



# SRV FITNESSRUDERN KALENDER 2005

## FSSA Sport de Base Calendrier 2005

27.12.04

| Datum<br>Date   | Gewässer<br>Cours d'eau  | Teilnehmer<br>Participants | km<br>ca. | Kosten<br>Coûts<br>ca.                               | Anmeldung + Infos<br>Inscription + Information   | Bemerkungen<br>Remarques   |
|---|--|----------------------------|-----------|--|--|--|
| <b>Kurse / Cours</b>  |  |                            |           |  |  |  |
| Sa 5.2.<br>+<br>Sa. 12.2.   | <b>Theoriekurs<br/>Rudern</b><br><br>See Club<br>Küsnacht<br>8700 Küsnacht                                       | max. 30                    |           | 100.-<br>/Pers.                                      | bei:<br>Silvain Michel<br>Leiter Fitnesssport<br>SC Küsnacht<br>01 991 24 95<br>078 669 93 15<br>michel@ggaweb.ch                  | Theoriekurs (inkl. Ordner)<br>- Gesetze & Vorschriften<br>- Sicherheitsaspekte<br>- Wetterkunde<br>- Ruderphysik<br>- Bootskenntnisse<br>- ev Trainingslehre |
| Sa 16.04.<br>+<br>So 17.4.  | <b>Rudertechnik<br/>im Boot</b><br>Cham<br><br>Ruderclub Cham<br>Bootshaus:<br>Seestr. 11, Cham<br>09.00 - 17.00 | 20<br><br>20               |           | CHF 50   | bei:<br>Rico Lang<br>Stacherholzstr. 57<br>9320 Arbon<br>Tel. 076 317 84 42<br>Fax 071 446 84 78<br>mail: fitness@swissrowing.ch   | Erlernen/Verbessern<br>Technik mit Video-<br>aufnahmen unter Anleitung<br>von erfahrenen Trainern<br>ganztägiger Kurs<br>Kosten inkl. Mittagessen            |
| 17.4.-23.4.   | <b>Ratzburg</b><br>European<br>Sculling Camp<br>2005   | 12                         |           | EUR 545  | Carla Beekman, Amsterdam<br>mail: carla@mediacentrum.nl<br>oder<br>Rico Lang<br>Tel. 076 317 84 42<br>Mail: fitness@swissrowing.ch | Mindestalter 18<br>Intensivausbildung im Skiff<br>für Anfänger und Fortge-<br>schrittene<br>Internat. Lager in engl.<br>Sprache                              |
| 5.3.-12.3.<br>+<br>12.3.-19.3.<br>weitere<br>Daten 2005<br>s. website | <b>Lake Banyoles<br/>Spanien</b><br>Ruder-<br>Ferienkurse für<br>Einsteiger +<br>Fortgeschr.                     | ca. 15<br>pro Woche        |           | 1550 DZ<br>1650 EZ<br>inkl. Flug<br>und<br>Vollpens. | Ursula Wehrli Sport<br>8134 Adliswil<br>T: 01 711 10 18<br>F: 01 711 10 12<br>Mail: uwehrli@sportartikel-<br>gmbh.ch               | weitere Kurse werden<br>laufend angeboten.<br>Info und<br>Details<br>www.rowandrow.ch  |
| <b>Touren / Langstrecken<br/>Ballades / Longue distance</b>           |  |                            |           |  |  |  |
| Mai – Sept.   | <b>Frankreich</b><br>div.Flüsse und<br>Kanäle  | div.                       |           |  | Unterlagen und Infos bei:<br>Rico Lang oder<br>www.avironfrance.asso.fr :<br>"Randon'aviron 2005"                                  | verschiedene 1- und Mehr-<br>tagesfahrten, organisiert von<br>lokalen Rudervereinen  |
| Sa 19.3.  | <b>Zürichsee</b><br>See Club<br>Küsnacht   | offen                      | 75        | keine  | bei:<br>Silvain Michel<br>Leiter Fitnesssport<br>SC Küsnacht<br>01 991 24 95<br>078 669 93 15<br>michel@ggaweb.ch                  | Zürichseerundfahrt<br>In C-Gig / ev. 4x+<br>06.00Uhr bis ca. 14.00Uhr<br><br>jedes Boot ist selbständig  |
| So. 15.5.<br>Pfungsten  | <b>Venedig</b><br><b>31. Voga Longa</b>  | unbeschränkt               | 30        |  | ab Frühjahr 2005<br>via<br>www.vogalonga.it  | Eigene Boote mitbringen<br><br>Anmeldeformulare und Info:<br>www.vogalonga.it  |

| Datum<br>Date      | Gewässer<br>Cours d'eau   | Teilnehmer<br>Participants                          | km<br>ca. | Kosten<br>Coûts<br>ca.         | Anmeldung + Infos<br>Inscription + Information   | Bemerkungen<br>Remarques   |
|--------------------|---|---|-----------|--------------------------------|--|--|
| Sa 11.6.           | <b>Walensee -<br/>Linth - Obersee</b><br><br>See Club<br>Küsnacht         | offen   | 30        | CHF 50                         | bei:<br>Silvain Michel<br>Leiter Fitnessport<br>SC Küsnacht<br>01 991 24 95<br>078 669 93 15<br>michel@ggaweb.ch   | ROZ- Linthkanalfahrt<br>(Weesen – Rapperswil)  |
| 18.-26.6.          | <b>FISA-Tour<br/>2005<br/>Holland</b><br>Rotterdam-<br>Amsterdam          | 80<br>Teilnehmer<br>wovon 6-8<br>aus der<br>Schweiz | 160       | EUR 750                        | bis 30. Januar 2005 bei:<br>Rico Lang<br>Stacherholzstr. 57<br>9320 Arbon<br>Tel. 076 317 84 42<br>Fax 071 446 84 78<br>mail: <a href="mailto:fitness@swissrowing.ch">fitness@swissrowing.ch</a><br>Anmeldung auf off. Formular<br>via Rico Lang | Internat. Rudertour in<br>Wherry (breite Wander-<br>boote mit 2 Ruderern + 2<br>Steuerleuten/Navigator)<br>Infos:<br><a href="http://www.fisatour2005.knrb.nl">www.fisatour2005.knrb.nl</a><br><b>Achtung:</b><br><b>Anmeldeschluss 30. Jan.<br/>2005!</b> |
| Sa 9.7.            | <b>Bodensee und<br/>Untersee<br/>Kreuzlingen</b><br>RC Kreuzlingen        | unbeschränkt  | 21 / 42   | 15.-<br>Club max.<br>CHF 150.- | ab April 2005 bei:<br><a href="http://www.ruderclubkreuzlingen.ch">www.ruderclubkreuzlingen.ch</a>   | Distanzfahrt<br>21km K'lingen-Ermatingen-<br>Kreuzlingen<br>42km K'lingen-Steckborn-<br>Kreuzlingen.<br>Eigene Boote mitbringen.<br>Übernachtungsmöglichkeit   |
| So 21.8.           | <b>Rhein<br/>13. Basler<br/>Rudermarathon</b><br>RC Blauweiss<br>Basel    | unbeschränkt  | 42        | CHF 35                         | bei:<br>Fritz Kreppelt<br>mail: <a href="mailto:Fritz.Kreppelt@fixit.ch">Fritz.Kreppelt@fixit.ch</a>   | Eigene Boote mitbringen<br>Start ab 7.00<br>keine Zeitmessung  |
| Sa/So<br>27./28.8. | <b>Lac de<br/>Neuchâtel<br/>Seerundfahrt</b><br>RC Bern /<br>SN Neuchâtel | max. 10   | 80-85     | ca<br>85 CHF                   | Bis 31.7. bei<br>Roland Kallmann<br>Gewerbstr. 12<br>3012 Bern<br>Tel.: 031 301 24 83 (P)<br>Fax: 031 302 72 58<br><a href="mailto:tigris@access.ch">tigris@access.ch</a>  | Übernachtung in einem<br>grossen Zelt in Cheyres.<br>Sa Mittag im Restaurant auf<br>eigene Rechnung  |
| Sa 3.9.            | <b>Bieleree-<br/>Rundfahrt</b><br>Seeclub Biel                            | 32  | 33        | CHF 10                         | Peter Mosimann, Chef<br>Wanderrudern Seeclub Biel<br>Stockackerweg 13, 2564<br>Bellmund / <a href="mailto:mmm-mosimann.ch@bluewin.ch">mmm-<br/>mosimann.ch@bluewin.ch</a>  | Fahrt in C-Booten  |
| 3.9.-10.9.         | <b>DOURO 2005</b><br>Portugal<br>Barca d'Alva -<br>Porto                  | 40  | 203       | EUR 700                        | bis 31.5.05<br>auf off. Anmeldeform. via<br>Rico Lang<br>Stacherholzstr. 57<br>9320 Arbon<br>Tel. 076 317 84 42<br>Mail <a href="mailto:fitness@swissrowing.ch">fitness@swissrowing.ch</a>   | Wochentour auf Douro in<br>Yole<br>DZ in Hotel/Sportzentrum<br>Info bei :<br>J. Cancellara<br>Tel. +351.214155731<br>Mail: <a href="mailto:j.cancellara@sapo.pt">j.cancellara@sapo.pt</a>  |
| Sa. 17.9.          | <b>BILAC 05</b><br>Neuenburgersee-<br>Bieleree                            | unbeschränkt  | 30        | Nenngeld                       | Infos bei:<br><a href="http://www.swissrowing.ch">www.swissrowing.ch</a><br>(Ausschreibung/Anmeldung)  | detaillierte Einladung<br>geht an die Clubs.<br>eigene Boote mitbringen  |

| Datum<br>Date                             | Gewässer<br>Cours d'eau   | Teilnehmer<br>Participants | km<br>ca. | Kosten<br>Coûts<br>ca.  | Anmeldung + Infos<br>Inscription + Information  | Bemerkungen<br>Remarques  |
|---|---|----------------------------|-----------|---|---|---|
| Sa/So<br>24.- 25.9.                       | <b>Rund um die<br/>Brissago-Inseln</b><br>Canottieri<br>Locarno                                     |                            |           | CHF 10<br>+<br>CHF 50<br>Ueber-<br>nachtung                                       | bis 20.9.05 :<br>Peter Schmidle<br>tel 079 354 04 02,<br>fax 091 791 37 11<br>mail:<br><a href="mailto:masters@swissrowing.ch">masters@swissrowing.ch</a>   | Samstag-NM:<br>Anreise, Besichtigung Bosco<br>Gurin (Walserdorf)<br>Nachtesen<br>Sonntag: Rudertour<br>Uebernachtung im<br>Bootshaus: 27 Plätze   |
| Sa/So<br>24./25.9.                        | <b>Lac Léman<br/>33<sup>e</sup> Tour du<br/>Léman</b><br>SN Genève                                  | max. 125                   | 160       | 200 CHF<br>pro Boot   | Bis. 5.9. bei<br>Société Nautique de Genève<br>(SNG)<br>Section de l'Aviron<br>Port Noir, 1223 Cologny<br>Tel: 022 707 05 00<br>Fax: 022 707 05 09<br><a href="mailto:admin@nautique.org">admin@nautique.org</a>                        | Nur gesteuerte 4er Boote,<br>eigene Boote mitnehmen<br>Langstreckenrennen   |
| Sa/So<br>8./9.10                          | <b>Aare<br/>Bern-Twann -<br/>Solothurn</b><br>RC Bern /<br>SN Neuchâtel /<br>CA Vevey               | min. 8<br>max. 20          | 75        | ca<br>CHF 200   | Bis 31.8. bei<br>Roland Kallmann<br>Gewerbestr. 12<br>3012 Bern<br>Tel.: 031 301 24 83 (P)<br>Fax: 031 302 72 58<br><a href="mailto:tigris@access.ch">tigris@access.ch</a>  | 5 Wehre: 1x Schiffsaufzug,<br>3 x Transportwagen, 1x<br>Schleuse<br>Übernachtung in Nods<br>(oberhalb Twann)  |
| Sa 15.10.                                 | <b>Wohlensee<br/>19. Armada-Cup</b><br>Regattaverein<br>Bern  | unbeschränkt               | 9 + 9     | 50 CHF<br>pro Boot<br>(Junio-<br>ren 30<br>CHF,<br>max. 400<br>CHF pro<br>Verein) | Bis. 3.10 mittels E-Mail oder<br>Internet<br><a href="http://www.bkw-armadacup.ch">www.bkw-armadacup.ch</a><br><a href="mailto:entry@armadacup.ch">entry@armadacup.ch</a>   | Nur Skiff<br>eigene Boote mitnehmen<br>Langstreckenrennen<br><a href="http://www.bkw-armadacup.ch">www.bkw-armadacup.ch</a>   |
| Nach<br>Absprache<br>Mai bis<br>September | <b>Lac de<br/>Génissiat</b><br>CA Bellegarde  | 5                          | 33-37     | 40 CHF<br>für das<br>Schiff<br>25 CHF<br>für die<br>Bearbei-<br>tung              | 5 Wochen vor dem<br>gewünschten Datum:<br>Roland Kallmann<br>Gewerbestr. 12<br>3012 Bern<br>Tel.: 031 301 24 83 (P)<br>Fax: 031 302 72 58<br><a href="mailto:tigris@access.ch">tigris@access.ch</a>                                     | Eintägiger Ruderausflug auf<br>der Rhone in Frankreich 40<br>km unterhalb von Genf.<br>Möglichkeit für 1 oder 2<br>Übernachtungen und<br>Abendessen in einem Hotel<br>** in Bellegarde. Ab 1.4.05<br>ist das Infoblatt erhältlich.<br>Für mehr als 5 Ruderer<br>müssen die eigenen Boote<br>mitgebracht werden. |
| Mai bis<br>Oktober                        | <b>Adventure<br/>Canada Rowing</b><br>British<br>Columbia<br><br>verschiedene<br>geführte<br>Touren | je nach Tour               |           |   | CANYON SPORTS &<br>ROWING TOURS<br>Kurt & Barbara Baumann<br>12451 Canyon Road<br>Smithers, B.C., V0J 2N1<br>Canada<br>Telefon/Fax: 001 – 250 – 847<br>6103<br>Email:<br><a href="mailto:info@rowingtours.com">info@rowingtours.com</a> | Infos:<br><br><a href="http://www.rowingtours.com">www.rowingtours.com</a>  |

| Datum<br>Date              | Gewässer<br>Cours d'eau  | Teilnehmer<br>Participants | km<br>ca. | Kosten<br>Coûts<br>ca.         | Anmeldung + Infos<br>Inscription + Information   | Bemerkungen<br>Remarques   |
|----------------------------|--|----------------------------|-----------|--------------------------------|--|--|
| <b>Masters</b>             |  |                            |           |                                |  |  |
| 21.7.-4.8.                 | <b>Masters World Games</b><br>Edmonton,<br>Canada +<br>Wochentour auf<br>Yukon River | wenige Plätze              |           | c\$ 3900                       | Info + Anmeldung bei:<br>Canyon Sports & Rowing<br>Tours,<br>B.+ K. Baumann<br>Smithers, BC, Canada<br>info@rowingtours.com  | Det. Programm und weitere<br>Infos auf<br><a href="http://www.rowingtours.com">www.rowingtours.com</a><br><br><b>Achtung:<br/>Anmeldefrist Januar 2005!</b>                                  |
| 8.-11.9.                   | <b>32. FISA World Masters</b><br>Strathclyde<br>Schottland                           |                            |           |                                | Info und Anmeldung bei:<br>Peter Schmidle<br>Cas post. 631<br>7716 Losone<br><br>mail:<br>masters@ruderverband.ch  |  |
| <b>Jugend / Jeunesse</b>   |  |                            |           |                                |  |  |
| Sa 9.7.<br>ab 13.30<br>Uhr | <b>Spiel &amp; Fun Regatta Kreuzlingen</b><br>RC Kreuzlingen                         | Unbeschränkt               |           | 10.-<br>Club max.<br>CHF 120.- | ab April 2005 bei:<br><a href="http://www.ruderclubkruzlingen.ch">www.ruderclubkruzlingen.ch</a>   | 100m im Einer<br>2500m im Gig-Boot 4x+<br>Pacours an Land<br>Boote werden zu Verfügung<br>gestellt.  |
| 15.-24.7.                  | <b>Hamburg D</b><br>Jugendlager<br>Deutsch-Schweiz<br>Jugendbegegnung                | ca. 10                     |           | CHF 300                        | bis 30. März 2005 bei:<br>Rico Lang<br>Stacherholzstr. 57<br>9320 Arbon<br>Tel. 076 317 84 42<br>Fax 071 446 84 78<br>mail: <a href="mailto:fitness@swissrowing.ch">fitness@swissrowing.ch</a> | Jugendlager<br>Rudern, Spiel und Fun<br>organisiert vom<br>Dt. Ruderverband<br>Kosten für Lager inkl. Reise<br><b>Durchführung nur bei<br/>genügender Beteiligung</b>                        |
| 29.7.-7.8.                 | <b>Brandenburg D</b><br>Internat.<br>Jugendcamp im<br>Rahmen der<br>Junioren-WM      | ca. 10                     |           | EUR 400                        | bis 30. März 2005 bei:<br>Rico Lang<br>Stacherholzstr. 57<br>9320 Arbon<br>Tel. 076 317 84 42<br>Fax 071 446 84 78<br>mail: <a href="mailto:fitness@swissrowing.ch">fitness@swissrowing.ch</a> | Lager für JuniorInnen der<br>Jahrgänge 1988-1991<br>WM-Besuch / Rahmen-<br>programm / Ruderfahrten<br>Kosten für Lager inkl. Reise<br><b>Durchführung nur bei<br/>genügender Beteiligung</b> |
| Mitte Sept.                | <b>Zürichsee<br/>13. ROZ-<br/>Blöötterli-Cup</b><br><br>SC Richterswil               | unbeschränkt               |           | CHF 25                         | bei<br>SC Richterswil<br><a href="http://www.seeclub-richterswil.ch">www.seeclub-richterswil.ch</a>  | Boote werden zum Grossteil<br>vom Veranstalter zur<br>Verfügung gestellt.  |

| Dokumentation / Documentation |  |  |    |  |  |  |
|-------------------------------|--|--|----|--|--|--|
|                               | <b>Aare Bern (RCB)– Solothurn (SRC)</b><br>Streckenbeschreibung mit 26 Seiten  |  | 75 | 60 CHF   | Roland Kallmann<br>Gewerbestr. 12<br>3012 Bern<br>Tel.: 031 301 24 83 (P)<br>Fax: 031 302 72 58<br><a href="mailto:tigris@access.ch">tigris@access.ch</a>                | Mit Ausschnitten der LK 1 : 25000, Fotos und vielen Hinweisen.   |
|                               | <b>Alle grossen Flüsse der Schweiz:</b> 150 Seiten mit Karten und Beilagen (davon 134 Ausschnitte 1 : 25000), Stand 1999 |  | -  | Kompletter Band: 72 CHF; Auszüge (je nach Umfang): 30 bis 50 CHF | Roland Kallmann<br>Gewerbestr. 12<br>3012 Bern<br>Tel.: 031 301 24 83 (P)<br>Fax: 031 302 72 58<br><a href="mailto:tigris@access.ch">tigris@access.ch</a>                | Aare, Broye, Ziehl, Limmat, Linth, Reuss, Rhein, Thur, Rhone mit Angaben der Bootshäuser und Ruderstege.<br>Für die erste Sammelbestellung: Bitte vor dem 15.3.2005 bestellen. |
|                               | <b>Guide du Léman Guide des Trois Lacs</b><br>(Neuchâtel– Bienne– Morat) (ein Band), 2. Ausgabe, 2004                    |  | -  | 25 CHF   | Jean de Bosset<br>Bosco Yachting Services<br>1428 Provence<br>T: 024 434 21 21<br>F: 024 434 21 22<br><a href="mailto:boscoyacht@freesurf.ch">boscoyacht@freesurf.ch</a> | Mit Eintrag der Ruderstege   |
|                               | <b>Karten aller grossen Seen der Schweiz</b>   |  | -  | Pro Seekarte: 25 bis 28 CHF                                      | Jean de Bosset<br>Bosco Yachting Services<br>1428 Provence<br>T: 024 434 21 21<br>F: 024 434 21 22<br><a href="mailto:boscoyacht@freesurf.ch">boscoyacht@freesurf.ch</a> | Ohne Eintrag der Ruderstege  |

**Schweizerischer Ruderverband**

**Fitnesssport**

Rico Lang

Stacherholzstrasse 57

9320 Arbon

Tel: 076 317 84 72

Fax: 071 446 84 78

Mail: [fitness@swissrowing.ch](mailto:fitness@swissrowing.ch)