dr Indianer

4/2012

Mitteilungsblatt
des Kanuclubs Biel-Magglingen

Inhaltsverzeichnis Indianer 4/12

	Seite
... das läuft bei uns im Winterhalbjahr 12/13	3
Regelmässige Wintertrainings 12/13	4
Hallenbadtraining für Erwachsene inkl. Eskimotierkurse	5
Bootshausaktion 20.Oktober	6
Kids-Anlässe	7
Berichte aus unserem Wettkampfteam	9
Simon+Simon: Neue Perspektiven	14
Nathalie Siegrist: Eine neue Herausforderung	16
Auf den Spuren der Goldgräber	18
Diverses	20
Vorstands- und Kontaktadressen	22/23

"Generationenwechsel"

Erfahrene Wettkämpfer beenden ihre Spitzensportkarriere, die Wettkampftrainerin verlagert das Schwergewicht ihrer Arbeit vom Club zum Kanuverband, die Gruppe unserer Jüngsten - die Kids - erlebt einen rasanten Aufschwung, und erfahrene Kanuten geniessen die weite Natur im nordamerikansichen Yukongebiet: Unglaublich, was in einer einzigen Saison im gleichen Club geschehen kann. Die Berichte in diesem "Indianer" geben einen Einblick. Viel Vergnügen bei der Lektüre!

*Die **farbige** Ausgabe des Indianers 4/12 ist natürlich auf **www.kanuclub.ch** zu finden!*

... das läuft bei uns im Winterhalbjahr 12/13

♦ **Hallenbadtraining** am Dienstag mit Eskimotieren, Schwimmen und Wasserspielen	Oktober bis März	siehe folgende Seite
♦ **Hallentraining**: Konditionstraining und Spiele für Kids, Jugendliche und Erwachsene	Oktober bis März	siehe folgende Seite
♦ **Training auf dem See**: Slalom- und Seetraining - auch im Winter!	Oktober bis März	siehe folgende Seite
♦ **Club-Herbst-Aktion Bootshaus** ... mit Flohmarkt, Picknick und Leitersitzung	Samstag, 20. Oktober	siehe Seite 6
♦ **Chlauserfahrt** Ausfahrt am Spätnachmittag und Chlauserabend im Bootshaus gemäss spezieller Ausschreibung	Samstagnachmittag/-abend 1. Dezember	Ausschreibung folgt per Mail (wer keines hat, bitte vorher beim Präsi melden)
♦ **Mondscheinwanderung (Schneeschuh, LL, zu Fuss)** im Gebiet des Chasserals	Freitagabend 22. Februar 13	Einladung folgt
♦ **Generalversammlung des KCBM** im Bootshaus Strandboden	Freitagabend 8.3.13 KANUCLUB BIEL MAGGLINGEN	Einladung folgt
♦ **Kanu-Ausflüge auf See und Zihl** zu zweit, in Gruppen	jederzeit bei guter Witterung	Absprache selbständig

♦ **Vorschau**
in Osterferien 2013 Kanu- und Ferienlager z.B. in St.Pierre-de-Boeuf und/oder Drôme-Tal (F), falls Interesse vorhanden

♦ **und natürlich**
Aktuelles immer auf www.kanuclub.ch

Regelmässige Wintertrainings 12/13

Trainingsperiode: Start Dienstag, **16. Oktober 12;** Saisonabschluss **Ende März 13;**
Unterbruch übers Jahresende vom 21. Dezember bis 7. Januar.
➔ aktuelle Daten (Ferienunterbrüche usw.) siehe jeweils auf www.kanuclub.ch

Trainingszeiten (Planungsstand Ende September 12; aktualisiert siehe Website)

Mo	Di	Mi	Do	Fr
Wettkampftraining auf dem Wasser nach Angaben der Trainer und Programm auf KCBM-Website	18.30-19.45 Hallenbad Kids / Jugend Frido/Sebi	Wettkampftraining auf dem Wasser nach Angaben der Trainer und Programm auf KCBM-Website	19.00-20.30 Turnhalle TG1+ / TG 2 Jan	
	19.45-21.00 Hallenbad Erwachsene* div.		20.00-21.30 Turnhalle (1/2h FR) Erwachsene** Marc	

Hallen- und Hallenbadtrainings in Magglingen

allgemein
- Hallentraining Magglingen **(ab 18. Oktober)** in der alten Sporthalle BASPO
- Hallenbad Magglingen **(ab 16. Oktober)** im Hochschul-Hauptgebäude des BASPO
- Für die Reise mit dem öV: Abfahrt in Biel jeweils ...00, ...20 und ...40; nach 20 Uhr: ... 00 und ....30; ab Magglingen ebenfalls ...00, ...20 und ...40, nach 20:20 aber 20:50, ... 20, ...50; von der Bergstation 3' bis ins Hallenbad, 10' zu Fuss bis zur Halle

Kids/Trainingsgruppen 1+ und 2
Information durch und Anmeldung direkt an die genannten Verantwortlichen

Erwachsene Hallenbad, Dienstag *(siehe nächste Seite)*
* - Start **16.10.**12: 1x freies Schwimmen, dann Eskimotierkurs 1 (siehe nächste Seite)
- nachher Angebot gemäss separater Ausschreibung per Mail und Website
- Ende Februar / März Eskimotierkurs 2

Erwachsene Hallentraining, Donnerstag
** - Start **18.10**.12, 20 Uhr
- zuerst jeweils 30' im Fitnessraum (Überschneidung mit Wettkampftraining in Halle), dann in der Halle
- Leitung: Marc Chevalier; Anmeldung direkt an ihn

Kosten: Die Beiträge werden direkt im Training / Kurs eingezogen.
Pauschale für **sämtliche** Kurse und Trainings (einmal bezahlen - vielseitig trainieren)
- Mitglieder (Jugendliche und Erwachsene) Fr. 80.-
- Nichtmitglieder Fr. 120.-

Anmeldung direkt an die im Wochenplan Genannten (Adressliste siehe Seiten 22/23)

Hallenbadtraining für Erwachsene in 3 Teilen

1. Teil und 3. Teil: Eskimotierkurse im Oktober/November und März

Wann 4 **Dienstag-**Abende, jeweils 19.45-21.00 Uhr, am **23., 30. Oktober und 6., 13. November 12** (Kurs 1) oder voraussichtlich am **26.2.13, 5.3., 12.3., 19.3.** (Kurs 2; die definitive Ausschreibung folgt im nächsten "Indianer" sowie auf unserer Website)

Wer - **Erwachsene und ältere Jugendliche**
- Anfänger/innen und nicht-mehr-Anfänger/innen

Was - Eskimotier-Grundform (im warmen, klaren Wasser) und Eskimotier-Varianten
- Schwimmen und Spielformen

nach der Devise
Der Aufgabe ins Auge schauen, zupacken und handeln!

Leitung Martin Jutzeler, Ipsach, martin-jutzeler@bluewin.ch, 032 331 90 10

Kosten (inkl. Hallenbadmiete)
- gratis für Personen, die bereits Fr. 80.- fürs Wintertraining bezahlt haben
- für alle andern Fr. 40.- (Nichtmitglieder 80.-), pauschal für den Kurs

Persönliche Ausrüstung
- Badeanzug, evtl. leichter Neopren (empfohlen)
- Nasenklemme und evtl. Schwimm-/Taucherbrille (fakultativ, aber hilfreich)

Anmeldung für Kurs 1 **bis 15. Oktober 2012** per Mail an Tinu (s. Leitung)

2. Teil: Schwimmen, Wasserspiele und Eskimotieren

Wann - Dienstagabende Mitte Oktober sowie Mitte November bis Februar, jeweils von 19.45 - 21.00
- am 16.10.; 20.11., 27.11., 4.12., 11.12., 18.12., 8.1.13, 15.1., 22.1., 29.1., 5.2., 12.2., 19.2.13

Was Wasserspiele, selbständiges Schwimmtraining und Eskimotieren, Wasserfitness
→ eine separate Ausschreibung folgt per Mail und über <kanuclub.ch>

Kosten + Teilnahme
- für Personen, die die Winter-Trainingspauschale von Fr. 80.- (Mitglieder) bzw. Fr. 120.- (Nichtmitglieder) bezahlt haben
- für Nichtmitglieder, die nur ein Schwimmtraining absolvieren möchten, zur Saisonpauschale von Fr. 80.-

Herbstaktion Bootshaus: Samstag, 20. Oktober

Wir konnten die Saison ausgiebig geniessen. Wie jeden Herbst braucht's noch ein paar zugreifende Hände, damit die Infrastruktur auch für's nächste Jahr stimmt.

1. Teil: Bootshausaktion 09:30

Es geht vor allem um das Fit-Machen des Bootshauses und des Bootsmaterials:
- Kleine Reparaturen, Montagen im Bootshaus und Organisation Küche
- Instandhaltungen um das Bootshaus
- Check des Bootsmaterials und Reparaturen
- Unterhaltsarbeiten im Bootslager
- "Sanierung" des Bootslagerraums BASPO

Gemeinsam geht es schneller! - Helfer/innen sind also sehr gefragt.

Ausrüstungen für den 1. Teil?

Wer Werkzeuge, Flickmaterial usw. (Gartenschere, starker Rechen, Bootsflickzeug, spez. Putzmaterial) mitbringen kann, klärt deren Bedarf vorher mit Tinu.

Anmeldungen bitte bis 15. Oktober
per Mail oder SMS an Tinu Jutzeler: martin-jutzeler@bluewin.ch, 079 832 24 75

2. Teil: Flohmarkt 11:30-12:30

Wer hat was zu verkaufen? Wer sucht was für den Kanusport? - Der Club hat auch einiges auf Lager, u.a. Fundgegenstände wie Kleider, Trainer, Schuhe, Neoprenhosen und -leibchen, usw. sowie Paddlerjacken zu 5.-, diverse Paddel und Capri-Seekajaks!

sowie

Liquidationsverkauf Kanu-Unterwäsche

Lavague, der ehemalige Schweizer Paddelbekleidungshersteller, verkauft die letzten Lagerbestände. Vorrätig sind vor allem noch lange Hydrofleece-Paddelshirts für Frauen, kuschlig warm auch wenn man schon die erste Eskimorolle gedreht hat. Für 20.- Franken statt 120.- ist es deins.

Kids-Anlässe

Kids I: Aus fünf mach dreizehn!

Im April starteten die jüngsten KCBMler zu fünft bei garstigem Wetter und hohen Wellen in die Paddelsaison. Brandungssurfen war das Ziel, und die Jungs machten das hervorragend. Auf der Schüss lernten die KidsIer dann auch noch den Unterschied zwischen roten und grünen Slalomtoren kennen und dass einem die Füsse im Kanadier manchmal einschlafen. Vor den Sommerferien wären wir dann alle gerne auf den Doubs, nur der führte Hochwasser, so paddelten wir im bei Regen und Gegenwinden von Aarberg nach Grenchen. Über die Sommerferien vermehrte sich die Schar der kleinen Paddler, statt 5 waren es nun 11 Knaben und 2 Mädchen. Wir genossen die wärmeren Temperaturen in den Regattabooten auf dem See und den Slalomkajaks auf der Schüss, manchmal gab es da sogar ein wenig Strömung. Zum Abschluss gönnten wir uns dann noch ein Schwimmfest mit den Regattabooten; - die sollten jetzt auch von innen her sauber sein.

Das Leiterteam (Caterhine, Nathalie und Ralph) freut sich schon auf die nächsten abenteuerlichen Trainings und wünscht allen eine nassfröhliche Hallenbadsaison.

Paddel- und Grillabend für Jugendliche und Eltern

Kurz nach den Sommerferien waren die Jugendlichen und ihre Familien der Gruppen Kids I und II für eine genussvolle Ausfahrt im Kajak oder Kanadier mit anschliessendem gemütlichen Grillabend eingeladen. Was ursprünglich für zwei Dutzend Personen gedacht war, entwickelte sich zum Mega-Event. Fast 60 Personen waren schlussendlich auf dem Wasser unterwegs und haben wohl dem Bielersee den grössten Paddlerstern in seinem Leben beschert.

Kids-Wettkampfgruppe

Mit dem Wettkampf in Grenchen (10. September) ging das letzte Rennen für die Trainingsgruppe Kids I und Kids II über die Bühne. Die Gruppe fuhr am Sonntag den Wettkamf auf der Aare und konnte neben einer sehr guten Gesamtleistung auch noch einige Podestplätze ergattern. Nun wird es langsam Herbst. Die letzten Trainings auf dem Wasser sind im Gange und anschliessend wechseln wir dann in die Halle und ins Hallenbad.

Über die ganze Saison gesehen haben wir Riesenfortschritte gemacht und konnten uns überall verbessern. Die Gruppe ist motiviert und die Trainings machen so Spass!

Frido

...und die Ergänzung eines Teilnehmers:
Das Wochenende in Grenchen war für mich ein tolles Erlebnis. Das Wetter war perfekt, alle Teilnehmer motiviert und der Wettkampf gut organisiert. Als wir danach am Sonntagabend zurückkehrten waren wir sogar mit einigen Medaillen versehen.

Nicolas

Ferienpass Kanu in den Sommerferien

Ein paar Bilder zu diesem erfolgreichen Angebot findest du auf unserer Website.

Berichte unseres Wettkampfteams

Weltcup in Cardiff, 9.-11. Juni

Kaum waren die Prüfungen vorbei, machten wir einen kurzen Abstecher an den Jugendslalom in Biel um dann direkt nach Cardiff an den ersten Weltcup zu fliegen. Für mich war es der Beginn zu einer dreiwöchigen Weltcuptournee in Wales Frankreich und Spanien. Drei Wochen und drei Rennen gegen die besten der Welt, mit dem Ziel Wettkampfroutine für die bevorstehenden U23 Weltmeisterschaften zu sammeln und möglichst einen Halbfinalplatz herauszufahren.

Im gaelischen Cardiff wurden wir erstmals von einer Kaltwetterfront empfangen, wir verbrachten eine ganze Woche bei etwa zehn Grad, Regen und stürmischem Wind. Die künstliche Strecke welche mit blauen und grünen Legosteinen ausgebaut ist, wurde anfangs 2010 eröffnet und führte mit dem diesjährigen Weltcup erstmals einen Grossanlass durch. Im oberen Teil ist es ziemlich flach, die Strömung ist nicht sehr schnell und das Wasser eher weich. Im unteren Teil hat es einen kleinen Fall und die Strömung fliest deutlich schneller, was das ganze eigentlich ziemlich attraktiv macht. Ein Förderband darf natürlich auch nicht fehlen.

Da wir es langsam satt haben wochenweise in Hotelzimmern und Restaurants zu lungern, haben wir dieses Jahr an möglichst allen Rennen Apartments gemietet damit wir uns gegenseitig auch mehr sehen und selber kochen können. In Cardiff zeigte sich das im Internet als einfach beschriebene Apartment als ein schmuckes englisches Häuschen mit grossem Bad Wohnzimmer und Gärtchen!!

Wir versuchten die ganze Woche möglichst gut von der neuen Strecke zu profitieren an uns zu arbeiten um optimal auf das Rennen vorbereitet zu sein. Für Freitag war dann neben der Quali für die Kajak Herren und die Kanadier Einer auch ein Sturm angesagt. Dies zwang die Rennleitung, den ersten Renntag zu streichen und direkt am Samstagmorgen mit den Halbfinals zu beginnen. Also gratis Halbfinalteilnahme für alle K1 und C1 Herren. Dies war vor allem möglich, weil weniger Teilnehmer als durchschnittlich am Start waren. So war das K1 Herren-Feld mit nur etwa 50 Teilnehmer kaum grösser als ein normaler Halbfinal mit 40 Teilnehmern. Was aber nicht heissen will, das das Niveau etwa tiefer war als einem anderen Weltcup, es hatte nur fast keine schlechten Fahrer am Start.

Für mich bedeutete diese neue Ausgangslage zwar einen gratis Halbfinal, aber auch, dass ich nur eine Chance habe einen guten Lauf zu zeigen, es muss alles von Anfang an stimmen. Dies gelang mir nur teilweise, mir gelang zwar einen Lauf ohne Torberührungen, war aber wegen zwei Fahrfehlern trotzdem ziemlich weit weg vom Final. Mike seinerseits zeigte seine gute vorolympische Form und wurde vierter im Final. Auch Thomas Koechlin im C1 führ in seinem ersten Weltcup direkt in den Final was doch ziemlich viel Gutes für die Zukunft verspricht.

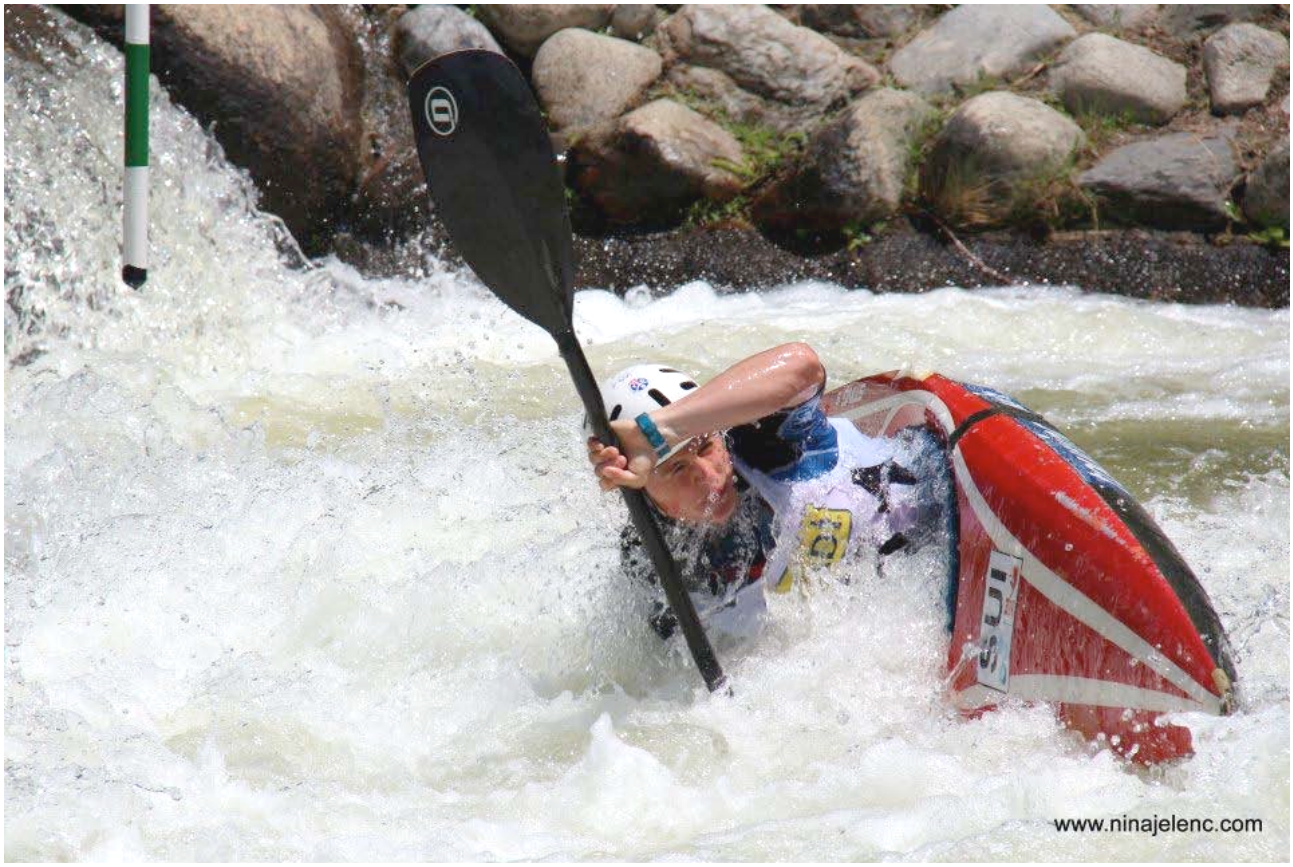
Am Samstagnachmittag ging es dann wieder mit dem geregelten Programm und den Qualiläufen für die Frauen und C2 weiter. Dies ist immer etwas speziell, da der Wettkampf für die eine Hälfte der Teilnehmer schon vorbei ist, und die anderen noch gar nicht begonnen haben. Der Parcours der Quali war ironischerweise schwieriger als der der Finals. Deshalb hatten die Frauen und C2 einen ziemlich harten Brocken vor sich, wobei sich Andrea und der Genfer C2 ziemlich die Zähne ausbissen. :-) Für beide reichte es nicht bis in die Halbfinals, da für viele Nationen noch Olympiaausscheidung und das Niveau dementsprechend hoch war.

Die Weltcuptournee war somit lanciert, und wir verabschiedeten uns mit einen kleinen Barbecue vom regnerischen England, um für die einen nach Pau ans nächste Rennen zu fahren, und für die anderen zurück zur Arbeit zu gehen.

Lukas

Weltcup in Seu, 22.-24. Juni

Der dritte Weltcup dieses Jahr fand auf der Slalomstrecke von La Seu d‘ Urgell statt, wo vor 20 Jahren die Olympischen Wettkämpfe im Kanuslalom ausgetragen wurden. Die Strecke ist immer noch einzigartig und auf seine eigene Weise ein Klassiker. Es finden jährlich Grossanlässe statt, und wir sind nun schon ein paarmal in das hübsche Städtchen inmitten der Pyrenäen gereist. Wir hausten in einer Ferienwohnung etwas ausserhalb, hatten dafür eine eigene kleine Trainingsstrecke 400m von unserem Haus entfernt. Neben dem C2 Simon-Simon reiste auch Louis nach Seu, um sein Weltcup-Debüt zu feiern.



Wir verbrachten eine gute Trainingswoche in den sommerlicher Pyrenäen, genossen das Wildwasser und mussten uns zurückhalten, um nicht allzu viel zu trainieren, da es schon die dritte Woche am Stück war, damit wir noch etwas Energie für das Rennen übrig hatten. So lockerten wir unseren Aufenthalt auch mit dem traditionellen Shoppingtrip nach

Andorra auf, welches ja „nur“ 10 min entfernt ist. Nach etwas über einer Stunde im Stau (Baustellen gibt es auch in den Pyrenäen) erreichten wir das Shoppingparadies trotzdem noch.

Nach einer eher zu lange dauernden Eröffnungsfeier und einem kleinen Geburtstags-BBQ für Loic aus Genf ging es am Freitag schon wieder los mit dem Wettkampf. Auf einem eher einfach gesteckten Parcours wurden sehr enge Zeiten gefahren; so waren die besten 40 K1-Herren innerhalb von vier Sekunden! Ein extrem enges Rennen. Dementsprechend war es auch schwierig, mit einem nicht fehlerlosen Lauf in die Halbfinals zu fahren. Nach einem Fahrfehler und einer Berührung im ersten Lauf konnte ich im zweiten Lauf zwar fehlerfrei runter fahren, war jedoch weniger schnell unterwegs. Louis, der an seinem ersten Weltcup überhaupt startete, und Simon, der erstmals auch im C1 an den Start durfte, schlugen sich beide gut, wobei sie noch mit ein paar Strafsekunden zu kämpfen hatten. Aus Schweizer Sicht erreichten Thomas im C1 und Olivia bei den Frauen ganz knapp die Halbfinals.

Die drei Wochen waren sehr schnell vorbei; wir konnten unser Rennablauf ziemlich genau einüben, ziemlich viel Routine aufbauen, haben technisch Fortschritte gemacht und ich fühle mich nun auch im Kopf bereit für die U23 WM Mitte Juli.

Um all diese Rennen zu verfolgen, gibt es eine ganz praktische Website: www.123result.com. Neben Live-Resultaten findet man auch Live-Videoübertragungen sowie eine Datenbank von allen Wettkämpfen und den Videos aller Teilnehmer. Also, falls ihr mal wissen wollt, wie eine Weltcupstrecke so aussieht und nicht Zeit hattet, am 24.-26. August nach Prag zu reisen, dann schaut mal auf www.123results.com vorbei.

Lukas

Junioren- und U23 Weltmeisterschaft 2012 in Wausau, WI/USA

Am Dienstag, dem 3.Juli, setzten wir uns in Zürich ins Flugzeug und starteten unsere Reise. Wo sollte es hingehen? In die USA! Denn dieses Jahr fand die Junioren- und U23 Weltmeisterschaft in Wausau im Bundesstaat Wisconsin statt. Nach einem langen Flug landeten wir in Chicago, wo uns die Sonne schon heiss erwartete. Wer uns leider gar nicht erwartete, waren unsere Boote. Sie waren noch gar nicht verzollt worden, und so mussten wir uns ohne sie auf den Weg zum fünf Stunden entfernten Wausau machen. Da wir keine Boote hatten, verbrachten wir den nächsten Tag mit Erholen und Baden. Ich verabschiedete mich dann vom Schweizer Team und fügte mich dem TIP-Trainingslager an. Auch dieses Jahr hatte ich wieder das Glück, an einem internationalen Trainingslager teilnehmen zu können. Mit dabei waren Athleten aus Spanien, der Ukraine, Taiwan, Senegal und Argentinien. Die beiden Trainier kamen aus Spanien und Brasilien. Olé! In der internationalen Gruppe hatten wir sehr viel Spass. Die Strecke, auf der wir trainierten, ist toll und technisch sehr anspruchsvoll. Nur die Wassertemperatur war zu hoch, und so bot das Training nicht wirklich eine Abkühlung von der Hitze.

Jeden Tag strahlte die Sonne, als ob sie uns Amerika von seiner schönsten Seite zeigen wollte. Wir hatten jedoch nicht viel Zeit, um neben dem Training noch gross etwas zu unternehmen. Doch die Einheimischen gaben sich grosse Mühe und wollten uns etwas Wausau zeigen. So ging es eines Abends zu einem traditionellen Ballonfestival, ein anderes Mal zum Baden mit anschliessendem Barbecue à la americaine. Den Rest der Zeit verbrachten wir mit den Vorbereitungen für das Rennen. Ganze fünf Tage lang dauerten die Wettkämpfe. Das Highlight des Schweizer Teams war für mich Janis, der bei

den K1 Herren Junioren mit einem tollen Lauf in den Final fuhr! Ich hatte wieder einmal das Glück, wegen der tiefen Teilnehmeranzahl direkt für den Halbfinal qualifiziert zu werden. Im Halbfinal unterliefen mir aber viel zu viele Fehler, wodurch der Wettkampf für mich eher enttäuschend endete. Die Rennen waren wie immer super spannend, und auch die amerikanischen Zuschauer genossen das Highlight in vollen Zügen. Auf der Rückfahrt nach Chicago machten wir einen Zwischenstopp in Madison, der Hauptstadt von Wisconsin, wo wir dann doch noch für zwei Stunden wie richtige Touristen ein bisschen Sightseeing machen konnten. Was für ein unvergessliches Paddelerlebnis!

Anna Wider

Das Schweizer Team an der Eröffnungsfeier und die Wettkampfstrecke auf dem Wisconsin River

Weltcup Prag – ein kurzer Rückblick

Vom 24.-26. August stand die Schweizer Delegation am 4. Kanuslalom-Weltcup der Saison in Prag im Einsatz. Vom KCBM mit dabei waren: Anna Wider, Andrea Gratwohl, Lukas Werro und der C2 Simon & Simon. Wir hatten uns bereits eine Woche früher in einem geräumigen Apartment, unweit der Slalomstrecke, eingerichtet und trainierten fleissig, um die Strecke in den Griff zu kriegen. Neben den letzten Trainingsvorbereitungen verbrachten wir die meiste Zeit mit kleinen Ausflügen in die Stadt, mit Kochen und dem Ausspionieren der anderen Nationen.

Am Donnerstag war es dann endlich soweit. Anna stand als erste KCBM Vertreterin am Start. Auf einem ansprechenden Parcours gelang ihr ein guter 2. Lauf, mit dem sie sich trotz einigen Torberührungen das Ticket für die Canadier 1er Halbfinals sicherte. Kurz darauf folgte Lukas, der zwei ansprechende Läufe zeigte und das Rennen auf dem etwas undankbaren 42. Platz beendete. Die Tatsache dass er trotz einer Torberührung und nur 0.4 Sekunden hinter den Halbfinals zurück lag, zeigt wie unglaublich gross die Konkurrenz zurzeit im Kajak 1er ist.

Andrea wollte es Anna gleichtun und endlich auch einmal in die Halbfinals der K1 Damen vorstossen. Leider sollte es nicht sein. Trotz einer respektablen Laufzeit ohne grosse Fahrfehler schied sie wegen zu vielen Torberührungen bereits in der Quali aus. Als letzte an der Reihe war der C2. Zeitweise liessen wir unser ganzes Potential aufblitzen, verloren dann aber wieder viel Zeit mit dummen Fahrfehlern, und es resultierte ein ernüchternder 25. Schlussrang, der ebenfalls nicht fürs Weiterkommen reichte.
Am Samstag hiess die Devise also, Anna in ihrem Halbfinallauf zu unterstützen. Sie war in einer super Form und zeigte ein tolles Rennen. Sie respektierte ihren Plan von A bis Z und es resultierte ein guter 17. Schlussrang. Bravo Anna!

Trotz mancher ranglichen Enttäuschungen sind wir nicht unzufrieden mit unseren Leistungen und nehmen vor allem die tolle Ambience des Rennens mit nach Hause. Wir sind jedenfalls motiviert, weiterhin hart zu trainieren, um vielleicht beim nächsten Weltcup einen kleinen Schritt näher an der Spitze zu sein.

Simon W.

Junioren- und U23 Europameisterschaften in Solkan, 31.8.-2.9.12

Am Sonntag morgen früh fuhren wir los an die Junioren und U23 Europameisterschaften in Solkan, Slowenien. Aus der bereits kühlen Schweiz freuten wir uns auf ein angenehmeres Klima. Leider hatte es nicht viel Wasser als wir ankamen. Für mich war es der erste grosse Wettkampf. Am Mittwochabend ging es dann mit der Eröffnungsfeier los. Am nächsten Tag hatten alle Herren Kajaks und C1 Start. Da unser C2 Start erst am Freitag war konnten wir noch einmal schauen wie man den Parcours am besten fährt.

Eine erholsame Nacht und dann begann unser Wettkampf tag auch schon. Unser erster Lauf war uns sehr gut gelungen, es war der 16 Zwischenrang. Schlussendlich reichte es für den Halbfinal. Im Halbfinal war dann auch Endstation, wie für alle anderen Schweizer auch. Es gab aber noch den Team Wettbewerb wo wir dank eines guten Laufes sechste wurden. Es war eine sehr gute Erfahrung an so einem Wettkampf teilzunehmen, die Stimmung im Schweizer Team war auch gut.

Gelindo

Resultate aller Bieler:

C1 Frauen U23:
9. Anna Wider

K1 Frauen U23:
33. Andrea Gratwohl

K1 Herren U23:
22.Lukas Werro
27.Martin Dougoud

C2 Herren U23:
19. Simon Werro/Lukas Werro

C2 Herren Junioren:
20. Ursin Flepp/Gelindo Chiarello

Lebendiger Betrieb, eifriges Ausprobieren anlässlich des Paddel- und Grillabends für die Eltern der Kids.

Neue Perspektiven

2008 starteten der ehemalige Regatta-Internationale Simon Krähenbühl aus Rapperswil und Simon Werro das Projekt Kanadier-Zweier. Der Kanuslalom rückte für die Beiden ins Zentrum: Auch neben dem Training musste Vieles erledigt werden: Sponsorensuche, Wettkampf-, Reiseplanung, Medienarbeit - um nur Einiges zu nennen. An den Schweizermeisterschaften Mitte September in Annemasse konnte man ihnen im selben Boot offiziell zum letzten Mal die Daumen drücken und sie anfeuern: «Simu» und «Sime» haben sich für neue Perspektiven entschieden…

Ein kurzer Rückblick: Welches war für dich das schönste/erfolgreichste Erlebnis?

Simon Krähenbühl (SK): Das war an der SM 2009, als wir bereits im ersten gemeinsamen Jahr völlig unverhofft den Schweizermeistertitel und den Gesamtswisscup gewinnen konnten!

Simon Werro (SW): Die Trainingslager im Januar habe ich jeweils extrem genossen! Neuseeland 2010 und Südafrika 2012, sind für mich markierende Ereignisse. Was zählt ist das Neue, das Unbekannte, die gute Stimmung und der Einsatzwille im harten Training. Dazu viele kleine und grosse Abenteuer auf und neben dem Wasser – schlicht: Eine tolle Zeit mit Freunden.
Einen wirklich sportlich herausragenden Erfolg konnte SimonC2 nie feiern. Leider ☹ ! Wir waren immerhin 2 x Schweizermeister und 3 x Swisscup-Gesamtsieger. Aus meiner Sicht ist unser grösster Erfolg jedoch die Tatsache, dass wir nach nur 4 Jahren Training mit den besten zwanzig C2 Athleten der Welt mithalten konnten.

Wie geht es für dich nach diesem Projekte für dich (sportlich) weiter? Welches werden die Schwerpunkte in der nächsten Zeit sein?

SK: In naher Zukunft werde ich das siebte und letzte Semester meiner Ausbildung zum Kunststofftechniker abschliessen und mir eine eigene Wohnung suchen/leisten. Dies wohl in Rapperswil nahe meinem Arbeitgeber Geberit.
Wie es sportlich weiter geht, weiss ich noch nicht, sicher ist, dass ich weiterhin sportlich aktiv sein werde.
Im Moment fällt es mir schwer zu glauben, dass es mit dem Spitzensport fertig ist. Und trotzdem ist es schön zu sehen, wie viele Personen mich gerne in Rio oder mindestens auf dem Weg dahin sehen würden... Doch mein Verstand sagt mir, dass die gegebenen Voraussetzungen bezüglich Strukturen und Infrastruktur einfach nicht gegeben sind!

SW: Ich bleibe dem Kanusport erhalten… In Zukunft trainiere ich im C1 und je nach Lüku's Laune etwas C2. Ich studiere weiterhin Sport in Bern und freue mich auf harte Trainings mit Anna, Gelindo und Martin in Biel. Die neue C1 Herausforderung reizt mich nicht zuletzt darum, weil ich in Zukunft ganz alleine für mein Tun und (Unter-)Lassen verantwortlich bin.

Einen Tipp für den KCBM-Nachwuchs

SK: Ich denke es gibt zwei wesentliche Punkte:

- «Nie aufhören, an sich zu glauben»: Es ist extrem wichtig, für seine Ziele zu kämpfen, nach Tiefschlägen wieder aufzustehen, aus den Fehlern zu lernen und wieder nach vorne zu schauen (dies gilt übrigens nicht nur im Sport, auch im richtigen Leben…).
- Und wenn man sich für den Weg, an die Spitze zu wollen, entscheidet, sollte man dies auch leben. Spitzensport heisst viel Wille, Geduld, Schweiss, harte Arbeit und Entbehrungen und nicht immer in erster Linie Spass. Unser Sport ist in der Schweiz am Rande vom Rand, dabei haben wir immer noch den Vorteil, eine olympische Sportart zu sein, und ich hoffe sehr, auch zu bleiben! Doch gerade aus diesem Grund müssen wir im Vergleich zur Konkurrenz im Ausland qualitativ noch besser und intensiver trainieren.

Ich hätte mir vor ein paar Jahren nie vorgestellt, eines Tages als Halbprofi Kanu zu fahren und dabei alle Auslagen durch Sponsoringbeiträge abzudecken. Doch ich habe einen Weg gefunden, meinen Traum zu leben, stets mit dem Ziel vor Augen…!!

SW: Versucht euch im C2 – It's an experiance. Der Zweier stellt definitiv andere Herausforderung als der Einer. Beide Partner tragen ihren Teil bei, und man muss effektiv kommunizieren, damit es wirklich funktioniert. Dieses Zusammenspiel ist eine Lebenserfahrung, und wenn's rund läuft, macht es doppelt Spass.

Was ich noch sagen möchte…

SK: Herzlichen Dank, all denjenigen die an mich und an uns geglaubt und uns tatkräftig unterstützt haben...Familie, Freunde, Trainer/innen, Sponsoren, Clubs, Gönner, ...!!

Nathalie Siegrist: Eine neue Herausforderung

15. September 2012, Annemasse, Schweizermeisterschaften: Ein vertrauter Anblick – Nathalie Siegrist positioniert sich an der höchst gelegenen Stelle am Ufer des Slalomparcours, dort, wo sie die meisten Tore überblicken kann. Sie studiert die Startliste, filmt, feuert an, triumphiert, schüttelt fast unsichtbar den Kopf oder gibt den Bieler Wettkämpfer/-innen Feedback zum Rennen. Ganz sicher wird man sie weiterhin in diesen Funktionen an den Rennen antreffen. Mit einem kleinen Unterschied: Auf Ihrer Kleidung wird zukünftig «SUI» oder «SUISSE» den Aufdruck «Coach KCBM» ersetzen. Fast täglich stand, sass Nathalie auch an der Schüss oder ging händereibend auf und ab – je nach Jahreszeit und Temperatur. Nathalie investierte grosse Teile ihrer Energie in den Kanuslalom, in die Wettkämpfer/-innen, in den KCBM. Nun wurde Nathalie vom Schweizerischen Kanuverband für die Nationalteams zum Headcoach ernannt. Wird man Nathalie noch an der Schüss antreffen?

2004 kamst du zum KCBM. Welche Momente kommen dir spontan in den Sinn?

Nathalie Siegrist (NS): Pour moi chaque moment est intéressant et riche. J'apprécie particulièrement le dynamisme de notre club et la gentillesse des gens. Lors de mon arrivée, je ne connaissais que très peu de monde, mais les autres moniteurs, les jeunes et tous les autres membres et parents m'ont accueillis à bras ouverts.

Au début j'ai dû un peu m'adapter à cause de la langue. D'ailleurs à ce sujet j'ai une petite anecdote qui en fera sourire certains : au début de chaque entraînement, j'ai pour habitude de laisser les jeunes pagayer pour eux, pour s'échauffer et laisser libre cours à leur imagination, se mettre dans le bon état d'esprit pour l'entraînement ; ensuite, j'appelle toute le monde vers moi. Au début, je disais en allemand «kommt ihr da!» et comme par miracle, tous les jeunes approchaient. Après plus de 2 ans, quelqu'un m'a dit : «tu sais, ce que tu dis n'est pas juste !» Les jeunes facetieux m'avaient laissé dire pendant tout ce temps, probablement parce qu'ils savaient que j'avais besoin de tout ce temps pour m'adapter ;-)

Les grands moments sont bien sûr les réussites, petites ou grandes, glanées ces 8 dernières années. Cela va du premier esquimautage réussi pour un nouveau jeune, aux dizaines de titres de champions suisses. Bien entendu aussi la satisfaction d'avoir pu emmener nos jeunes en camp d'entraînement dans des lieux aussi divers que Prague (CZE), la Noguera Pallaresa (ESP) ou simplement Goumois, qui reste toujours mon site préféré pour son ambiance particulière.

Finalement, ce sont aussi les sourires des jeunes que je mets en point d'orgue, et qui me font toujours garder espoir et continuer.

Was bedeutet deine neue Funktion «Headcoach»? Was werden deine Hauptaufgaben und –tätigkeiten sein?

NS: En tant que Head Coach Slalom, j'ai une longue liste de tâches à réaliser. Certaines tiennet plus du management : je dois planifier, réserver, organiser, évaluer le déplacement des équipes nationales élites, coordonner le travail des différents sites d'entraînement et collaborer avec les autres entraîneurs.

A cela vient bien entendu s'ajouter le travail d'entraîneur, de coaching, qui aura notamment lieu sur la tournée internationale élite. Je vais donc avoir la chance de suivre les

athlètes sur la tournée de coupes du monde, et aux championnats d'Europe et du monde. Beaucoup de voyages s'annoncent ces prochaines saisons, non seulement en Europe mais aussi sur les autres continents.

Was werden für dich – als neuer Headcoach – die grössten Herausforderungen sein?

NS: Je pense que le plus grand défi est de réussir à unir les forces des différents centres d'entraînement, leurs athlètes et entraîneurs. Ce travail va prendre du temps, et va me demander beaucoup de finesse au niveau de la communication. Je suis toutefois convaincue que si nous parvenons à tirer à la même corde, nous n'en serons que beaucoup plus fort.

Was wird sich für dich ändern?

NS: Tout d'abord j'ai déjà dû adapter mon temps de travail chez mon autre employeur. Etre enseignante et en même temps absente pratiquement tout le printemps et l'été a quelques conséquences pour mon école. Heureusement pour moi, j'ai la chance d'avoir pu trouver un terrain d'entente et je me sens soutenue par l'école et par mes collègues dans ce projet.

De plus, je ne peux plus assûmer la tâche d'entraîneur de club en même temps que la tâche d'entraîneur national. Nous sommes donc en pleine phase de transition, pour que tout se passe au mieux pour les jeunes.

Finalement, je serai encore un peu moins souvent à la maison, et ce sont mes plantes vertes qui vont se sentir délaissées ;-)

Wird man dich an der Schüss noch sehen?

NS: Bien entendu! La Suze, le club, tout ça fait partie de mon univers. Il reste encore à définir dans quelle mesure, une fois la réorganisation des centres d'entraînement et des entraînements de clubs terminée.

Was ich noch sagen möchte…

NS: J'aimerais profiter encore ici de remercier tous ceux qui rendent la vie de club tellement agréable, qui travaillent dans l'ombre et s'assurent que tout se passe bien.

Et à tous les jeunes (et moins jeunes) qui viennent naviguer et s'entraîner : gardez votre joie de naviguer au premier plan :-)

Liebe Nathalie! Für deine zahllosen Stunden im Dienste des KCBM und dessen Wettkämpfer/-innen danken wir dir herzlich und wünschen dir für die neue Herausforderung viel Freude und Erfolg!

Auf den Spuren der Goldgräber

Vier Wochen sind zwar kurz – aber beklagen wollen wir uns nicht. Unsere Destination diesen Sommer war Whitehorse in der Provinz Yukon von Kanada. Mit unserem Freund Daniel Benkert (er ist vor vier Jahren aus der Schweiz nach Kanada ausgewandert) hatten wir einen Superguide, der uns einige der schönsten Ecken dieser Gegend zeigen konnte. Speziell profitieren konnten wir von seinen Fischerkünsten, riesige Seeforellen und einige Lachse waren die erfreuliche Ausbeute bei unseren Ausflügen.

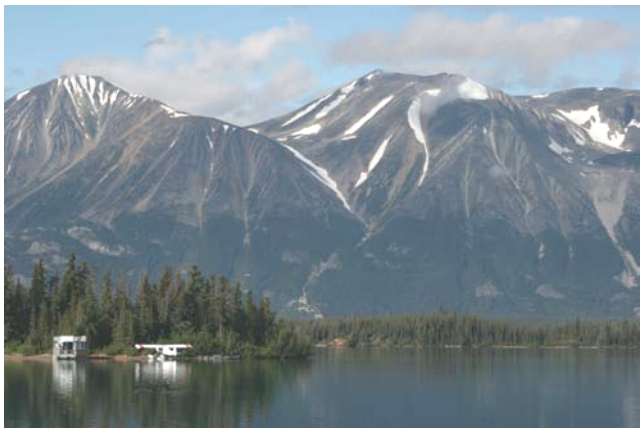
Zu zweit im offenen Kanadier machten wir uns noch an eine längere Flussfahrt. Von Johnsons Crossing auf dem Teslinriver paddelten wir 200 km bis zum Zusammenfluss mit dem Yukonriver und dann weitere 170 km bis nach Carmack. Die Strecke ergab sich aus der Tatsache, dass die erste Brücke eben erst nach 370 km wilder Flusslandschaft kam. So einfach ist die Tourenplanung im Yukon. Begeistert waren wir von der Natur, der Flusslandschaft und vor allem von der Tierwelt. Wir bekamen Seeadler, Stachelschweine, Elche und natürlich Bären zu Gesicht.

Der kleine Abstecher durch die Coastmountains nach Haines, Alaska, hat sich wegen der gewaltigen Landschaft und den Lachsen ebenfalls sehr gelohnt.

So sind wir also nach vier Wochen Yukon mit einem gewaltigen Korb voller Eindrücke in die Zivilisation von Mitteleuropa zurückgekehrt. Kanada ist riesig, mit grosser Wahrscheinlichkeit haben wir dieses Land nicht das letzte Mal besucht...

Lisbeth und Mägu

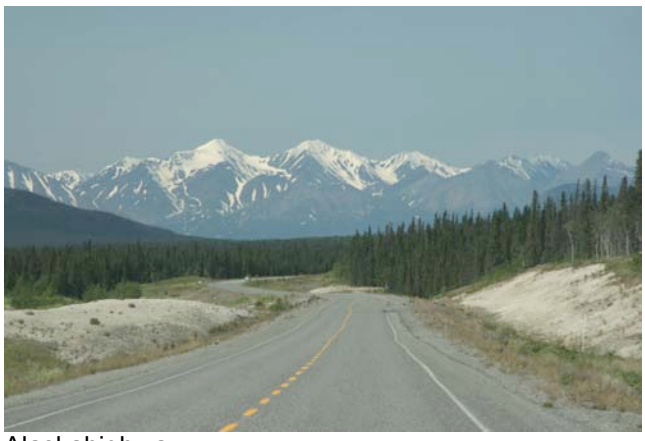
auf dem Teslinriver



der Attlinlake

junger Grizzly

bereit zur nächsten Etappe



Alaskahighway

Haines, Alaska

Morgenstimmung am Yukon

das war einmal...

...das darf nie fehlen

Auf <www.kanuclub.ch> findest du diese Bilder farbig - es lohnt sich!

Diverses

■ Unser Bootshaus ladet ein...

Schon im Frühling konnten wir unser Bootshaus mit neuen, farbigen Stühlen ausrüsten (siehe Website), da die alten ständig repariert werden mussten und sehr viel Platz benötigten. Nun wurde zudem die Galerie mit einer Lounge ausgestattet und ladet zum entspannten Gespräch vor- oder nach einer Paddelfahrt. Die neue Kaffeemaschine hilft mit, dass man dabei nicht "auf dem Trockenen sitzt".

■ Occasions-Seekajaks zu verkaufen

In Zuge der Erneuerung unseres Bootsparks ersetzen wir diesen Winter 4 Capris (1er-Seekajaks). Die Occasionsboote werden für Fr. 300.- abgegeben. Club-interne Interessenten melden sich bis Ende Oktober bei Max Etter (Adresse siehe S....). Nachher werden die Boote extern verkauft. - Beachte jedoch: Für verkaufte Boote haben wir keine Bootsplätze zu vermieten, weil unser Bootslager voll ist.

Vorschau

Am **Samstagnachmittag, 1. Dezember 12**, organisieren wir unseren **"Chlauser"** mit Bootsausflug und Spielabend im Bootshaus. Die Ausschreibung dafür erfolgt kurz vorher per Mail und Laufzettel im Kidstraining. Reserviere dir jetzt schon das Datum!

Schottisches Kanu-Recycling

Für die nächste Gartensaison noch auf der Suche nach einer originellen Idee zur Gestaltung der Blumenrabatte? Wie wärs mit einem Kanu-Pflanzkübel? Dieses Modell, gesehen am schottischen Loch Awe, hat uns begeistert!

Familie Wolf

Wellenreiten bei Hochwasser

Kanuten scheinen ein Flair dafür zu haben, wie und wo man Hochwasser am besten ausnützt: Kaum war die Birs bei Basel mitte September nach heftigen Niederschlägen angeschwollen, genossen ein paar Freaks die nur bei diesem Wasserstand "nutzbare" Welle.

Heizung im Bootshaus

Im "Indianer 1/12" ist wurde die neue Heizung ausführlich beschrieben. Im Sommer wurde sie ausgeschaltet, auf den Winter hin ist sie nun wieder in Betrieb.

Eine Bedienungsanleitung ist direkt neben dem Südfenster, wo sich auch die Fernbedienung befindet, montiert. Letztere (rechts) funktioniert für beide Innengeräte. Jedes Gerät ist vollkommen autonom und muss separat bedient werden.

Ein Hochfahren der Grundtemperatur (8°) ist natürlich nur sinnvoll, wenn es wirklich zu kalt ist und der Raum längere Zeit benützt wird, denn das Aufheizen dauert mindestens eine Stunde.

Die Garderoben/Duschen haben ja eine eigene Warmluftheizung, die separat bedient werden kann und innert kurzem angenehme Temperaturen erbringt.

Wir wünschen allen schöne Paddelerlebnisse auch im Winter!

Öffnungszeiten Winterhalbjahr 2012/13 - Center Bielersee

- Herbst (1.9.-6.10.12): Mittwoch bis Freitag 14.00-18.30 Uhr, Samstag 10.00-17.00 Uhr, oder gerne zursätzlich nach Vereinbarung
- Winter (7.10.12 bis 22.12.12 und 2.3.13 bis 13.4.13; Januar/Februar geschlossen): Samstag 10.00-13.00 Uhr, oder gerne zusätzlich nach Vereinbarung

---

Biel Bienne

Sport-Stadt! Ville sportive