclub Horgen beschenkten sich mit einem neuen Doppelachter, indem Sie Sitze oder Ruderpaare kauften, und rechtzeitig zum Jubiläum konnten wir unseren «CENTO» taufen. Abschluss unseres Jubiläumsaktivitäten bildete der Festakt auf der Halbinsel Au, von welchem wir, bei herrlichstem Wetter die Aussicht auf unsere Ruderrevier geniessen konnten.

Ruedi Hitz

Swiss Olympic Science Award: Dritter Rang für Michael Schmid!

Im Rahmen der Magglinger Trainertagung wurde Michael Schmid gemeinsam mit Dr. Claudia Zuber und Prof. Dr. Achim Conzelmann vom Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern ausgezeichnet. Das Forschungsprojekt, eine Weiterentwicklung seiner Masterarbeit, hieß: «Was sagt das leistungsmotivierte Verhalten über zukünftige Leistungen im Nachwuchsrudersport aus?» Gratulation an unseren WM-Zweiten und Europameister im Leichtgewichtsskiff! (Es sei auf die zusammenfassende, die Masterarbeit von Michael Schmid betreffende Berichterstattung in «SWISS ROWING» 2/18 verwiesen.)

SWISS ROWING



Foto: zug

Stefan Inglin ist neuer Ausbildungsverantwortlicher von SWISS ROWING

Stefan Inglin (34) wurde von SWISS ROWING als neuer Ausbildungsverantwortlicher angestellt. Er wird damit in dieser Funktion Nachfolger von Edouard Blanc, der seit 2016 zunächst als J+S-Fachleiter und danach als Ausbildungsverantwortlicher amtete.

Stefan Inglin (34) wurde von SWISS ROWING als neuer Ausbildungsverantwortlicher angestellt. Stefan Inglin ist in der Rudersportszene fest verwurzelt. Als ausgebildeter Diplomtrainer Spitzensport Swiss Olympic bringt er nebst seinem Master-Ab-



schluss der Universität Zürich die Voraussetzungen mit, um die konzeptionellen, planerischen und administrativen Arbeiten als Ausbildungsverantwortlicher auszuführen. Stefan Inglin wird Nachfolger von Edouard Blanc, welcher sich seit 2016 als J+S Fachleiter Rudern und später als Ausbildungsverantwortlicher mit der Leiter- und Trainerausbildung von SWISS ROWING beschäftigt hat. Edouard Blanc konzentriert sich fortan volumnäßig auf seine Aufgaben als Headcoach Elite von SWISS ROWING. Er wird jedoch Stefan Inglin in den kommenden Wochen für die Einführung in die neuen Aufgaben weiter zur Verfügung stehen.



Fachgerecht im Haus

Unternehmungsleitung
Stefan Wildhaber
eidg. dipl. Haustechnik-Inst.
Gallus Wildhaber Stv.

Top Team Sanitär
Thurgau-Zürich
8570 Weinfelden

Telefon 071 626 40 50
Mobil 079 300 57 41
info@topsan.ch

Top Team
Installations GmbH **SANITAER**

SWISS ROWING dankt Edouard Blanc sehr herzlich für sein Engagement und die vielen Inputs und durchgeführten Veränderungen zur Stärkung der Ausbildung im Rudersport.

Stefan Inglin kam als Junior 1996 beim See-Club Zug mit dem Rudersport in Kontakt und regattierte wettkampfmässig über viele Jahre. Höhepunkt seiner Karriere als Wettkampfruderer war nebst dem Gewinn von Schweizermeister-Titeln auch die Teilnahme an der Junioren-WM 2001. Nach seiner Aktivzeit liess er sich zum J+S-Leiter Rudern aus- und weiterbilden. Er absolvierte danach erfolgreich die Berufs- und Diplomtrainerausbildung von Swiss Olympic und dem Bundesamt für Sport. Sein Wissen brachte er seither im Rahmen von Trainermanntagen beim See-Club Zug, dem Seeclub Zürich sowie der United School of Sports Zürich und als Projekttrainer von Nachwuchsmannschaften der Junioren-Nationalmannschaft aktiv ein. Die Aufgaben des Ausbildungsverantwortlichen umfassen die Planung, Durchführung, Auswertung und Evaluation von Aus- und

Weiterbildungskursen im Rahmen der Ausbildungskonzeption von SWISS ROWING in der Deutschschweiz, der Romandie und im Tessin. Der Ausbildungsverantwortliche zeichnet zudem auch für das Ausbildungskonzept von SWISS ROWING verantwortlich. Weiter führt er das Netzwerk der J+S-Experten Rudern. Er kann selber als Referent in Ausbildungsmodulen spezifische Sequenzen übernehmen oder neue Lehr- und Lernunterlagen erstellen. Er amtet zudem als Bindeglied zwischen dem Leistungssport und dem Ausbildungssektor. So lässt er insbesondere Erkenntnisse aus dem Nachwuchsleistungssport, dem Spitzensport oder den internationalen Anforderungen in die Ausbildungsmodule einfließen. Weiter ist der Ausbildungsverantwortliche die Verbindungs-person zur Abteilung Jugend + Sport des Bundes in Magglingen und erste Ansprechperson in allen Fragen rund um J+S. SWISS ROWING begrüßt Stefan Inglin per sofort im Team als neuen Ausbildungsverantwortlichen und wünscht ihm in der neuen Funktion alles Gute. SWISS ROWING

Impressum

Herausgeber

Schweizerischer Ruderverband,
www.swissrowing.ch

Redaktion

Jürg Trittbach, SRV-Geschäftsstelle
Brünigstrasse 182a, 6060 Sarnen
Tel. 041 660 95 24, Mobile 079 635 23 31
rac@swissrowing.ch

Gestaltung, PrePress, Inserateverwaltung

Publiprint AG
Rosenstrasse 14, 2562 Port/Biel,
Tel. 032 385 17 91, info@publiprint.ch

Druck und Versand

Hertig + Co. AG
Werkstrasse 34, 3250 Lyss

Abonnemente und Adressänderungen

SRV-Geschäftsstelle
Brünigstrasse 182a, 6060 Sarnen
Tel. 041 660 95 24, info@swissrowing.ch

Redaktionsschluss Nr. 1/19

5. Februar 2019

concept 2.

BikeErg, das jüngste Mitglied unserer Concept2 Familie.

BikeErg, le plus jeune membre de notre famille Concept2.

NEW!

BikeErg

concept2.ch +41 44 711 10 10

Jérémie Azou: Une médaille à la faim!

S'écouter et se connaître pour contrôler et gérer son poids : les conseils pour tous les rameuses et rameurs légers d'un champion hors norme.

Jérémie Azou est un athlète hors du commun. Surnommé «Superman», il a tout gagné en aviron pendant dix ans : or olympique, championnats du monde, d'Europe et de France. Parallèlement à sa brillante carrière sportive, Jérémie a toujours exercé son métier de kinésithérapeute/ostéopathe. Cette double expérience donne à son témoignage et à ses conseils une originalité et une force particulières. Fort de son voyage au bout de lui-même et de son expérience professionnelle, Jérémie nous révèle les obstacles qu'il a rencontrés et ses secrets pour les surmonter.

Disponible seulement en version française à Synchronique Éditions, Diffusion Suisse, Transat Diffusion SA, CP 3625, 1211 Genève 3, Americo Mattia (079 353 83 60 / amattia@transatdiffusion.ch). ISBN 978-2-917-738-46-7.



In sich hineinhören und sich selbst kennenlernen, um sein Gewicht zu kontrollieren und zu managen: Die Ratschläge für alle Leichtgewichts-ruderer/-innen von einem aussergewöhnlichen Champion.

Jérémie Azou ist ein herausragender Athlet. Mit dem Spitznamen «Superman» versehen, gewann er zehn Jahre lang alles im Rudersport: Olympiagold, Welt-, Europa- und französische Meisterschaften. Neben seiner brillanten sportlichen Karriere hat Jérémie immer als Physiotherapeut/Osteopath gearbeitet. Diese doppelte Erfahrung gibt seinem Zeugnis und seinem Rat eine besondere Originalität und Stärke. Am Ende seiner sportlichen Karriere zeigt Jérémie die Hindernisse, auf die er gestossen ist, und seine Geheimnisse, um sie zu überwinden.

Erhältlich nur in französischer Fassung bei Synchronique Éditions, Diffusion Suisse, Transat Diffusion SA, CP 3625, 1211 Genève 3, Americo Mattia (079 353 83 60 / amattia@transatdiffusion.ch). ISBN 978-2-917-738-46-7.

Frohe Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr!

2019

Der Vorstand des SRV sowie das Geschäftsstellen-Team in Sarnen wünschen allen RuderInnen eine frohe Weihnachtszeit und einen guten Jahreswechsel.

Wir wünschen Ihnen für das neue Jahr alles Gute und viel Freude beim Rudern.

Wir freuen uns auf ein gutes Ruderjahr 2019.

SRV-Terminkalender 2019 / calendrier FSSA 2019 / calendaria FSSC 2019

Januar 2019

12./13. Januar	SRV-Ausbildungskurs Vorstandsmitglieder	Sarnen
26. Januar	Swiss Rowing Indoors	Zug
27. Januar	2. SRV-Langstreckentest	Mulhouse (F)

Februar 2019

24. Februar	TI-Indoor - Campionato Ticinese di remoergometro	Tenero
-------------	--	--------

März 2019

07.-11. März	SRV-Trials (Elite)	Corgeno (I)
10. März	Championnats Romands d'ergomètre	Vevey
23. März	3. SRV-Langstreckentest	Mulhouse (F)
24. März	Achterrennen	Thalwil

April 2019

06. April	Critérium Lausannois	Lausanne
11.-15. April	SRV-Trials (U23/U19)	Corgeno (I)
12.-14. April	Memorial Paolo d'Aloja (Int. Regatta)	Piediluco (I)
27./28. April	Nationale Regatta (Saisoneröffnungsregatta)	Lauerzersee

Mai 2019

03.-05. Mai	Internationale Junioren-Regatta	München (D)
10.-12. Mai	World Rowing Cup Regatta I	Plovdiv (BUL)
10.-12. Mai	Internationale Wedau-Regatta	Duisburg (D)
11./12. Mai	Nationale Regatta	Schlieren
17.-19. Mai	Junioren-Europameisterschaften	Essen (D)
18./19. Mai	Swiss Rowing Masters Camp	Sarnen
25./26. Mai	Nationale Regatta	Cham
31. Mai-02. Juni	Europameisterschaften	Luzern/Rotsee

Juni 2019

07. Juni	SRV Ergometertest (Coupe de la Jeunesse)	Luzern/Rotsee
08./09. Juni	Nationale Regatta	Sarnen
14.-16. Juni	64. Internationale Ruderregatta	Bled (SLO)
15./16. Juni	SRV-Selektionstage (U23/Coupe-Selektion)	Luzern/Rotsee
16. Juni	Regionale Regatta	Schiffen
21.-23. Juni	World Rowing Cup Regatta II	Poznan (POL)
22./23. Juni	Nationale Regatta	Greifensee
22./23. Juni	SRV-Wanderfahrt (SNEB Bienne/SN Neuchâtel)	Bieler-/Neuenburgersee

Juli 2019

03.-07. Juli	Henley Royal Regatta	Henley (GB)
05.-08. Juli	Schweizermeisterschaften	Luzern/Rotsee
12.-14. Juli	World Rowing Cup III	Rotterdam (NED)
24.-28. Juli	U23-Weltmeisterschaften	Sarasota-Bradenton, FL (USA)
27.-29. Juli	Coupe de la Jeunesse	Cork (IRL)

August 2019

02.-04. August	Coupe de la Jeunesse	Corgeno (I)
07.-11. August	Junioren-Weltmeisterschaften	Tokio (JPN)
17./18. August	Grundkurs Instruktor Rudern (französisch)	Schiffenensee
25. August-01. September	Weltmeisterschaften	Linz-Ottensheim (AUT)

September 2019

07. September	20. Kreuzlinger Ruderfest - Langstreckenfahrt	Kreuzlingen
07./08. September	U23-Europameisterschaften	Ioannina (GRE)
07./08. September	Raiffeisen Rowing Trophy / Ruderregatta	Schwarzsee
07./08. September	Ruderregatta	Uster
14. September	BILAC	Neuchâtel-Biel (Solothurn-Büren a.A. retour)
21.-22. September	SRV-Wanderfahrt (SC Horgen)	Zürichsee
21. September	Achterrennen (Grosser Preis vom Sempachersee)	Sursee
22. September	Regatta Sursee (Kurzstrecke)	Sursee
28. September	vbl Reuss sprint	Luzern
28. September	Tour du Léman	Genève

Oktober 2019

05./06. Oktober	Championnats Romands / Régate de Nyon	Lac de Divonne
06. Oktober	Achterrennen	Lugano
12. Oktober	RöstiCup (Achterrennen)	Schiffenensee
26. Oktober	Armadacup (neues Format)	Bern/Wohlensee

November 2019

02. November	32. Achterrennen	Solothurn
16. November	10. BaselHead (Achterrennen)	Basel
20. November	SRV-Ergometertest	Zürich, Lausanne, Luzern, Lugano, Basel
23. November	1. SRV-Langstreckentest	Mulhouse (F)

Dezember 2019

07. Dezember	langstrecke.ch	Ellikon-Eglisau
--------------	----------------	-----------------



CROKER OARS



Feel the difference – *Think pink*

NEU: Arrows, dünner, leichter und mit dem neuen Ruderblatt für den sauberen Einsatz.

Wir bieten Ihnen nicht nur den Vertrieb der Croker Produkte an, sondern beraten Sie auch gerne über das richtige Ruder für Sie. Auf Wunsch bauen wir das Ruder nach Ihren gewünschten Massen zusammen und bieten zahlreiche weitere Dienstleistungen.

Lassen Sie bei uns Ihre Manschetten und Klemmringe auf Abnutzung und Winkel kontrollieren und gegebenenfalls wechseln, um weiterhin sicher zu Rudern.

Croker Ruder – auf Ihre Bedürfnisse gebaut.

Interessiert? Kommen Sie zu uns und lassen Sie sich beraten.

STÄMPFLI
RACING BOATS

STÄMPFLI Racing Boats AG • Seestrasse 497 • 8038 Zürich • +41 44 482 99 44
www.staempfli-boats.ch • kontakt@staempfli-boats.ch

Gemeinsam
zu Höchstleistungen



Mit technischen Höchstleistungen und exzellentem Service
bieten wir unseren Kunden und Partnern Lösungen
für eine sichere Stromzuführung und einfache Bedienung.

 **SCHURTER**
ELECTRONIC COMPONENTS