



RCB

Kontakt 2010/3

Das andere Blatt des Ruderclubs Baden
22. November 2010

Ruderclub Baden, Postfach, 5432 Neuenhof
www.rcbaden.ch

7.12.2010
ab 18Uhr
Chlaus-
hock
im
Clubhaus



Das Wort des Präsidenten

Schon wieder Herbst!

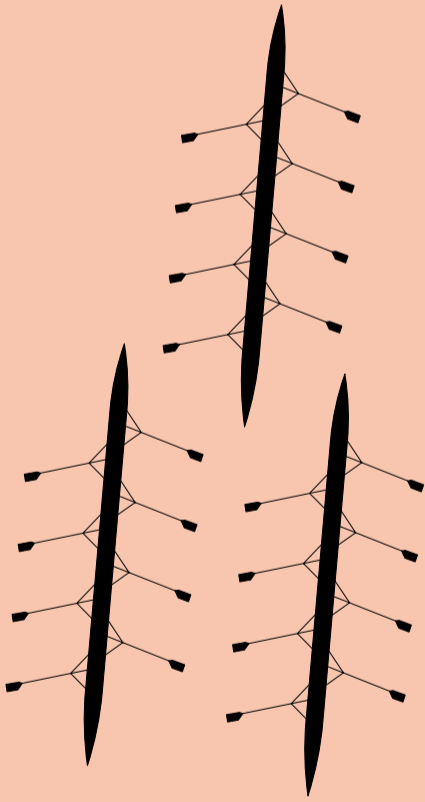
Dieses Jahr ist fast schon wieder Vergangenheit. Ein Blick auf unser Jahresprogramm zeigt mir, dass auch dieses Jahr in unserem Ruderclub Einiges los war.

Ohne das persönliche Engagement unserer Mitglieder könnten alle diese Aktivitäten nicht durchgeführt werden. Herzlichen Dank für die kameradschaftliche Unterstützung.

Nun freue ich mich auf unseren Betreuerabend, auf den Chlaushock, den „BADEN Achter Cup“, unseren grössten Anlass in diesem Jahr, und auf die Silvesterausfahrt zum Fischerclub Würenlos.

Ich wünsche Euch einen schönen Spätherbst und schöne Festtage sowie die besten Wünschen für das neue Jahr.

Euer Präsi
Jörgen Ahrens

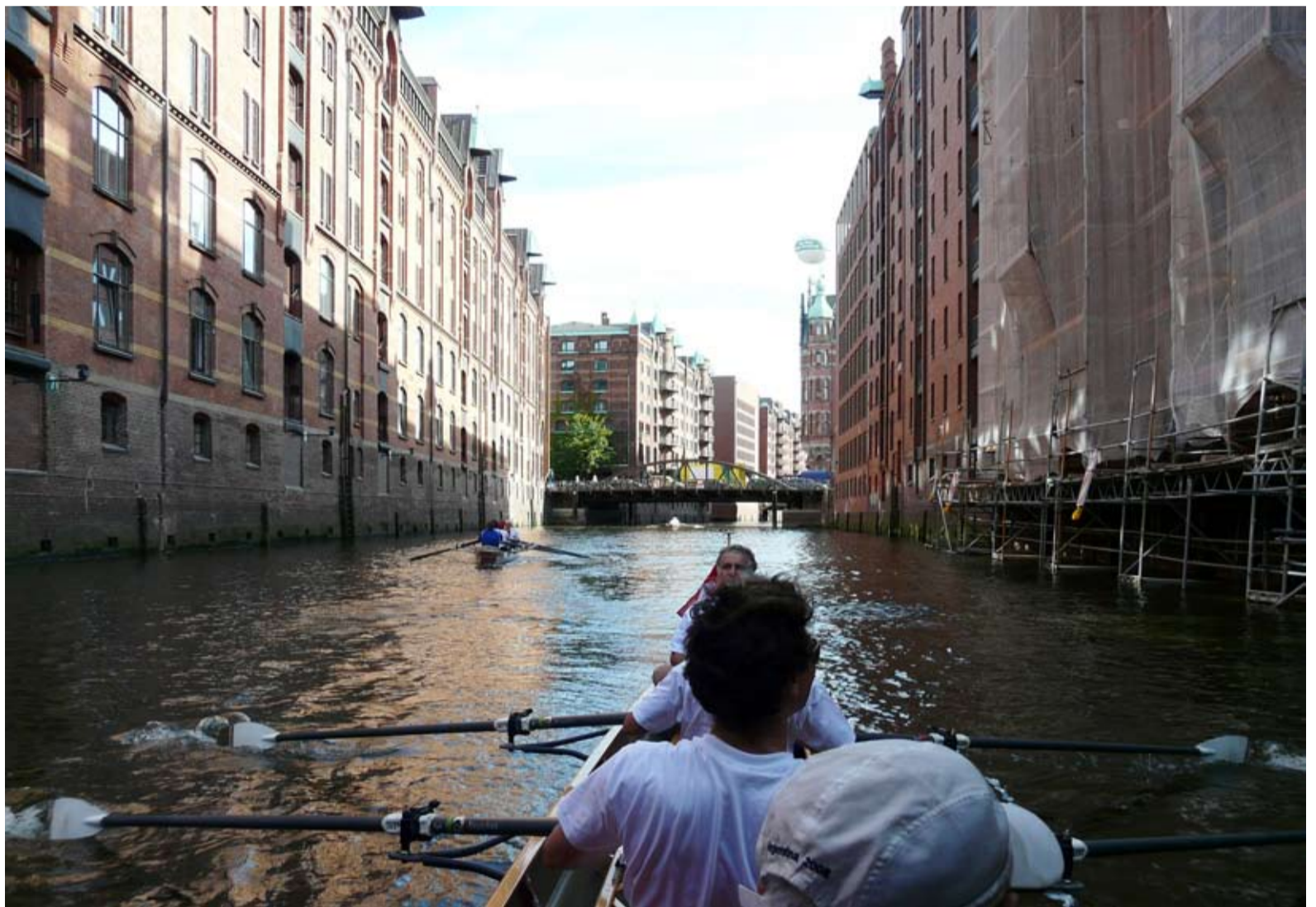


Wanderfahrt Hamburg

Die diesjährige Wanderfahrt fand vom Donnerstag, 2. bis Sonntag, 6. September in Hamburg statt. Nachdem die Tour bereits an der Generalversammlung durch den bewährten und erfolgreichen Wanderfahrtenorganisator Jörg Joos mit grosser Vorlaufzeit

alitäten genossen wurden. Danach zogen wir weiter in den berühmt-berüchtigten „Schwertfisch“ (nicht zu verwechseln mit der Haifisch-Bar), aus welchem Sendungen sogar bis in die Schweiz ausgestrahlt werden (Hanspeter Maurer kann näheres dazu berichten).

einige Ruderkameraden zu einem Powernap auf dem Steg, bevor zur Weiterfahrt aufgebrochen wurde. Die weiteren Kilometer im Wirrwarr der Alsterkanäle wurden nun richtig abenteuerlich, die Wasserwege schmal und mit Bäumen zugewachsen. Dennoch versetzte



In der Speicherstadt

(Foto André Aubry)

angekündigt wurde, fand sich denn auch eine entsprechend zahlreiche (rund 20 Ruderer plus eine Handvoll Supporter) und altersmässig durchmischte Gruppe langjähriger RCB-Mitglieder (mitunter ‚the usual suspects‘) im hohen Norden Deutschlands wieder. Der Grund für den Ruder-Abstecher in die Hansestadt findet sich in der Person von Andreas Goertz, unserem ehemaligem RCB-Mitglied mit Hamburger Wurzeln, der nach der Rückkehr in seine Heimat sich zur Co-Organisation diese tollen Tour hat anstiften lassen.

Da die beiden RCB-Kontakt-Reporter diesen Ausflug gut vorbereitet und akklimatisiert in Angriff nehmen wollten, reisten sie bereits einen Tag früher an (wobei sie nicht die einzigen waren, wie sich an der Hotel Reception herausstellen sollte), um mit der Mehrheit der Delegation nach geschaffter ICE-Bahnfahrt Baden-Hamburg bei der abendlichen Hafenerundfahrt zusammenzutreffen. Die ganze Crew tuckerte zwischen grossen Containerschiffen dem Museumshafen-Café entgegen, auf welchem schlechter Wein (Geschmacksache) dafür aber umso vorzüglicherer Matjes (rohe Heringe) und andere lokale Fischspezi-

Am nächsten Morgen zu früher Stunde wurden die Ruderer mit einer Taxikolonne in Richtung Aussenalster (neben der Binnenalster ein weiterer „Tümpel“ mitten in Hamburg) chauffiert. Dort durften wir vom „DER Hamburger und Germania Ruder Club von 1836“ (siehe www.der-club.de) hochseetaugliche E-Gig-Ruderboote wassern und in nach geheimer Auslosung zugewiesenen Mannschaften die läppischen ersten 34 km rudern. Diese führten uns nach der Rathaus- und der Schaartorschleuse zuerst in einer verwirrenden Zick-Zack-Fahrt in Kanälen durch die sich im Umbruch befindliche Speicherstadt, dann auf der welligen Elbe vorbei an Hamburgs Jahrhundertbaustelle (Elbphilharmonie, www.elbphilharmonie.de) und vorläufig wieder zurück an den Ausgangspunkt. Nach einer Pinkelpause ging die Fahrt mit der Querung der Aussenalster und schliesslich auf der Alster bis zum idyllisch gelegenen Bootshaus des „Ruderverein Wandsbek“ weiter. Sehlichst erwarteten wir den dort bereitgestellten Mittagslunch mit obligatem Matjes und weiteren Spezialitäten begleitet von gutem Wein (Schweizer Fantant). Anschliessend verleiteten die wärmenden Sonnenstrahlen

uns die Schönheit der anliegenden Villen an dieser privilegierten Lage ins Staunen, bevor wir die Boote wieder sicher in die Heimbasis des „Der Hamburger und Germania Ruder Club“ zurückruderten. Abends waren wir im Oberdeck des besagten Clublokals, mit traumhafter Aussicht auf die Aussenalster, zum Gala-Diner eingeladen und durften – nachdem wir diverse obligate Ansprachen überstanden hatten – dem von der Stadt Hamburg eigens

Impressum RCB Kontakt

Offizielles Organ des Ruderclubs Baden, 4 x jährlich

Redaktion
Adrian Knaup

Fotos
gemäss Bildlegenden, andernfalls unbekannt

Gestaltung & Satz
Stephan Lozza

Druck
Schmaeh Offset & Repro AG, Ehrendingen

Redaktionsadresse (Stellvertretung)
Adrian Knaup
Rebhaldenstrasse 29, 5430 Wettingen
knaup@baden.ch

Vereinsinformationen siehe auch www.rcbaden.ch

Im Weiteren ...

Firmen- und Gruppen-Ruderevents 2010
Erwachsenen-Lehrgang Rudern 2010
Reusssprint Luzern
Kleiner Reisebericht (1) und (2)
Dorrfest Neuenhof 2010
Arbeitstag im RCB
Die Finanzkrise
Prosecco-Cup 2010
6 Fragen an... Interview mit Marcel Geissmann
Termine 2010/2011
RCB Vorstand 2010



Instruktionen von Andreas Goertz

(Foto André Aubry)



Auf der Aussenalster

(Foto André Aubry)



Warten vor einer Schleuse

(Foto André Aubry)



Blick auf den Hamburger Hafen

(Foto André Aubry)

Wanderfahrt Hamburg (Forts.)

für uns gespendeten Feuerwerk beiwohnen (oder war das Feuerwerk allenfalls aufgrund des Alster-Festes?). Dies war der Feitag und der Samstag folgte sogleich...

Wieder mussten wir zu früher Unzeit antreten und diesmal etwas weniger schwere Boote (C-Gig) aufs Wasser hieven. Dann durften wir über die Bille auf die Elbe und weiter auf der nie endenden Dove-Elbe Kilometer absputzen. Obwohl wir angeblich immer noch in Hamburg waren, fanden sich zwischen Kühen, Gänsen, saftig grünen Wiesen und der lieblich dahin mäandrierenden Dove-Elbe kaum noch Anzeichen der Zivilisation. Nach 24 geruderten Kilometern (Mittelwert der Kilometerangaben aller verfügbaren GPS-Geräte) war im Corslaker Landhuus, wo wir lange aufs Bier warten mussten und nur zwischen Fleischvogel und Fischbret wählen konnten, Mittagspause. Selbst von Hamburger Insidern wurde uns geraten, den Fischbret zu verschmähen, womit der durch und durch gegarte Fleischvogel das Überleben sicherzustellen hatte. Bald darauf sassen wir erneut auf dem bereits schmerzenden Allerwertesten auf den Holzrollsitzen (ohne Löcher!) im Ruderboot und ruderten dieselbe Strecke, einmal mehr bei perfekten äusseren Bedingungen, wieder zurück. Einige Teilnehmer hatten ihre Kräfte bisher derart vernünftig eingeteilt, dass mit den aufgesparten Kraftreserven auf dem Rückweg einige Duelle der Art „Wer-kann-schneller-rudern“ ausgetragen werden konnten. Nach der Rückkehr zum RV Bille sehnten wir schon das abendliche Highlight im „Old Commercial“ (www.oldcommercialroom.de) gleich neben dem Hamburger Michel herbei. Unter eindrucklicher Kulisse liessen wir uns in diesem historischen Lokal kulinarisch verwöhnen, auch einen Einblick in die Red Lounge im Dachgeschoss (nein, dies ist keine Anspielung) wurde uns erlaubt. Der spätere Abstecher an die Reeperbahn, wo uns

hübsche Damen für wenige Euros den Himmel auf Erden versprachen, bildete den Abschluss des Samstagprogramms. Das Sonntagmorgenrudern auf der Bille war für die 100-Kilometer-Wanderfahrt-Aspiranten ein absolutes Highlight. Andere nüchternen aus und wagten sich erst an den gemeinsamen Mittags-Grill vor dem Bootshaus des RV Bille, welchen Andreas und ein paar fleissige Helfer zum Abschluss dieses super Events bei wiederum perfektem Herbstwetter organisiert hatten.

Fazit: Die Tour fand bei hervorragenden äusseren Bedingungen in einer wunderschönen Umgebung mit ganz tollen Ruderkameraden statt und wird uns als super Erlebnis noch ganz lange in bester Erinnerung bleiben. Besten Dank den Organisatoren und Teilnehmern, die diesen Anlass erst möglich gemacht haben.

Klaus Krohmann und Markus Ruch live aus Hamburg für den RCB Kontakt.



Mittagessen beim RV Bille

(Foto Markus Ruch)



Energiespender

(Foto Markus Ruch)



Beim Ruderverein Wandsbek

(Foto André Aubry)



Mittagspause muss sein...

(Foto Conrad Munz)



Gruss von Noldi

(Foto Conrad Munz)



Die Organisatoren: Andreas Goertz, Jörg Joos und Jörgen Ahrens

(Foto Conrad Munz)



Walti in Aktion

(Foto Conrad Munz)



Einfahrt in eine Schleuse

(Foto Markus Ruch)



Jörg wird vom Präsi eingekleidet

(Foto Conrad Munz)



Mitternächliche Geburtstagsfeier von Jörg

(Foto André Aubry)

Sponsoren



APOTHEKE MUTSCHELLEN

Jörg Joos, Apotheker
Zentrum Mutschellen
Welschloo 220
8965 Berikon

Telefon 056 633 44 33
Telefax 056 631 82 33

- + Grosse Auswahl an Sanitätsartikeln
- + Eigene Parkplätze vor dem Geschäft

STEFAN MEIER 5430 WETTINGEN

GIPSER- UND STUCKATURARBEITEN
TROCKENBAU, ISOLATIONEN

BLUMENSTRASSE 10
5430 WETTINGEN

TELEFON 056 426 33 54

Wir unterstützen Sie vom Einsatz bis zum Finish!

ascami

Ihr kompetenter IT-Berater

Bankensoftware | Betriebssparkassen |
Pensionskassen | Individualsoftware |
Software-Reengineering |
.Net Applikationen | IBM iSeries |
SQL | C-Sharp | XML | ASP.NET | ADO.NET |
AJAX | WebServices

Ascami AG IT-Solutions
Industriestrasse 5 | CH-5432 Neuenhof
Tel +41 (0)56 485 60 85 | Fax +41 (0)56 485 60 86
info@ascami.ch | www.ascami.ch

**MEIER
EDUARD MEIER AG**
Rückbau- und Erdbauunternehmung

Otelfingerstrasse 5 · 5430 Wettingen

Tel. 056 426 79 44 · Fax 056 426 79 22
www.eduardmeier.ch · info@eduardmeier.ch



TÄGERHARD KIES

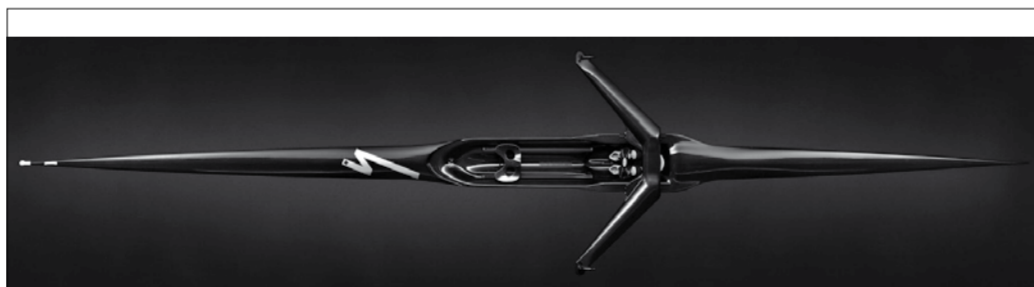
TÄGERHARD KIES AG
BÜRO OTELFINGERSTRASSE 5 · TELEFON 056/426 37 10
WERK TÄGERHARDSTRASSE · TELEFON 056/426 70 45 · 5430 WETTINGEN

KIES UND SAND FÜR BAUZWECKE



Sportler beraten Sportler

BADEN Mellingerstrasse 1 056 222 22 28
baden@marka.ch www.marka-events.ch



ATTENTION...GO!

STÄMPFLI RACING BOATS AG
TEL 044 482 99 44
WWW.STAEMPFLI-BOATS.CH
WWW.RUDERSCHULE.CH

R.+ E. Lucchini

- Stempel- und Gravieratelier für Industrie und Gewerbe
 - GUMMI-STEMPEL (Holzstempel + Selbstfärber)
Lieferfrist: 1 - 3 Arbeitstage
 - GRAVUREN aller Art, **NEU Lasergravuren auf Glas**
Firmenschilder, Briefkasten- und Glockenschilder
 - EDELZINN in grosser Auswahl
 - POKALE, Wanderpreise, Medaillen, Wappenscheiben, Glocken
- 5430 Wettingen**, Landstrasse 28, www.rlucchini.ch
Tel. 056 426 36 04, Fax 056 426 10 67 info@rlucchini.ch / lucstamp@bluewin.ch



Sponsoren



Zeitlos modern...

Das Hotel in Baden mit zeitlosem Ambiente & Charme. Neu renovierte Zimmer, Restaurant, Bar, Salons und Konferenzräume – bei uns sind Sie zuhause!

Alle Informationen – www.duparc.ch **Hotel Du Parc**
Baden
Römerstrasse 24, 5400 Baden / Tel: 056 203 15 15

Die **NEUE AARGAUER BANK**
engagiert sich für den Ruderclub Baden
als Juniorsponsor



SCHMAEH
Offset & Repro AG
Print · Medien · Kommunikation
www.schmaeh-druck.ch · 5420 Ehrendingen



Garage Hans Emmenegger

Offizielle HYUNDAI Vertretung
im Areal Bucher-Guyer
8166 Niederweningen

T 044 857 22 43/45
garageemmenegger@pop.agri.ch
www.garageemmenegger.ch

Wir beraten Sie gerne!



NEW **ix35**

ab CHF 29'990

- Neuwagen
- Günstige Occasionen
- Reparatur aller Marken
- Mietfahrzeuge (Busse, Lieferwagen)



Natur pur.
ewz.ökopower.

Reiner Ökostrom.



Ein Unternehmen
der Stadt Zürich



form+wohnen
Einrichtungshaus mit Geschenkboutique

Rathausgasse 24
5400 Baden
T 056 200 93 00
www.form-wohnen.ch

6 Fragen an ... Interview mit Marcel Geissmann

Auf der sportlichen Ehrentafel im Clubraum erscheint sein Name immer wieder: Marcel Geissmann. Als aktiver Ruderer vom Junior bis ins Masters-Alter erlebte und prägte er das Wachsen des RCB in den Achtziger-Jahren hautnah mit. Langjährigen Mitgliedern ist der legendäre Vierer Geissmann/Küffer/Mazzei/Arbenz noch ein Begriff, der den SM-Titel nur wegen eines Rollsitze-Defekts verpasste. Zu seinen zahlreichen Erfolgen gehört ein Schweizermeistertitel (1991 im Leichtgewichts-Doppelvierer) sowie mehrere Einsätze für die Nationalmannschaft. Ab 1996 gab Marcel sein Ruder-Wissen als Trainer an die junge Generation weiter, anfangs mit dem Juniorinnen-Team, danach bei den Senioren/Elite. Mehrere Einsätze als Projektcoach für den SRV zeigen, dass sein Wirken nicht nur im RCB, sondern auch national Beachtung fand. Dass Marcel sein grosses Trainer-Engagement trotz hoher beruflicher Belastung immer ehrenamtlich erbrachte, ist für den Verein äusserst wertvoll und kann allen als Referenz dienen, was alles möglich ist zur Freude des Ruderns. In diesem Sommer trat Marcel aus familiären Gründen etwas kürzer, wobei man ihn auch jetzt immer noch häufig im Bootshaus antrifft.

Du bist zurzeit der dienstälteste RCB-Trainer und kennst den Rudersport wie Deine Westentasche. Was macht für Dich die Faszination Rudern aus?

Als erstes die Bewegung in der freien Natur, als spezielles das Gleiten auf dem Wasser. Dann das Zusammenspiel von Kraft-, Ausdauer- und Technik-Komponenten. Nicht zu vergessen ist die präzise Teamarbeit in den Mannschaftsbooten, welche wenn's klappt, eine unheimliche Dynamik in ein Team bringen kann.

Als erfolgreicher Ruderer wie auch Trainer kennst Du das Erfolgsrezept im Rudersport. Was braucht es?

Sicherlich eine „gesunde“ Physis, sowohl betreffend Kraft- wie auch Ausdauer-Fähigkeiten. Dann die mentale Fähigkeit zu „leiden“ und sich immer und immer wieder in den Trainings zu fordern und an/über die Grenzen zu gehen. Ebenfalls ist ein gutes Körpergefühl für die rasche Umsetzung von technischen Korrekturen von Vorteil.

Seit 2004 betreust Du die Trainingsgruppe der Elite-Männer, vorher hattest Du die Juniorinnen sowie einzelne Elite-Frauen trainiert. Während dieser Zeit konntest Du zahlreiche Erfolge feiern. An welche erinnerst Du dich besonders gerne zurück?

Chronologisch gesehen hier die grössten RCB-Erfolge, welche ich als Trainer mitfeiern durfte:
2002: SM-Titel im JuniorinnenA 2x mit Steffi Ahrens/Alexandra Koller
SM-Titel im JuniorinnenA 4x mit Steffi Ahrens/Alexandra Koller/Steffi Weber/Regina Naunheim
Teilnahme Junioren-WM als Projekttrainer Juniorinnen 2x mit Steffi Ahrens/Regina Naunheim mit Rang 10
2004: SM-Titel im Frauen U23 2x mit Steffi Ahrens/Regina Naunheim
Teilnahme U23-WM als Projekttrainer Frauen U23 2x mit Steffi Ahrens/Regina Naunheim mit Rang 8
2007: SM-Silber im Senioren 4- und Bronze im Senioren 8+
2008: SM-Silber im Senioren 8+ und Bronze im Senioren 4-
Sowohl der 4- mit Christoph Forster/Stephan Koller/Stephan Steiner/Peter Kopp wie auch der 8+ waren sicherlich die beiden schnellsten Senioren-Grossboote die der RCB je hatte - ein tolles Seniorenjahr!
2009: SM-Silber im Lgw 2x mit Dani Wiederkehr/Claudio Obrist

Ist für Dich nun die Zeit gekommen, etwas kürzer zu treten, oder bleibst Du dem Ruderclub Baden auch zukünftig im gleichen Umfang erhalten?

Tatsächlich werde ich nun nach über 10 Jahren RCB-Trainertätigkeit etwas kürzer treten. Mit Peter Kopp und Stephan Steiner werden sich zwei frühere RCB-Spitzenrunderer neu um die Senioren und Seniorinnen kümmern. Es

freut mich besonders, dass der RCB nicht nur Athleten- sondern auch Trainer-Nachwuchs ausbildet und fördert - davon können wir nun profitieren. Mir wird es wohl nicht allzu langweilig werden, da meine Frau Karin und ich bald ein Baby erwarten und ich dann mit diesem „Nachwuchs-Projekt“ wahrscheinlich genügend gefordert werde.



Marcel Geissmann 2007 an der Badenfahrt

Der Ruderclub Baden hat sich als einer der Achtervereine in der Schweizer Ruderszene etabliert. Der Achter und der RCB sind quasi untrennbare Zwillinge geworden. Erachtest Du diese Entwicklung als sinnvoll oder glaubst Du, dass eine Richtungsänderung in ferner Zukunft eintreten wird?

Der Achter ist das Boot mit der grössten Dynamik und Geschwindigkeit, daher für mich die Formel 1 unter den Ruderbooten. Jedoch ist es schwierig in einem Club acht in etwa gleich starke AthletInnen zur Verfügung zu haben und den „F1-Wagen“ optimal ins Rollen zu bringen - das Leistungsgefälle ist oft recht gross. Es macht Sinn, oft in den kleineren Booten wie Einer, Zweier oder Vierer zu trainieren und damit die Qualität und Quantität der Trainings den jeweiligen Möglichkeiten der Ruderern anzupassen. Somit können alle AthletInnen ihre individuellen, „allfällig egoistischen“ Ziele in den Kleinbooten abdecken. Jedoch hoffe ich, dass der RCB und seine Trainer weiterhin alles daran setzen, seine AthletInnen für das Rudern im Achter (Minimalziele: HEAD und SM) zu motivieren - nichts fördert die Teamfähigkeit mehr!

Unser Club hat sich in den letzten zehn Jahren rasant weiterentwickelt. Verfügen wir noch über ungenutzte Reserve, bzw. wo soll sich unser Verein noch verbessern?

Da sich das Führen eines Ruderclubs in der Schweiz wohl nicht professionalisieren lässt, ist es - wie bei vielen anderen nebenamtlich geführten Clubs - zentral, dass wir motivierte und motivierende RCB-Mitglieder finden, welche sich in den Club einbringen wollen und können. Sei es im Vorstand, als Trainer, in den Kommissionen, als Breitensportverantwortliche, etc. In den letzten Jahren hat die transparente Clubpolitik und offene Kommunikation viel dazu beigetragen - dies sicherlich ein Verdienst von Jörgen Ahrens. Ich hoffe, dass sich weiterhin zahlreiche Clubmitglieder engagieren werden und ihre Ideen und ihr Wissen in den RCB einbringen können.

Interview: Peter Kopp

Termine 2010/2011

November 2010

- 25. Betreuerabend
- 27. Stauseelauf

Dezember 2010

- 5. Achterrennen Eglisau
- 7. Chlaushock
- 18. BADEN Achter Cup, Clubbrunch
- 31. Silvester-Ausfahrt, Diner im Clubhaus

Januar 2011

- 8. Papiersammlung

Februar 2011

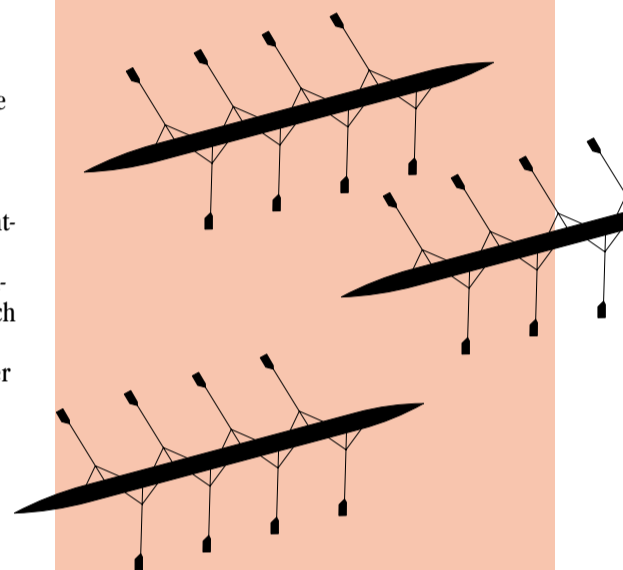
- 25. Generalversammlung

März 2011

- 19. The Women's Eights Head of the River Race, London

April 2011

- 2. The Head of the River Race, London
- 3. The Vesta Veterans' Head, London



Sponsor

KOMPETENZ AUS LEIDENSCHAFT
HOFGARAGE



5452 Oberrohrdorf
office@hofgarage.ch
www.hofgarage.ch



MG/ROVER SERVICE

RCB Vorstand 2010

Präsident

Jörgen Ahrens P 056 / 496 44 07
Zweierestrasse 5e G 056 / 485 60 85
5443 Niederrohrdorf M 079 / 357 33 07

Vizepräsident

Alex Pfirter P 056 / 222 65 44
Mellingerstrasse 83c M 079 / 403 41 51
5400 Baden G 056 / 222 65 41

Ruderchefin

Anne-Kristin Läng P 056 / 210 06 60
Römerstrasse 2 M 076 / 577 50 40
5400 Baden

Aktuar

Stephan Lozza G 056 / 210 07 07
Parkstrasse 15, Postfach F 056 / 210 07 08
5401 Baden M 078 / 778 96 69

Kassier

Patrick Birchmeier P 056 / 496 46 04
Hiltmattstrasse 9 M 078 / 841 79 78
5443 Niederrohrdorf

Bootshauschef

Helmut Metzner P 056 / 496 35 62
Gartenweg 10 M 079 / 437 26 80
5443 Niederrohrdorf F 056 / 496 35 62

Chef Breitensport

André Aubry P 056 / 424 25 08
Mattenstrasse 13 G 056 / 410 03 30
5436 Würenlos F 056 / 406 32 22

Materialchef

Sam Wyler P 043 / 333 06 93
Birmensdorferstr. 553 G 044 / 278 31 79
8055 Zürich M 079 / 749 41 32

Chefin Information

Christina Lüthy P 056 / 288 23 85
Eichstrasse 12 M 079 / 374 61 54
5417 Untersiggenthal

Beisitzer Sponsoring

Conrad Munz P 056 / 221 12 19
Bernerstrasse 22 M 079 / 403 15 29
5400 Baden

Beisitzer Recht

Peter Kopp M 079 / 419 72 40
Weiermattweg 12
5200 Brugg