

T21-1

de Trottekurier



Agenda

Frühjahr 2021 - Herbst 2021

Mai	08/09	Sa/So	<i>Regatta Schmerikon (ROZ)</i>	Schmerikon	◆
	22/23	Sa/So	<i>Regatta Cham</i>	Cham	◆
Juni	12/13	Sa/So	<i>Regatta Maur (ZRV)</i>	Maur	◆
	20	So	Linthkanalfahrt	Weesen	◇
	26/27	Sa/So	<i>Schweizer Meisterschaft</i>	Rotsee	◆
Juli	07	Mi	Grillabend	Trotte	◇
	08/11	Do/So	<i>U23 WM Radice CZE</i>	Radice	◇
August	06/08	Fr/So	<i>Coupe de la Jeunesse</i>	Linz	◇
	11/15	Mi/So	<i>Junioren WM Plovid Bulgarien</i>	Plovid	◇
	30	Mo	Chilbi	Küsnacht	◇
September	03/05	Fr/So	<i>Drei-Städte-Wettkampf</i>	Berlin	◇
	04/05	Sa/So	<i>Regatta Uster</i>	Uster	◆
	11/12	Sa/So	<i>Raiffeisen Trophy Ruderregatta</i>	Schwarzsee	◇
	18	Sa	<i>Bilac</i>	Biel	◆
	25	Sa	<i>Grosser Preis vom Sempachersee 8+</i>	Sursee	◆
	26	So	<i>Ruderregatta Sursee (Kurzstrecke)</i>	Sursee	◇
Oktober	02	Sa	Achterrennen Lugano	Lugano	◇
	09	Sa	<i>Rösticup 8+</i>	Schiffenensee	◆
	24	So	<i>Wohlensee</i>	Wohlensee	◇
	27	Mi	Beginn Hallentraining	18/20 TH Rigistrasse	◆
	30	Sa	Abrudern	Trotte	◆
November	07	Sa	<i>Uni-Poly 8+ Kurzstrecke</i>	Zürich	◇
	14	Sa	<i>Mirabaud Basel Head</i>	Basel	◇
	20	Sa	Reparatur- und Putztag	Trotte	◆
	22	Mo	1. SRV Langstreckentest	Mühlhausen	◆
Dezember	11	Sa	<i>langstrecke.ch</i>	Ellikon-Eglisau	◇
März	04	Fr	Vereinsversammlung	Heslihalle	◆

◇ Siehe Anschlag, Kalender 2020/2021 ◆ Einladung folgt

Rudertermine: Siehe Anschlag Trotte und Trottenmail

T21-1



VERSA

Verein zur Verhinderung sexueller Ausbeutung von Kindern im Sport

SWISSLOS
Sportfonds Kanton Zürich

Titel:

Vorstand

Resultate

Fitnesssport

Regatten

Gflüschter

Inhalt:

Editorial 2

Aus den Vorstandsgesprächen 3

Neues Vorstandsmitglied 7

Bootskilometer 9

Kilometerliste 10

Rainer Grafik Kilometer 11

Mitglieder des SRV 12

Anrudern 13

Oberseefahrt 19

Swiss Rowing Indoors 21

Trainingslager 27

EM und Kader 28

Rudern und Studium 29

Ein flüsterndes Durcheinander 31

Unserer Inserenten 33

MITTEILUNGEN DES SEECLUBS KÜSNACHT AUFLAGE: 360 JUNI 2021 T21-1

Redaktion: Katrin Gügler, André Kündig, Lorena Mombelli, Natascha Rufener, Martina Sintzel, Brigitte Stucki.

Redaktionsschluss: Nächste Ausgabe T21-2

20. Oktober 2021

Beiträge an: Lorena Mombelli; lamombelli@gmail.com

Tel. 078 866 87 23

Brigitte Stucki; brigitte.stucki@goldnet.ch

Tel. 044 910 05 95

Fotos an: André Kündig; info@akuendig.ch

Tel. 044 392 01 72

Adresse: Zehntentrotte Theodor-Brunner-Weg 4 Postfach 8700 Küsnacht

Website: www.seeclubkuesnacht.ch

Tel. 044 910 64 54

Präsidentin: Martina Sintzel; martina.sintzel@bluewin.ch

Tel. 044 910 93 36

Inserate: Natascha Rufener; natascha.rufener@sunrise.ch

Tel. 079 691 48 77

Druck: ADAG Universitätsstrasse 25 8006 Zürich

Tel. 044 261 35 54

Konto Seeclub: Credit Suisse 8700 Küsnacht IBAN CH98 0483 5010 1895 5000 1



Editorial

Die Pandemie zehrt an den Kräften. Seit mehr als fünfzehn Monaten hält sie die Welt im Bann, mehr als drei Millionen Menschenleben hat das Coronavirus bis dato gefordert. Die Bilder, zunächst aus Wuhan, dann aus Bergamo, Madrid und New York, aus Brasilien und gegenwärtig aus Indien haben sich ins Gedächtnis gebrannt. Weltweit bewegen sich die täglich gemeldeten Ansteckungs- und Todesfälle derzeit fast auf Rekordniveau. In den Industrieländern kommen nun zwar die Impfprogramme voran und die Wirtschaft öffnet sich, doch die Pandemie ist alles andere als vorbei.

Wie überall und für alle Lebensbereiche hat sich die Pandemie auch im Rudersport bemerkbar gemacht. Zwar können wir dank einem griffigen Schutzkonzept weiterhin rudern, doch der Regattasport ist massiv eingeschränkt.

Anfangs Jahr sollten die Swiss Rowing Indoors stattfinden. Aufgrund des Coronavirus konnte dieser Anlass nur virtuell stattfinden. Alessandro Lanfranchi beschreibt in seinem Artikel für diesen Trottenkurier anschaulich, wie dies umgesetzt wurde. Die Regatten an verschiedenen Orten in der Schweiz waren in Vorbereitung. Doch schon bald meldete sich Dorothee Rosenberger, die Chefin der Regatta Sarnen, dass sie nicht in der Lage seien, die Coronabedingungen auf ihrem Areal einzuhalten. Der ROZ, Ruderverband Oberer Zürichsee, traf sich und entschied definitiv, die Regatta durchzuführen. Wir setzten alles daran, die Auflagen zu erfüllen. Die Seeanlage erlaubte uns Abschränkungen zu erstellen, die eine Grenze zu den Seebesuchern schufen. Dann meldete sich auch Oliver Balsiger von der Regatta Lauerz. Auch für sie sei es nicht möglich die Anforderungen im Zusammenhang mit COVID 19 zu erfüllen. Damit wurde die Eröffnungsregatta auf uns, den ROZ, geschoben. Der SRV unterstützte uns darin, die Regatta konform durchzuführen. Wir mussten das Regatta-Programm anpassen und nur die Junioren durften verschiedene Bootklassen fahren. Alle älteren Teilnehmenden – U23 und älter – durften nur im Skiff an den Start.

Die Wetterverhältnisse waren ziemlich speziell: Am Samstag viel Sonnenschein und wenig Wind, hingegen war für den Sonntag ein Föhn angesagt. Tatsächlich blies der schon in der Früh, was uns Sorgen bereitete. Die Starts, die von 2000 Metern auf 500 Meter verkürzt worden waren, konnten nicht seriös durchgeführt werden, da die Regattierenden immer im Wind standen und sich daher nicht richtig in die Fahrbahn aufstellen konnten. Uns machte diese Unregelmässigkeit besorgt und um zehn Uhr, nach einer Stunde Warten, sagten wir die Regatta ab. Die Wetterausichten wurden immer schlechter und reguläre Wettkämpfe nicht zu realisieren. Zusätzlich hatten wir noch einigen Schnee in den Bergen, was zu erheblichen Winden führte.

Es war ein enttäuschender Start in die Regattasaison und wir können nur hoffen, dass es im Laufe dieses Jahres weiterhin deutlich in Richtung Normalität geht und der Alltag in den Regattasport wie auch in alle anderen Lebensbereiche zurückkehrt.

André Kündig





Vorstand SEECLUBKÜSNACHT

Aus den Vorstandsgesprächen und dem Mitgliederaustausch

Noch immer kommt die Pandemie unserem Alltag in die Quere und Einiges ist recht anders als zu 'normalen' Zeiten. Wenn ich jedoch von Freunden und Kollegen, die im Ausland zu Hause sind, erfahre, welche Einschränkungen sie zu befolgen haben, bin ich sehr dankbar, was bei uns alles möglich ist. Gerade was den Breitensport betrifft.

Uns ist erlaubt in allen Bootskategorien zu rudern, die Ü20 zwar mit Maske im Mannschaftsboot, aber das ist aushaltbar. Anrudern, Anfängerkurse und Rudertour dürfen oder dürfen stattfinden. Die Juniorinnen und Junioren trainieren weitgehend im gewohnten Rahmen; einzig die Trainingslager fanden stets von Küssnacht aus statt, anstatt wie sonst als Langlauflager in Pontresina oder als Frühlinglager ennet der Grenze in Breisach. Gerade für Breisach hatten wir mehrere Alternativen geprüft, zu unsicher war jedoch die Lage, und damit die Möglichkeit, dass wir mit einer so stattlichen Gruppe bei einem anderen Ruderclub trainieren durften. Hinzu kam, dass das Übernachten in Mehrbettzimmern zu heikel bleibt. Soweit ich es mitbekommen habe, sind diese Intensivwochen bei den Jugendlichen trotzdem gut angekommen und sie konnten sich dabei zielgerichtet auf die kommende Saison vorbereiten, Joachim und Raffael sei Dank.

Inzwischen hat sogar die Regattasaison gestartet. Das Organisationskomitee der Regatta Schmerikon hatte es geschafft, die kantonalen und kommunalen Behörden zu überzeugen, dass ein solcher Grossanlass mit Schutzkonzepten coronakonform stattfinden konnte. Jugendliche und junge Erwachsene (U21 und jünger) massen sich in allen Bootskategorien, die Masters im Skiff. Hätte am Sonntag nicht der Föhn so heftig geblasen, dass die Rennen schon früh abgebrochen werden mussten, wäre alles perfekt gewesen. So war nun insbesondere der Samstag ein sehr intensiver Rudertag. Ich stand am Samstagnachmittag als HelferIn am Ponton im Einsatz, es ging zu und her wie im Bienenhaus, Boote rein und raus im Minutentakt und die Schlange von Booten, die ein- und auswassern wollten, war endlos. Wir bedanken uns bei den vielen Helferinnen und Helfern vom Seeclub Küssnacht für ihre tatkräftigen Einsätze zugunsten dieser Regatta.

Zeitungsleserinnen und -lesern unter euch sind allenfalls die vermehrten Berichte über Küssnächter Kaderathletinnen und -athleten aufgefallen. Insbesondere Andrin Gulich und Ella von der Schulenburg standen im Fokus. Andrin hat – gemäss unserer Ein-



schätzung – weiterhin gute Chancen, in der Schweizer Delegation für die Olympischen Spiele mit dabei zu sein, und zwar im Vierer ohne. Drücken wir ihm die Daumen, dass es klappen wird, dass die Olympischen Spiele in Tokio tatsächlich stattfinden und sein Team zum gegebenen Zeitpunkt die Leistung abrufen kann. Bezüglich Ella erreichte uns soeben die Information, dass ihr Team, der Frauenvierer, von der finalen Olympia-Qualifikationsregatta leider zurückgezogen werden musste, weil eine ihrer Teamkolleginnen positiv auf Corona getestet wurde.* Das tut weh! Wir alle kennen Ella und denken, dass sie und ihre Teamkolleginnen nach abgeschlossener Quarantäne sich mit vollem Elan an die Arbeit für ihr nächstes Projekt machen werden. Wir wünschen viel Zuversicht und Erfolg. Ebenfalls Motivation und Erfolg wünschen wir Alexia Fayd'Herbe und Alexa von der Schulenburg; es gibt viele gute junge Athletinnen in der Kategorie U19, sodass das Qualifikationsprozedere für die internationalen U19 Wettkämpfe noch nicht abgeschlossen und alle potenziellen Athletinnen quasi auf eine Ehrenrunde geschickt wurden. Wir wünschen beiden, dass sie ihre gesetzten Ziele erreichen und die Qualifikationen schaffen.

Rudern und danach Adios' war seit längerem das Motto für den Breitensport. Dank den kürzlich beschlossenen Öffnungsschritten dürfen wir neben dem Rudern wieder vermehrt den sozialen Austausch untereinander pflegen. Die Trotten-Ausräumete 2021 und somit das grosse Trottenfest 2021 unter dem Motto 'die Trotte tanzt' sind leider abgesagt, zu gross waren die Planungsunsicherheiten. Freuen wir uns schon jetzt auf die kleineren Seeclubanlässe, die zuerst möglich sein werden.

Ein besonderes Kränzchen möchte ich denjenigen winden, die uns stets tatkräftig zur Seite stehen. Das Clubleben steht und fällt mit den guten Geistern im Hintergrund, die sich immer wieder Zeit nehmen, einen Beitrag für die Clubgemeinschaft zu leisten, und zwar für einen Einsatz, der über das Rudern mit den Ruderkollegen hinausgeht. Erwähnenswert an dieser Stelle sind die Betreuerinnen und Betreuer vom Schnupper- und Anfängerkurs. Es war eine sehr kleine Gruppe, die den diesjährigen Kurs gestemmt hat, ich hätte mir gewünscht, die Aufgabe auf zusätzlichen Schultern verteilen zu können (die Nachbetreuung ist noch im Gange). Versuchen wir, uns an unseren eigenen Rudereinstieg zu erinnern. Als blutige Anfänger waren wir alle sehr dankbar, wenn wir mit erfahrenen Ruderern ins Boot durften. Erlaubt bitte den Frischlingen diese Erfahrung zu machen, sie werden es euch stets danken. Kommt hinzu, dass Neumitgliederimpulse dem Club guttun.

Ich wünsche allen viele schöne Ruderausfahrten und Zufriedenheit. Blibed gsund und hebet Sorg!

Für den Vorstand
Martina Sintzel, Präsidentin



*Nachtrag vom 23. Mai 2021: Der Frauendoppelvierer (W4x) mit Pascale Walker, Lisa Lötscher, Ella von der Schulenburg und Salome Ulrich wurden für die Weltcup-Regatta in Luzern nachgemeldet. Die vier Frauen packten ihre Chance und belegten den fünften Weltcup-Rang. Der Vierer ohne Steuermann (M4-) mit Andrin Gulich, Joel Schürch, Paul Jacquot, Markus Kessler wurden zweite im B-Final und erzielten somit den 8. Weltcup-Rang. Wir gratulieren den beiden ganz herzlich und drücken die Daumen für ihre nächsten Rennen.



Frauen Doppelvierer mit Pascale Walker, Lisa Lötscher, Ella von der Schulenburg, Salome Ulrich
Foto: Detlev Seyb / SWISS ROWING



Andrin Gulich für die Olympischen Spiele selektioniert

Der Küssnacher Ruderer wurde von Swiss Olympic für die Olympischen Spiele in Tokyo selektioniert. Andrin Gulich wird zusammen mit Joel Schürch, Paul Jacquot, und Markus Kessler im Vierer ohne Steuermann rudern. Wir gratulieren Andrin ganz herzlich und wünschen ihm und seinen Kollegen viel Erfolg bei den Vorbereitungen und insbesondere an den Wettkämpfen, die ab dem 23. Juli stattfinden werden.



Männer Vierer ohne mit Andrin Gulich, Joel Schürch, Paul Jacquot, Markus Kessler.
Foto: Detlev Seyb / SWISS ROWING



Neu im Vorstand: Lorena Mombelli – Kommunikation

Dass ich viel und gerne spreche, schrieb schon mein Primarlehrer in seinem ersten Bericht. Dass diese Feststellung und mein Hang zur Kommunikation bis heute gelten und auch meinen beruflichen Werdegang geprägt haben, wissen alle, die mich schon kennen.

Nun, ein Schritt zurück: Ich bin halb Tessinerin, halb Bündnerin und im schönen italienischsprachigen Misox aufgewachsen. In diesem Verbindungstal auf der Strecke zwischen Chur und Italien kann man nicht rudern, so ging ich nach der Sek nach Chur in die Kantonsschule. In der Bündner Hauptstadt kann man aber auch nicht aufs Wasser. Danach zog ich nach Genf an die Uni, und da hätte ich neben Studium und Arbeit schlicht und einfach keine Zeit dafür gehabt. Schliesslich fand ich in Küsnacht mein rudersportliches Glück – und zwar dank einer guten Freundin und unserem älteren Sohn Andrea. Er war schon in den Club eingetreten und trainierte fleissig bei Joachim, während ich mich mit den interessanten Regeln und den neuen, mir unbekanntem Begriffen des Rudersportes auseinandersetzte. Ich bin schon immer polysportiv gewesen, aber ein Mädchen aus den Bergen hat Respekt vor dem Wasser und zieht eher den soliden Zustand vor, am liebsten den Hang hinunter...

Da Andrea bis vor kurzem bei Joachim war, hatte ich Zeit, den Einblick ins Clubleben zu vertiefen, was mich schliesslich animierte, selber – und zwar wortwörtlich – die Ruder in die Hand zu nehmen. 2017 war mein Einstiegsjahr als blutige Anfängerin und die Bilac meine schönste Erinnerung daran.

Als ich gefragt wurde, ob ich mich für die Kommunikation im Club einsetzen möchte, waren meine Gefühle ambivalent. Nach kurzer Überlegung habe ich mich aber ins Zeug gelegt und mit den Anderen angepackt, wo es nötig war. Meine Haupttätigkeit besteht im Moment darin, unsere Website auf dem aktuellen Stand zu halten, damit möglichst viele Clubmitglieder und Interessierte davon profitieren. Es ist für mich ein Herantasten an die Technologie in einem „Trial and Error Prozess“, den ich zu optimieren versuche. Instagram war auch eine Entdeckung, die ich nun nutze, um vor allem die jungen Leute an uns zu binden. Kurz vor Redaktionsschluss lernte ich auch noch die Mechanismen und vor allem die Leute kennen, die dem Trottenkurier zu seinem Glanz verhelfen.

Im Allgemeinen kann ich sagen, dass wir beim SCK, im Vorstand und in den verschiedenen Arbeitsgruppen, von ganz guten Leuten umgeben sind. Ich habe mich vom



ersten Moment an wohl und integriert gefühlt und freue mich, ein offenes Ohr für eure Anliegen zu haben. Kommunikation ist ein sehr breiter Begriff. Ich werde versuchen, ihn mit gutem rudersportlichen Inhalt zu füllen ohne zu vergessen, dass hinter jedem Medium, sei es nun digital oder analog, Menschen stehen, die auch persönlich den Austausch schätzen. Darauf freue ich mich.

Lorena Mombelli





Resultate

Bootskilometer 2021

Position	Name	km	Fahrten	Position	Name	km	Fahrten
1	Chinook	4718	249	41	Orca	229	26
2	Bise	1928	159	42	Delta (Greifensee)	218	27
3	Lissero	1852	173	43	Allegra (privat)	209	26
4	Wällebrächer	1656	189	44	Heaven can wait (privat)	204	8
5	Bora	1609	152	45	Nereide (privat)	204	7
6	Huracàn	1477	122	46	Dolphin (privat)	198	23
7	Föhn	1460	126	47	Eisvogel	139	14
8	SeeFee	1372	147	48	von Wartburg Skiff (privat)	131	17
9	Habicht	1354	98	49	Flüeler-F36 (privat)	130	17
10	Wint	1280	83	50	Schub	130	12
11	Aquila	1207	89	51	No Limits	129	13
12	Schwalbe	1169	79	52	Pürzel (privat)	128	7
13	Toni	1163	102	53	Tabatinga (privat)	128	15
14	Tinca Tinca	1157	114	54	Wulp	127	12
15	Notos	1104	114	55	Alfa frigor (Greifensee)	118	11
16	Taifun	992	93	56	Vogue (privat)	110	16
17	Adebar	929	66	57	Chatzehölzler	104	9
18	Zephir	910	67	58	Gioni	103	9
19	Aiolos	838	62	59	Alex	101	16
20	Elbe	781	95	60	R14 PRS	98	7
21	Küsnacht	700	69	61	Kormoran	95	10
22	Eos	669	67	62	Chardonnay	88	9
23	Twärläck	614	53	63	Tornado	87	9
24	Alster	587	80	64	X-chen (privat)	59	7
25	Laurentius	535	44	65	Kieler Sprotte (privat)	56	5
26	Shanti (Schlauchboot)	461	35	66	Busle (privat)	44	4
27	Keningsearn (RAC)	456	46	67	Sylvaner	42	5
28	Bled (Greifensee)	435	34	68	Yamas!	32	3
29	Hecht	398	35	69	Janusek (privat)	18	2
30	EnGal (privat)	383	45	70	Dust (privat)	14	1
31	El Fuego (privat)	368	34	71	Balance (privat)	13	2
32	Kiebitz	366	37	72	Mikado (privat)	10	1
33	La Luna	363	38	73	Oscar	10	1
34	Jupiter	342	31	74	X14 (privat)	9	1
35	Phönix	335	23	75	Surfskiff 1	8	1
36	Kiwi NZL (privat)	323	42	76	Virus	2	1
37	Thalassa	319	23				
38	Munin (privat)	309	36				
39	Christophorus	281	26				
40	Shunyi (Greifensee)	237	29				

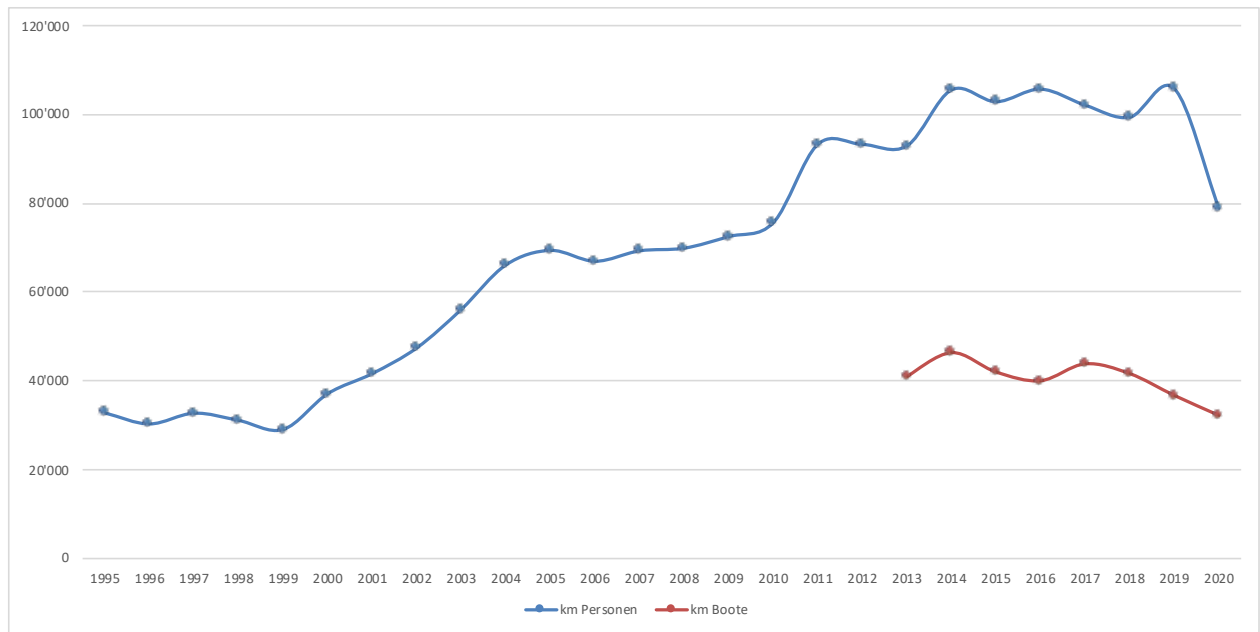
	40'962	100%
SCK	37'340	91.2%
Privat	3'622	8.8%



Personenkilometer 2020

Positi	Name	Vorname	km	Positi	Name	Vorname	km	Positi	Name	Vorname	km
1.	Fahrni	Fritz	2070	78.	Gulich	Andrin	345	155.	Herzog	Ruben	137
2.	Fayd'herbe	Alexia	1701	79.	Müller	Ursina	341	156.	Maurer	Susanne	134
3.	Leunig	Luis	1448	80.	Backenecker	Rolf	337	157.	Heberlein	Adrian	128
4.	Ritter	Florian	1316	81.	Egli	Claudia	330	157.	Hug	Thomas	128
5.	Peier	Heidi	1296	81.	Rapetti	Enrico	330	159.	Renolds	Meret	123
6.	Leunig	Anne Sophie	1271	83.	Drews	Joachim	329	160.	Ermanni	Paolo	122
7.	von der Schulenburg	Alexa	1268	84.	Ammann	Martin	328	161.	Gerecke	Amelie	120
8.	Sintzel	Martina	1235	84.	Küng	Anina	328	162.	Kindliman	Willy	118
9.	Ammann	Stephanie	1186	86.	Iselin	Viola	322	163.	Sennhauser	Caspar	113
10.	Lanfranchi	Alessandro	1157	87.	Schmandt	Cyra	317	163.	Sonderegger	Matteo	113
11.	Gürtler	Paul-Erich	1114	88.	Bräuer Backenecker	Sabine	316	165.	Boitel	Etienne	110
12.	Steiner-Fahrni	Maria	1058	89.	Jacquier	Gigi	307	166.	Giraud	Chloe	101
13.	Widmer	Luzi	1057	90.	Kündig	André	303	167.	Fus	Patrick	99
14.	Peier	Walter	1053	91.	Stalder	Christian	298	168.	Kauz	Katharina	97
15.	Gügler Tschudy	Katrin	1032	92.	Shindleman	Daniel	297	168.	de Trey	Beryl	97
16.	Küng	Julian	979	93.	Wick	Simone	296	170.	Wyss	Peter	95
17.	Zürcher	Priska	921	94.	Weinmann	Ernst	295	171.	Kueng	Godi	94
18.	Mombelli	Lorenzo	899	95.	Schmid	Herbert	291	172.	Morra	Alessandro	93
19.	Vultier	Brigitte	887	96.	Flueler	Ruedi	290	173.	Küng	Ute	91
20.	Fayd'herbe	Luca	877	97.	Krupp	Lucas	275	174.	Michel	Silvain	89
21.	Eckl	Julius	875	98.	Dührkoop	Nino	274	174.	Schaub	Franzisca	89
22.	Rapetti	Suzanne	852	99.	Lohmann	Ulrike	272	176.	Marschall Hunger	Sandra	84
23.	von der Schulenburg	Nicolas	851	100.	Hey	Geeske	268	177.	Bruppacher	Erich	82
24.	Blass	Robert	836	101.	Ritter	Simon	267	178.	Bärtels	Anne	79
25.	Graham	Isabelle	825	102.	Launer	Tina	265	179.	Kapp	Nikola	77
26.	Grandidier	Constantin	813	103.	Graham	Hamish	264	180.	Kienast-Sauter	Christine	77
27.	Maron	Roman	791	104.	Infeld	Kurt	258	181.	Frey	Martin	75
28.	Leunig	Olivia	786	104.	Reinert	Rosmarie	258	181.	Maron	Elena	75
29.	Widmer	Urs	772	106.	Voncke	Camillo	254	183.	Bernoulli	Rita	69
30.	Egli	Thomas	762	107.	Hemmeler	Christian	253	184.	Carle	Nicolo	65
31.	Pescatore	Irène	759	108.	Wulkan	Monique	247	185.	Roselius	Gabriele	60
32.	Würgler	Giacomo	726	109.	Lendi	Helen	243	186.	Meier	Gerhard	58
33.	Maurer	Hans Martin	716	110.	Reinert	Patricia	237	187.	Küng	Hendrik	56
34.	Knöpfel	Loris	682	111.	Himmeler	Janick	234	188.	Lanfranchi	Fabrizio	54
35.	Dewey	Naemi	670	112.	Cherreck	Stefanie	232	189.	Ryser	Paul	53
36.	Birrer	Bruno	669	113.	Stucki	Brigitte	225	189.	Stüssi	Urs	53
37.	Voncke	Sophia	667	114.	Vogler	Daniel	223	191.	Bergander	Luzie	51
38.	Bregenzler	Debbie	665	115.	Cherreck	Alex	220	191.	Carter	Chloe	51
39.	Lindblom	Lena	653	116.	Flüeler	Ursula	213	193.	Boesch	Fiona	48
40.	Maurer	Lauro-Romeo	639	117.	Scheitlin	Nicole	212	193.	Dewey	Vivienne	48
41.	Günthardt	Leo	634	117.	von Wartburg	Marie-Louise	212	195.	Bloch	Werner	47
42.	Bürki	Manuel	632	119.	Walder	Sara	211	196.	Kapp	Damian	46
43.	Aschoff	Robert	614	120.	Huber	Hans	210	197.	Calcagni	Beatrice	44
44.	Graham	Rosemarie	610	121.	Egan-Shuttler	Judith	209	198.	Bürki	Andreas	43
45.	Kübler	Olaf	588	121.	Nimmrichter	Rolf	209	198.	Ungricht	Marius	43
46.	Weber	Theo	578	121.	Schuler	Pius	209	201.	Richner	Johanna	42
47.	Lendi	Marco	576	124.	Schuurmans Steckhofe	Maikel	207	202.	Egli	Gerold	38
48.	Zuffellato	Luca	572	125.	Knaus	Daniel	203	203.	Freudiger	Christine	37
49.	Mühlbauer	Inge	571	126.	Mombelli	Lorena	202	204.	Haefliger	Florian	36
50.	Blass	Lukas	559	127.	Studart	Gabriella	201	204.	Riener	Robert	36
51.	Koch	Hans-Jürgen	558	128.	Mayr	Lena	200	207.	Hey	Günter	35
52.	Maurer	Giulio	541	129.	Staiger	Rika	200	208.	Tschudy	Leon	34
53.	von der Schulenburg	Ella	539	129.	Staiger	Willy	200	209.	Rufener	Natascha	33
54.	Jaquenod	Monika	535	131.	Nagy	Liza	198	210.	Descamps	Natascha	23
55.	Dührkoop	Bettina	510	132.	Huber	Heidi	194	210.	Singler-Karim	Yasmine	23
56.	Blaettler	Eduard	509	132.	Mayr	Anna	194	210.	Stössel	Carla	23
57.	Bölle	Jeannette	500	134.	Schoen	Brigitte	191	213.	Spielkamp	Janina	21
58.	Früh	Peter	499	135.	Reinert	Peter	190	214.	Cozzio	Timoteo	18
59.	Fischer	Sandra	494	136.	Frölich	Dieter	189	214.	Friedmann	Nicole	18
60.	Mombelli	Andrea	473	136.	Schulz	Carsten	189	214.	Lüchinger	Lukas	18
61.	Martel	Andrea	458	138.	Frey-Heim	Claudia	187	218.	Kapp	Nikola	17
62.	Eckert	Suzanne	452	138.	Tellbüscher	Friedrich	187	219.	Dietsche	Friedrich	14
63.	Jensen	Stine	433	140.	Römer	Raffael	174	219.	Doekbrijder	Joseph	14
64.	Grob	Martin	429	141.	Stemmler	Simone	172	222.	Ernst	Markus	13
65.	Tschudy	Daniel	420	142.	Maron	Daniella	168	222.	Röthlin	Caroline	13
66.	Schaub	Binia	412	143.	Knup	Brigitte	162	224.	Guggenbühl	Christina	11
67.	Laut	Johann	406	144.	Graham	Amelie	160	224.	Zielonka	Nik	11
68.	Herrmann	Franz	391	145.	Müller	Holger	158	227.	Rapetti	Riccardo	9
69.	Grob	Anita	390	146.	Spirig	Isabella	158	227.	Weisshaupt	Pamela (privat)	9
70.	Römer-Link	Renate	388	147.	Harnoncourt	Felicia	150	230.	Hölscher	Christoph	8
71.	Schauelberger	Nihat	386	148.	Chinazzo	Moreno	149	232.	Stüssi	Marianne	5
72.	Guggenbühl	Sabine	381	149.	Trüeb	Sarah	148	233.	Herren Lanz	Marianne	4
73.	Severus	Birgit	368	150.	Bechtler	Felicia	145	233.	Morra	Giulia	4
74.	Domanig	Gina	367	151.	Eckl	Justus	144				
75.	Tschudy	Joel	366	151.	Fröllicher	Susann	144				
76.	Klostermann	Rainer	357	153.	Sos	Beatrice	143				
77.	Ritter	Tanja	357	154.	Horvath	Tini	139				
									Total Kilometer 2020:		78'883





Anrudern mit Frauenachter und Rainer als Trainer

Mitglieder aus SRV-Daten 2021

Ranking	Mitglieder	Club	A	J
1	372	Seeclub Luzern	309	63
2	360	Ruderclub Zürich	341	19
3	349	Basler Ruder-Club	308	41
4	341	Seeclub Zürich	296	45
5	326	Belvoir Ruderclub Zürich	270	56
6	321	Seeclub Zug	265	56
7	318	Polytechniker Ruderclub Zürich	318	0
8	289	Ruderclub Thalwil	253	36
13	251	Grasshopper CZ	206	45
16	243	SC Küsnacht	205	38
21	218	RC Erlenbach	150	68
28	154	RC Rapperswil-Jona	131	23
31	147	Nordiska Roddföreningen ZH	147	0
32	147	RC Uster	121	26
35	132	SC Richterswil	105	27
37	127	SC Stäfa	103	24
39	120	SC Wädenswil	101	19
40	114	RC Kaufleuten	114	0
53	80	RV Industrieschule ZH	80	0
57	67	Aviron Romand ZH	67	0
58	62	Rudergesellschaft ZH	62	0
59	61	RC Sihlsee	58	3
60	58	RC Greifensee	58	0
62	57	SC Horgen	57	0
66	40	Club NautiqueNFZ	40	0
71	29	Damen Ruderclub ZH	29	0
ROZ	1'606		3'318	429
ZRV	1'809			3'747
ROZ + ZRV	3'415	34.41%		
ZKR	3'200	32.35%	ohne RCRJ+RCS	
SRV	11'170	100.00%	ohne Passive	





Anrudern SCK am 10. April 2021

Als auch ich mal den Zürichsee (kurz) verlassen durfte.

Ich heisse – frag mich nicht warum – **Lissero** und bin im Seeclub wohlbekannt. Wenn ich nicht auf dem Zürichsee zirkuliere, liege ich hinten links am Mittelgang. Dies deutet bereits an, dass ich zu den Booten gehöre, die sehr oft raus müssen. Egal, welche Jahreszeit, egal, welches Wetter, zumeist bin ich dabei. Der Blick ins elektronische Logbuch bestätigt dies. Abgesehen von ein, zwei Zweierbooten bin ich DAS BOOT im Club mit den meisten Ausfahrten, klar vor allen Vierern, Achtern, Dreiern und Einern.

Woche für Woche geht es für mich rauf zu P 1 oder 2. Oder den See runter zur Fischerstube und noch etwas weiter. Das ist aus meiner Sicht – ehrlich gesagt – ganz schön eintönig, obschon die Wetterlage, zum Beispiel bei stärkerem Wind, die Ausfahrt auch spannend machen kann. Eigentlich sollten dann die dicken C-Vierer, die in der Bootshalle bei mir in der Nähe liegen, ran. Aber oft muss dann doch wieder ich aufs Wasser.

Diese dicken Vierer haben überdies mir gegenüber etwas voraus. Sie sehen immer mal wieder andere Gewässer, etwa bei den SCK-Rudertouren, der Vogalonga, der Linthkanalfahrt oder bei der BILAC. Ich dagegen...

Und dann kam der Moment, an dem ich den Zürichsee DOCH einmal hinter mir lassen durfte. Es war der Tag des diesjährigen Anruderns. Ich verbrachte zuvor eine schlaflose Nacht, nachdem ich mitgehört hatte, dass sich dreissig Clubmitglieder zum Anrudern angemeldet hatten und der Plan vorsah, den See runter zu navigieren, um ihn dann in Zürich Schanzengraben zu verlassen! Würde ich dabei sein?

JA! Es kam an jenem Samstag, wie ich es mir erträumt hatte: Ich war tatsächlich einer von vier Vierern, die sich gemeinsam mit einem Achter und einem C-Fünfer in zeitlich gestaffelter Form (COVID-19 sei Dank) auf den Weg machten. Mehr noch, ich fuhr der Flotte als «Expressboot» voraus. Und so erlebte ich einen, wenn auch recht kurzen, Ausflug in den Schanzengraben (ganz schön eng) und konnte damit für einmal den Zürichsee hinter mir lassen.

Übrigens: Nächstes Jahr will ich mich für einen Ausflug auf den Greifensee bewerben. Der alte BLED hat mir erzählt, dass da ganz schön was los ist. Und zwar weniger auf dem Wasser, aber dafür um so mehr auf dem Campingplatz.

Lissero, wiedergegeben von Hans-Jürgen Koch

**Gesund an Bord
– mit Ihrer**



Sportbandagen
und sportliche **Ernährung**
dazu gibt's auch bei uns:



**Apotheke
Hotz**

Tel: 044 910 04 04

www.apotheke-hotz.ch

Zürichstrasse 176, 8700 Küsnacht

vier

**machen den
unterschied.**

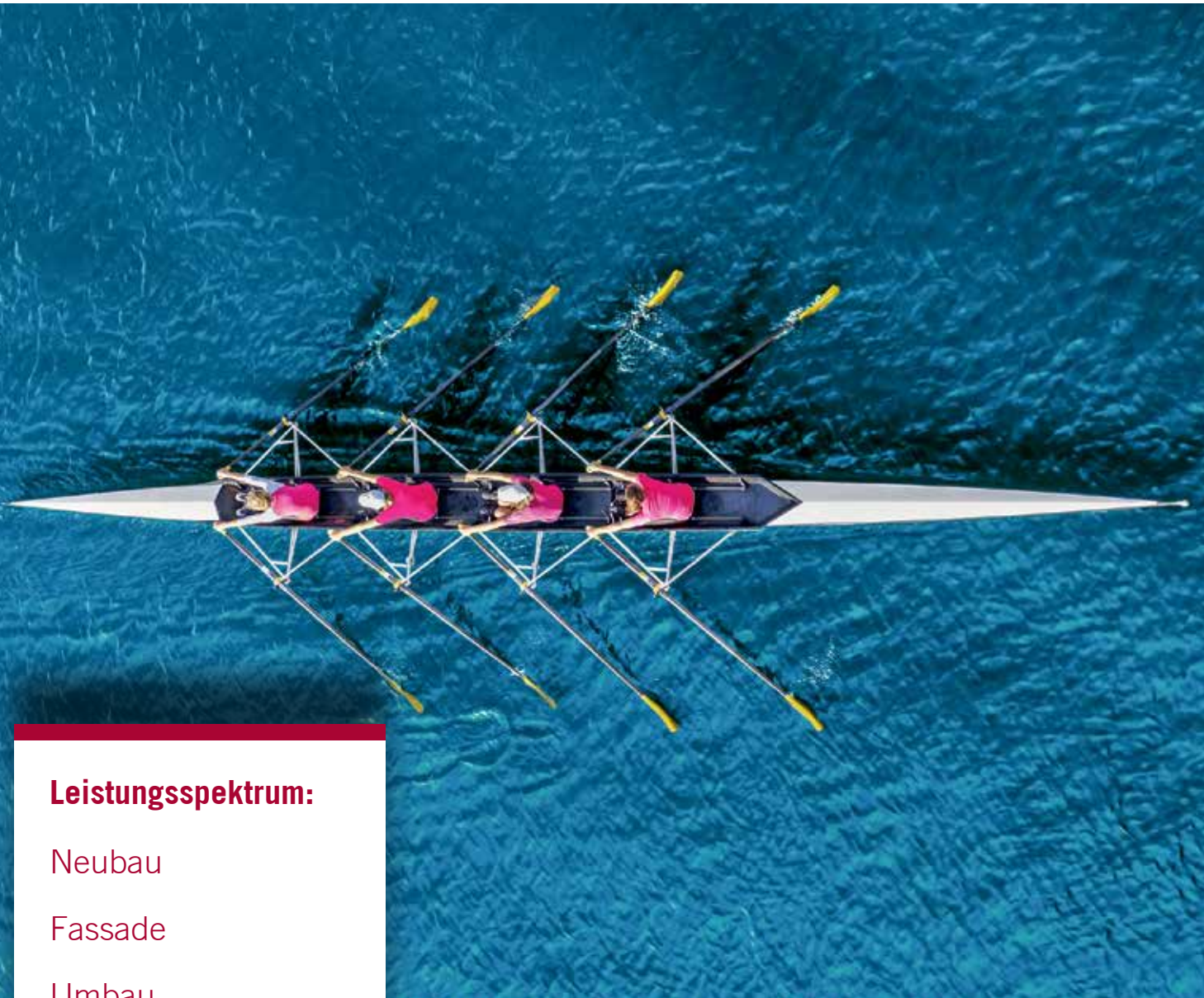
elektro 4 AG
Küsnacht

www.elektro4.ch
044 922 44 44



Gemeinsam zum Flow. So machen wir es auch.

Wir legen Wert auf Qualität, zeitgemässe Technik, definierte Prozesse und persönliche Kundenbeziehung. Nehmen Sie Kontakt auf oder besuchen Sie uns auf www.robert-spleiss.ch.



Leistungsspektrum:

Neubau

Fassade

Umbau

Kundenarbeiten

Gesamtprojekte

Betoninstandsetzung

SPLEISS
Die Baumeister mit Herz und Verstand

REGIONALBANK

SEIT 1828

Als grösste Regionalbank im Kanton Zürich leben wir lokale Verbundenheit. Gemeinsam bringen wir voran, was uns am Herzen liegt – unsere Region.

BANK **avera**

Wir verstehen uns.

Untere Heslibachstrasse 9 | 8700 Küsnacht

Textilpflege Zürisee

*Es sauberi Sach!
Wir lieben
Ihre Textilien!
Unsere Erfahrung
ist Ihr Gewinn!*

Unsere Dienstleistungen

Kleiderreinigung
im Top-Service

Braut- und Festkleider

Hemden-Express
am Bügel oder zusammengelegt

Wäsche-Service

Lederreinigung
im Top-Service

Pelzreinigung
auch Übersommerung

Eigenes Schneiderei-Atelier
für Änderungen und Reparaturen

Bettfedernreinigung
im Softclean-Verfahren

Vorhangreinigung

Teppichreinigung

Polstermöbelreinigung

Seestr. 141 / 8703 Erlenbach
(beim Bahnhof Winkel)

Tel. 044 915 02 17

info@textilpflege-zuerisee.ch





Ihre persönliche Beratung ganz in Ihrer Nähe.

Sie wollen mehr aus Ihrem Geld machen?
Wir unterstützen Sie mit umfassender, kompetenter Beratung und machen aus Ihren Zielen eine Vermögensstrategie.

Raiffeisenbank rechter Zürichsee
Geschäftsstelle Küsnacht
Dorfstrasse 18, 8700 Küsnacht
www.raiffeisen.ch/rechterzuerichsee

RAIFFEISEN



Marc Gerber
Versicherungs- und
Vorsorgeberater

So versichern Sie Ruderboot, Surfbrett & Co.

Ab aufs Wasser! Am liebsten im eigenen Bötchen. Wer sich die Saison nicht durch Zwischenfälle verderben lassen will, sichert sich mit diesen drei Deckungen ab.

Wie auf den Strassen ereignen sich auch auf dem Wasser Unfälle. Nicht-immatrikulierte Boote wie Paddel- und Ruderboote oder Stand Up Paddling Boards und Surfbretter können Sie versichern – zum Beispiel gegen Zusammenstösse.

Privathaftpflichtversicherung

Schnell ist etwas passiert: Sie stossen mit einem anderen Boot zusammen und beschädigen dieses, Sie verlieren ein Paddel des geliebten Boots oder Sie verletzen beim Rudern eine andere Person. Für solche Schäden gegenüber Dritten kommt die Privathaftpflichtversicherung auf.

Hausrat-Grunddeckung

Während dem Winter oder nach einem Ausflug bewahren Sie Ihr Boot zu Hause auf. Über die Hausrat-Grunddeckung ist es gegen Feuer und Elementarschäden wie Sturm über 75 km/h versichert. Zudem springt die Versicherung ein, wenn das Boot zu Hause gestohlen wird.

Hausrat-Kasko

Stossen Sie mit einem anderen Bootsfahrer, einer Boje oder dem Steg zusammen, können Schäden an Ihrem Boot entstehen. Die Kosten der Reparatur übernimmt die Hausrat-Kasko, die Sie zusätzlich in Ihre Hausratversicherung einschliessen können.

Haben Sie Fragen zu Versicherungen und Vorsorge? Dann sind wir gerne für Sie da. Melden Sie sich unter meilen@mobiliar.ch oder T 044 925 03 03.

Generalagentur Meilen
Dorfstrasse 93
8706 Meilen
mobiliar.ch

die Mobiliar



BAROKOKO

ARCHITEKTUR

ANDRÉ KÜNDIG
ALTE LANDSTRASSE 78
8702 ZOLLIKON
TEL: 044 392 0172

PERSÖNLICHE BERATUNG, EINFACHE BIS KOMPLIZIERTE UMBAUTEN, INDIVIDUELLE NEUBAUTEN, EINRICHTUNGEN ALLER ART.

INNENDEKORATION

REGULA KEINATH
PELIKANPLATZ 15
8001 ZÜRICH
TEL: 044 212 5040

EIGENES ATELIER FÜR VORHANG- UND POLSTERARBEITEN, GROSSE AUSWAHL AN STOFFEN, MODERNE UND ANTIKE MÖBEL.

ANTIQUITÄTEN

PASCAL DECURTINS
SCHÜÜR
BUCHHOLZSTRASSE 4
8702 ZOLLIKON
TEL: 044 212 5040

AUSSTELLUNG IN SCHÜÜR UND AM PELIKANPLATZ, SCHÜÜR GEÖFFNET NACH VEREINBARUNG, AN- UND VERKAUF, SCHÄTZUNGEN, RÄUMUNGEN.



Oberseefahrt am 28. März 2021

Nachdem die Oberseerundfahrt 2020 Corona-bedingt komplett abgesagt wurde, war dieses Jahr die grosse Frage: In welcher Form soll diese Tour heuer stattfinden? Den interessierten Ruderinnen und Ruderern im Club war klar, dass das Ganze in kleinerem Rahmen durchgeführt werden musste, gab es doch die Schutzkonzeptvorgabe von maximal fünfzehn Personen für eine derartige Sportaktivität im Aussenbereich.

Folglich konnte sich nur eine kleine Flotte von drei gesteuerten C-Vierern formieren. Verzichten mussten wir auf die Gesellschaft der Erlenbacher Ruderfreunde, die in der Vergangenheit schon häufiger mit mehreren Booten an der Ausfahrt teilgenommen hatten. Immerhin, die Clubs in Richterswil und Rapperswil liessen uns wissen, dass die traditionellen Tourenstopps bei deren Bootshäusern trotz COVID-19 möglich seien. Und damit blieb eigentlich nur noch die Klärung einiger logistischer Details für Samstag, den 27. Mai – dachten wir!

Fast nämlich hätte uns das angekündigte und dann auch wirklich eintretende stürmisch-kalte Wetter an diesem letzten Tag vor der Umstellung auf die Sommerzeit einen Strich durch die Rechnung gemacht. Von wegen Sommer. Aber wo ein Wille ist, findet sich auch ein Weg. Kurzfristig wurde entschieden die Tour um einen Tag zu verschieben und so ging es halt am Sonntag los, um 7 statt um 6 Uhr, bei ruhigem See und stimmungsvollen Licht in der Morgendämmerung. Die drei Boote ruderten in halbstündig gestaffelten Abständen und vermieden so «Gedränge» an den Orten, wo man pausierte.

In Richterswil wurden wir mit Kaffee, Tee und Zopf bewirtet. In Rapperswil erwartete uns bei der zweiten Rast ein reichhaltiges und schmackhaftes Büffet sowie wärmende Suppe, vorbereitet und angeboten von Maureen O'Hanlon. Und als alle dann gegen 15 Uhr wieder gut in Küsnacht angekommen waren, nach 58 Kilometern und einem herrlichen Tag auf dem See, gab es zum Abschluss noch Minestrone à la Heidi, natürlich al fresco vor der Trotte.

Zu hoffen bleibt, dass diese schöne Tour im kommenden Jahr wieder mit einem grösseren Personenkreis durchgeführt werden kann.

Hans-Jürgen Koch







Regatten

Swiss Rowing Indoors digital

Die Swiss Rowing Indoors waren dieses Jahr auf den Samstag, 6. März angesetzt. Doch wegen der Coronapandemie fanden sie in einer anderen Form als gewohnt statt: Das Rudern wurde digital. Das heisst, man traf sich nicht wie sonst in der Sporthalle in Zug, sondern von den jeweiligen Clubs aus in einem virtuellen Raum. Das war natürlich sehr schade, denn das ganze Drum und Dran ist in Zug anders als «Zuhause». Ausserdem waren die Live-Wettkämpfe aufgrund von Corona immer seltener geworden. Andererseits sparte man sich so die Anreise nach Zug und konnte unter Umständen etwas länger schlafen.

Ursprünglich war der Plan den Wettkampf im Krafraum des SCK zu bestreiten. Aber wegen einer nicht ausreichenden Internetverbindung musste eine Alternative gesucht werden. Diese fanden wir in der nicht zu weit entfernten Sunnemetzg und verlegten noch am Freitagabend die drei benötigten Ergometer dorthin. Der Ort stellte sich aus Sportler-Sicht als wahrer Glücksgriff heraus. Es gab deutlich mehr Platz als im Krafraum und die vielen grossen Fenster brachten Licht und frische Luft in den Raum. Auch die Musikboxen standen denen im Krafraum in nichts nach. Optimale Rennbedingungen also. Zudem besitzt die Sunnemetzg eine grosse Leinwand, auf der wir den Livestream projizieren konnten. Im virtuellen Raum wurde jeder Ruderer und jede Ruderin mithilfe eines kleinen Bootes und seiner Startnummer dargestellt. So konnten die Athleten, Athletinnen und die Zuschauer vergleichen, wer vorne lag, wer hinten war und wer gerade aufholte. Wobei die Zuschauer hauptsächlich aus Junioren und Juniorinnen bestanden. Diese spornten einen dafür umso mehr an.

Alles in Allem lässt sich sagen, dass trotz der ungewohnten Form viele grossartige Ergebnisse errudert wurden und ein lang ersehnter Vergleich vorlag. Für die Zukunft bleibt zu hoffen, dass man sich im nächsten Jahr wieder in Zug treffen kann.

Alessandro Lanfranchi



Jean-Michel Billy/SWISS ROWING



Jean-Michel B
ROWING



am Klusplatz Teppich·Haus

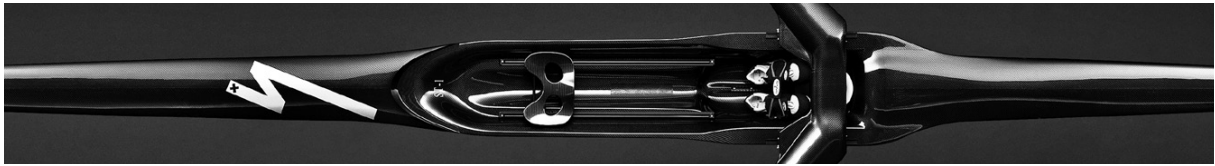
die

boden

fachleute

Teppichhaus Klusplatz AG
Asylstrasse 144
CH-8032 Zürich
Telefon 044/381 90 88
info@teppichhaus.ch
www.teppichhaus.ch

illy/SWISS



Seit 1896 engagieren wir uns mit viel Herzblut für den Rudersport.

Mit dem Verkauf von Rennruder- und Breitensportbooten, Rudern, Ersatzteilen und diversen anderen Produkten sind wir seit Jahren eine zentrale Anlaufstelle des Rudersportes. Mit unserer Reparaturwerkstatt für Holz- und Kunststoffboote jeder Art und Hersteller, sowie unseren mobilen Reparatur-Autos, mit denen wir Transporte und Vorort-Service anbieten, runden wir unser Angebot ab.

STÄMPFLI
RACING BOATS

STÄMPFLI Racing Boats Zürich • +41 44 482 99 44 • www.staempfli-boats.ch

FFSETDRUCKEREI ERNST AG

OTTO ERNST

SEEFELDSTRASSE 333

8008 ZÜRICH

TELEFON 044 422 77 72

FAX 044 422 77 15

offsetdruckerei.ernst@bluewin.ch



Swiss Rowing Indoors 6. März 2021

001 W Frauen Offen 2000 Meter

- | | | |
|-----|--|--------|
| 1. | Nina Thölking, Ruderclub Reuss Luzern | 6:46,0 |
| 2. | Pascal Walker, Ruderclub Zürich | 6:47,0 |
| 3. | Eloise von der Schulenburg, Seeclub Küsnacht | 6:47,2 |
| 12. | Anne Sophie Leunig, Seeclub Küsnacht | 7:20,6 |

002 M Männer Offen 2000 Meter

- | | | |
|-----|---|---------|
| 1. | Barnabé Delarze, Lausanne Sports Section Aviron | 5 :45,6 |
| 2. | Paul Jcquot, Seeclub Zürich | 5 :47,2 |
| 4. | Andrin Gulich, Seeclub Küsnacht | 5 :52,0 |
| 19. | Luca Fayd'herbe de Maudave, Seeclub Küsnacht | 6 :16,3 |

005 JW Juniorinnen UW19 2000 Meter

- | | | |
|----|--|--------|
| 1. | Nicole Schmid, Seeclub Zug | 7:06,7 |
| 2. | Olivia Roth, Ruderclub Zürich | 7:12,4 |
| 3. | Thalia Ahumada Ireland, Forward Rowing Club Morges | 7:13,7 |
| 5. | Alexia Fayd'herbe de Maudav, Seeclub Küsnacht | 7:19,7 |
| 6. | Alexa von der Schulenburg, Seeclub Küsnacht | 7:22,5 |

006 JM Junioren U19 2000 Meter

- | | | |
|-----|--|--------|
| 1. | Leonardo Salerno, Club Canottieri Lugano | 6:07,1 |
| 2. | David Widmer, Seeclub Sempach | 6:14,0 |
| 3. | Robin Ruchti, Seeclub Biel | 6:14,7 |
| 18. | Luis Leunig, Seeclub Küsnacht | 6:40,7 |
| 63. | Alessandro Lanfranchi, Seeclub Küsnacht | 7:15,8 |

007 BJW Juniorinnen U17 1500 Meter

- | | | |
|-----|---|--------|
| 4. | Katarina McMahon, Belvoir Ruderclub Zürich | 5:32,8 |
| 5. | Beatrice Ravini Perelli, Societa Canottieri Locarno | 5:35,4 |
| 6. | Aurelia Benati, Rowing Club Bern | 5:35,9 |
| 26. | Naemi Dewey, Seeclub Küsnacht | 6:06,1 |



008 BJM Junioren U17 1500 Meter

1.	Nicolas Chambers, Club Aviron Vevey	4:43,3
2.	Oscar Morton Krause, Ruderclub Reuss Luzern	4:46,7
3.	Felix Locher, Ruderclub Erlenbach	4:47,5
63.	Loris Knöpfel, Seeclub Küssnacht	5:28,0
66.	Robert Aschoff, Seeclub Küssnacht	5:30,4
68.	Constatin Grandidier, Seeclub Küssnacht	5:31,0

009 CJW Junorinnen U15 1000 Meter

1.	Soley Rusca, Club Canotieri Lugano	3:43,6
2.	Paula Veenstra, Basler Ruder-Club	3:46,7
3.	Tabea La Roche, Belvoire Ruderclub Zürich	3:51,8
5.	Olivia Leunig, Seeclub Küssnacht	3:53,5
12.	Sophia Voncke, Seeclub Küssnacht	3:58,7
14.	Lena Lindblom, Seeclub Küssnacht	4:01,0



Junioren und Juniorinnen 2021





Sehen wie eh und je.

AUGENOPTIKER
GOTTHEIL

theo
eyewear

Dorfstrasse 21, 8700 Küsnacht
Tel. 044 910 64 42, optikergottheil.ch

UNICOVINO

Weine aus sonnen-
verwöhnten Ländern

Kommen Sie vorbei,
wir beraten Sie gerne.

Dorfstrasse 11
8700 Küsnacht
Tel. +41 (0)43 277 99 00
www.unicovino.ch

Di – Fr	9.00 – 12.00 Uhr 14.00 – 18.30 Uhr
Sa	10.00 – 17.00 Uhr



Trainingslager in Küsnacht

Zwei Trainingsstunden morgens und zwei am Nachmittag. So sah das einwöchige Trainingslager vom 24. bis zum 30. April aus. Es fand nicht wie gewohnt in Breisach, sondern aufgrund der Pandemie-Beschränkungen in Küsnacht statt. Die Gruppe 1 absolvierte ihr erstes Training in der Früh um 7.00 Uhr, während die Gruppe 2 das erste Mal um 9:00 Uhr ruderte. Nach einer vierstündigen Erholungspause trat die Gruppe 1 stets von 13:00 bis 15:00 ihr zweites Training an und im direkten Anschluss die Gruppe 2 von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr.

Von Samstag bis Montag fuhren wir Skiff. Für Einige war dies das erste Mal. Der Fokus lag, wie auch in der restlichen Woche, auf Technik. Folglich übten wir besonders unser Gleichgewicht zu halten, effektive Länge reinzubringen und einen konstanten Rhythmus zu behalten. Im letzten Skifftraining mussten wir Rennen nach unserer Kategorie fahren. Für mich galt es 1000m mit maximaler Schlagzahl und maximaler Kraft durchzufahren. Auch wenn es noch ein wenig wackelig und träge war, hat es doch Spass gemacht. Weiterhin trainierten wir im Doppelzweier. In einem der Trainings führten wir Seatraces durch, bei denen jeder mit jedem in seiner Kategorie (in meinem Fall Juniormädchen U15) ein Rennen fahren musste. Aus den Resultaten dieser Rennen konnte man schliessen, welche Kombinationen am sinnvollsten sind. Das Fahren von mehreren Rennen direkt hintereinander war für uns alle sehr anstrengend, doch unser Ehrgeiz trieb uns dazu an, auch noch die letzten Rennen erfolgreich zu meistern. Gegen Ende des Trainingslagers fuhren wir nur noch in grossen Booten (hauptsächlich Doppelvierer) – nicht zuletzt aufgrund des Wetters, das sich zunehmend verschlechterte. Die Wellen zwangen uns unsere Stabilität unter Beweis zu stellen.

Einer der Höhepunkte der Woche war sicher das Nachmittagstraining am Freitag. Von kleinen Unruhen auf dem See war keine Rede mehr, viel eher kämpften wir darum unsere Boote heil wieder an Land zu bringen. Und die Relationsrennen, die wir fahren sollten, sahen, wie Joachim zu sagen pflegt, „spektakulär“ aus. Nichtsdestotrotz war es eine lehrreiche Erfahrung und eine amüsante Darbietung der durchnässten Ruderinnen und Ruderern.

Insgesamt war es für mich, und ich denke für viele andere auch, eine erfolgreiche Woche. Trotz der grossen Anstrengung hat das Training Freude bereitet. Dazu beigetragen haben natürlich die guten Freunde, mit denen ich auch ausserhalb des Trainings viel unternommen habe. Dank des guten Trainings von Joachim, unserer Freude am Team und unserem Ehrgeiz konnten wir wohl vorbereitet in die Regattasaison starten.

Sophia Voncke



EM und Kaderleben in Sarnen

Nachdem ich im März 2020 aufgrund der Pandemie von Amerika nach Hause kommen musste, um mein Studium online weiterzuführen und als im Sommer klar wurde, dass mein Studium für das nächste und finale Jahr immer noch ausschliesslich online sein wird, war ich zuerst enttäuscht und zerschlagen. Als die Olympischen Spiele von Tokio jedoch auch um ein Jahr verschoben wurden, erkannte ich in der nervigen Situation auch eine Chance. Ich entschied mich, vorerst das Studium von der Schweiz aus zu absolvieren und mich dem Schweizer Riemenprojekt für Tokio anzuschliessen, um meinen olympischen Ambitionen nachzukommen. Nach vielen harten Trainings wurde ich in diesem März an den nationalen Trials als Schlagmann des für Tokio qualifizierten Vierers selektioniert und konnte bereits ein erstes Rennen, die Europameisterschaft in Varese, bestreiten.

Seit September trainiere ich nun jede Woche von Mittwoch bis Sonntag in Sarnen als Teil des sechsköpfigen Riemenprojektes. Während ich im Herbst noch nebenbei mein Studium online weiterführte, nehme ich momentan eine Auszeit von Studium, um voll auf das Ziel Olympia fokussieren zu können. Wir trainieren jeden Tag zwei- bis dreimal. Zweimal sind wir auf dem Wasser und einmal absolvieren wir ein Alternativtraining auf dem Ergo oder im Kraftraum. Zudem hatten wir das Privileg, für zwei Trainingslager nach Varese zu fahren, eine angenehme Abwechslung zu Sarnen.

An den Europameisterschaften in Varese anfangs April konnten wir dann endlich zeigen, woran wir über den Winter gearbeitet hatten. Nach fast zwei Jahren ohne Wettkampf freute ich mich enorm endlich wieder Rennen fahren zu können. Das Feld im Vierer ohne war sehr kompetitiv und das Rennglück leider nicht auf unserer Seite. In einem Fotofinish im Halbfinal verpassten wir den Final um 4 Hundertstel und im B-Final vermieste uns wieder ein Fotofinish den Sieg um 7 Hundertstel. Nichtsdestotrotz konnten wir von der Meisterschaft eine positive Bilanz ziehen und haben die Bestätigung, dass wir nahe an der Spitze sind. Wir werden nun weiter hart trainieren, um dafür zu sorgen, dass wir zukünftig auf der richtigen Seite des Fotofinishs sind.

Andrin Gulich



Rudern und Studium

Vor etwas weniger als einem Jahr begann mit dem Beginn meines Studiums an der Universität St. Gallen ein neuer Abschnitt in meinem Leben. Der Standort der Uni bedingte einen Umzug in die in der Ostschweiz gelegene Studentenstadt und schuf neue Trainingsbedingungen. Ich stellte einen Ergo und mein Velo auf dem dortigen Dachboden ab und verwandelte diesen in meine Trainingsecke. Schnell fand ich meinen Rhythmus und wechselte zwischen Vorlesungen, Training und Qualitätszeit mit den Kommilitonen täglich ab. Auch meine Mitbewohner gewöhnten sich alsbald an das unverkennbare Rauschen des Ergometers, welches meist zur Kochzeit über der Küche, zusammen mit etwas motivierender Musik, erschallte. Für mich galt es also, wie schon zu Juniorenzeiten, mit Sport und Studium so zu jonglieren, dass sie sich nicht gegenseitig behinderten. An den Wochenenden kehrte ich meistens heim und nutzte besonders den schönen Herbst, um sonntags auf dem Fahrrad zusammen mit einigen anderen Regattierenden Kilometer zu sammeln.

Der zweite Lockdown im letzten Herbst, der alle Universitäten und weitere Institutionen zu Schliessungen zwang, sorgte dafür, dass sich auch mein Alltag abermals radikal veränderte. Ich beschloss aus praktischen Gründen und zu Trainingszwecken für die restliche Vorlesungszeit und die Lernphase nach Zürich zurückzukehren. Mit den weiteren Schliessungen der Sportinstitutionen und dem gleichzeitigen Beginn meiner Lernphase für die Prüfungen des Herbstsemesters begann eine längere Durchhalteübung. Da die ersten Monate des neuen Jahres nebst den zentralen Prüfungen auch Prüfungszeit im Rudern bedeuteten (Langstrecken und 2k Tests), verwandelte sich die einst angenehme Lern-Sport-Mischung in einen Kreislauf, bestehend aus Schlafen, Lernen und Ergometer-Belastungen. Dies, gekoppelt mit den kalten und dunklen Wintertagen und der Monotonie eines isolierten Alltags, sorgten dafür, dass der Winter nachgerade in Zeitlupe verging. Die Erlösung folgte jedoch einen guten Monat später mit den lang ersehnten Sportferien und den langsam wiederkehrenden wärmeren Temperaturen, welche die Freude am Rudern wie jedes Jahr wieder entfachten.

Konkludierend kann man sagen, dass es als Student einfacher ist, sich flexibel seine Trainings einzuteilen. Jedoch ist es wichtig, Studium mit Sport und sozialem Leben koexistieren lassen zu können. Letzteres geht in Lern- und Prüfungsphasen gerne unter, umso mehr jedoch wird die Vorfreude auf die Regatta-Saison und den schönen Sommer geschürt. Die akademischen Wettkämpfe im Rudern, die für das Jahr 2022 geplant sind, sorgen dafür, motiviert und weiterhin am Ball zu bleiben.

Luca Fayd'herbe



Moreira
- GOURMET HOUSE -

MOREIRA GOURMET HOUSE & CATERING
THE FINE FOOD STORE IN KÜSNACHT
WWW.MOREIRA-GOURMET.CH

**Wir engagieren
uns für
den Sport.**

zkb.ch/sponsoring

150
JAHRE

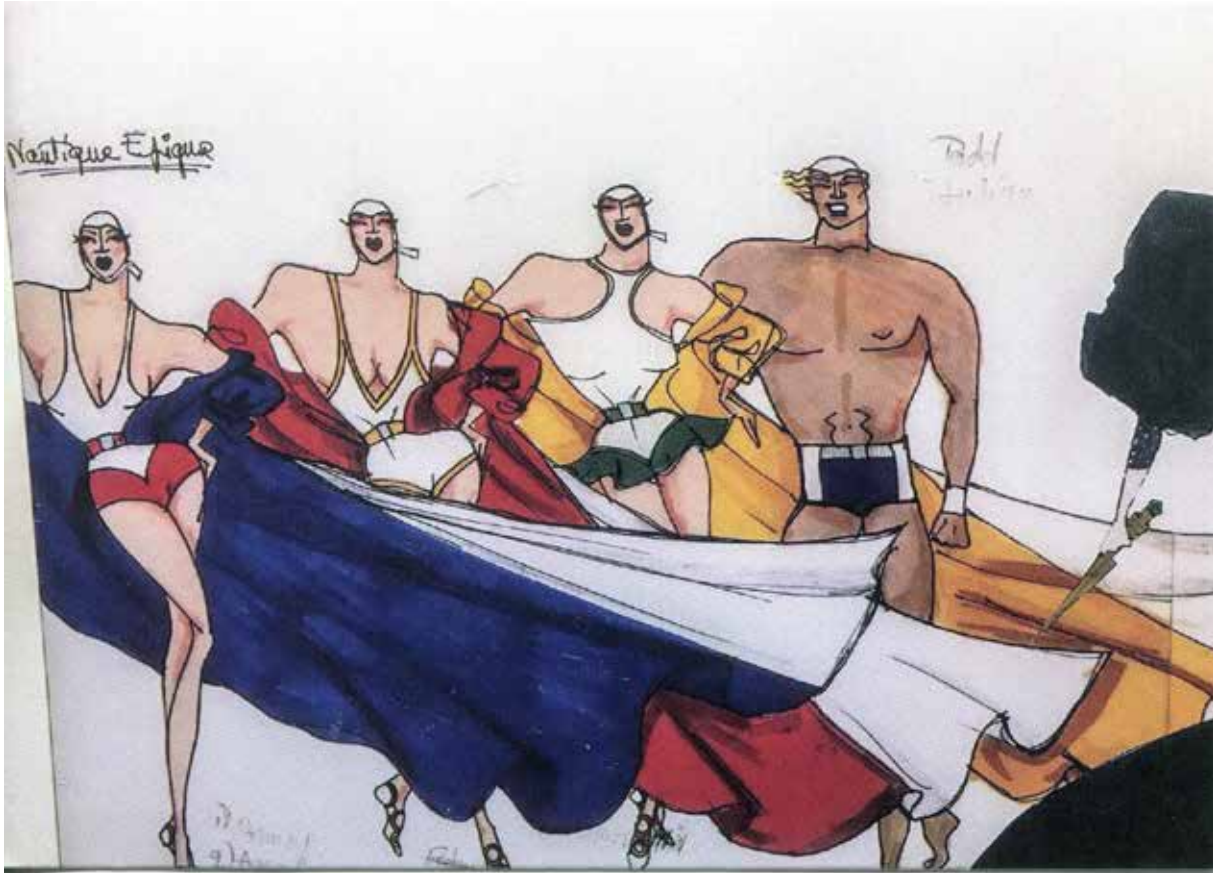


Zürcher
Kantonalbank





Gflüschter



T-36 de Troickurier



Ich habe mich im Dezember 1994 zum ersten Mal zur Verfügung gestellt. Dazumal noch mit Kleben der Texte. Erst ab Heft 50 wurde es per Indesign hergestellt. Während meiner Präsidentschaft haben wir die neue Version 2005 von Rolf Nimmrichter erstellen lassen.

André Kündig

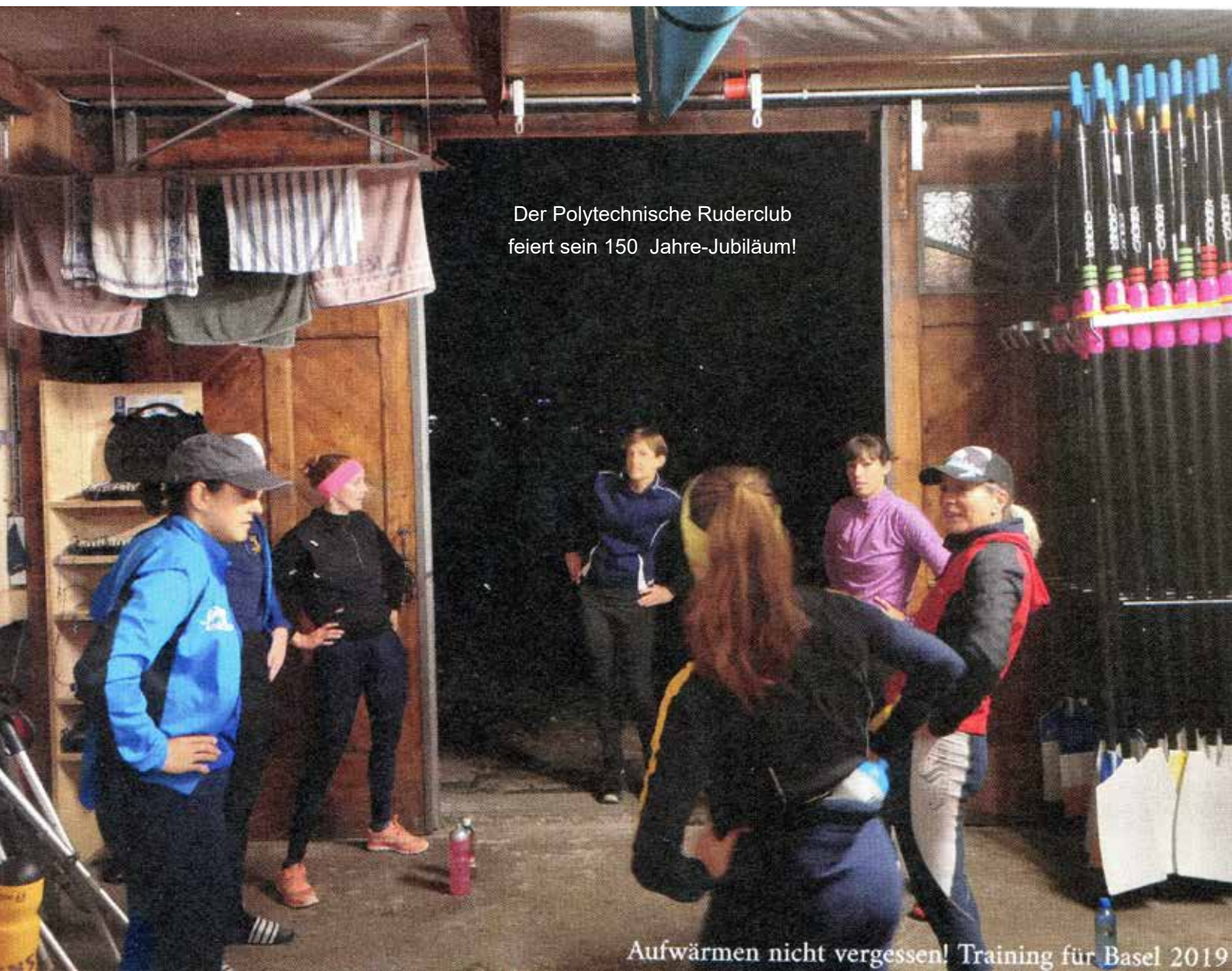




Der Skiff von Debbie ist in Polen und wird von Mädchen gefahren



Bebbie Bregrenzer



Der Polytechnische Ruderclub
feiert sein 150 Jahre-Jubiläum!

Aufwärmen nicht vergessen! Training für Basel 2019

UNSERE INSERENTEN 2021

Apotheke Hotz

Bank Avera

BAROKOKO

Elektro4

Gottheil Optik

Metzgerei Oberwacht

Mobiliar Versicherung

Moreira Gourmet House

Offsetdruck Ernst AG

Raiffeisen rechtes Zürichseeufer

Robert Spleiss AG

Stämpfli Racing Boats AG

TBG Treuhand AG

Teppich Haus am Klusplatz

Textilpflege Zürichsee

Unicovino

Zürcher Kantonalbank



**GEWINNEN
SIE ZEIT FÜR
IHRE KERN-
KOMPETENZEN**

BUCHHALTUNG
STEUERN
FINANZPLANUNG
UNTERNEHMENSBERATUNG
LIEGENSCHAFTEN

TBG Treuhand

TBG TREUHAND PARTNER AG

Kohlrainstrasse 10 · 8700 Küsnacht · T +41 44 914 70 10 · info@tbg.ch · www.tbg.ch