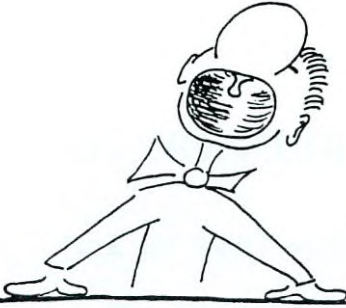


RADRENN CLUB

BERN





Sprach Rohr

Meldet sich der Vize-Präsident im Leitartikel zu Wort, bedeutet dies meist nichts Erfreuliches. Für einmal bestätigt aber die Ausnahme die Regel. Das Wichtigste vorab: der gesamte bisherige Vorstand wird aller Voraussicht nach auch 1996 in der bewährten Zusammensetzung tätig sein, sodass auf der - soviel Eigenlob des Vorstands sei erlaubt - recht erfolgreichen Arbeit dieses Jahres aufgebaut werden kann.

Selbstverständlich gibt es im RRCB noch Bereiche, denen wir unsere besondere Beachtung schenken müssen. Spontan fallen mir dazu die Nachwuchserfassung sowie der Auftritt gegenüber unseren Werbe-/Sponsoringpartnern ein. Das zeigt aber doch, dass sich die RRCB-Führung im wesentlichen von den Tagesgeschäften lösen und sich konzeptionellen Fragen widmen konnte. Einen zentralen Punkt spielen dabei unsere Vereins-Statuten.

Durch einen Antrag von Otto Hauenstein wurde die Diskussion um unsere Mitgliederkategorien lanciert. Die bisherige Regelung gemäss Art. 4 der RRCB-Statuten unterteilt in Aktive (je nach Alter in der Kategorie Schüler, Jugend oder Aktiv) sowie Passive (natürliche oder juristische Personen) und sieht gleichzeitig die Möglichkeit der Belohnung mittels Ernennung zum Frei- bzw. Ehrenmitglied vor. Diese Regelung hat sich mehrheitlich bewährt. Neu sollen nun zwei im gleichen Haushalt lebende Personen oder befreundete Paare eine Sie+Er-Mitgliedschaft beantragen können. Sie hätten grundsätzlich dieselben Rechte und Pflichten wie Einzelmitglieder, wobei ihnen einerseits die Vereins-Unterlagen nur in einfacher Ausführung zugestellt, andererseits aber auch eine angemessene Reduktion des Mitgliederbeitrags gegenüber Einzelmitgliedern gewährt würde.

Diesen Vorschlag wird unser Präsident anlässlich der nächsten Mitgliederversammlung erörtern und diskutieren lassen. Versehen mit allfälligen Aenderungen soll die neue Mitgliederkategorie dann den Mitgliedern an der Hauptversammlung vom 13. Januar 1996 zur Genehmigung vorgelegt werden. Meldet Euch also rechtzeitig zu Wort, am besten gleich an der 4. Mitgliederversammlung vom 19. Oktober 1995 um 20.00 Uhr im Bürgerhaus.

Bis dann!

Martin Häuselmann



Die Jungen

„ Mit unserer Jugend ist gar nichts los !“

Dieser vielgehörte Ausspruch kann so nicht stehenbleiben. Erstens haben wir unserer Jugend vorgelebt und sie mitgeformt, wären also mitschuldig wenn dem so wäre, zweitens erleben wir ständig Beispiele, welche dieses Image korrigieren. Schon bei unseren jüngsten Rennfahrern reifen Persönlichkeiten, welche bereits ziemlich genau wissen was sie wollen, oder dann sicher was sie nicht wollen ! Der Sport bietet sich hier ja als Lebensschulung an.

Allerdings ist es deshalb für einen Trainer oder für andere Betreuungspersonen auch nicht leicht, dieses junge „Menschenmaterial“ noch zu kneten und zu formen. Die Betreuer im RRCB sind grösstenteils der Ansicht, die jungen Rennfahrer in den Trainings und Rennen nicht nach Ost-Manier zu knütteln ! Demgegenüber bekunden die gleichen Betreuer aber zu Recht Mühe, wenn ihre grossen persönlichen Investitionen beim Organisieren des Trainings- und Rennbetriebes mit einer schlechten Beteiligung oder mangelndem Einsatz der Rennfahrer abgegolten wird. Wenn sich ein Rennfahrer relativ hohe Saisonziele setzt und diese entsprechend verfolgt, soll er jede mögliche Unterstützung durch den Club erhalten. Sind diese Ziele nur sehr vage angedeutet und wird eher nach dem Lustprinzip trainiert, können nicht die gleichen Leistungen und Unterstützungen erwartet werden. Hier sind einige klärenden Gespräche Ende Saison sicher nötig!

Sicher ist aber auch, dass im RRCB nicht alle dem Leistungsprinzip unterworfen sind. Auch Plauschfahrer in jungen Jahren sind im Club gerngesehen.

Die „Alten“.

Ohne den harten Kern des Radrennclubs wäre eine Betreuung in diesem Ausmasse nicht möglich. Ohne ihn wären die alljährlich wiederkehrenden Anlässe nicht durchzuführen. Diesen allen Frauen und Männern, Kameraden und Freunden gilt unser Dankeschön. Dessen Hilfen sind immer unentgeltlich geleistet. Ihr Lohn sind ideale Werte. Ein gewöhnliches „Merci-viumau“ zur rechten Zeit ist deshalb von Leuten, welche diese Unterstützung in Anspruch nehmen, auch einiges wert. „Probierts mal !“

Um eventuell den sogenannten „harten Kern“ etwas zu vergrössern, sei allen gesagt, dass es auch grosse Freude macht mit guten Freunden zusammen etwas auf die Beine zu stellen.

Auf weitere Taten freut sich

Euer Präsident

TRAININGSPLANUNG

(1. Teil)

Liebe Radsportlerinnen, Liebe Radsportler

Wir im RRCB betreiben den Radsport aus verschiedenen Gründen und Motivationen. Wir haben unterschiedliche Zielsetzungen. Wir betreiben die gleiche Sportart, aber wir streben nicht Alle die gleichen Ziele an. Ich glaube, es ist gut, sich immer wieder die persönlichen Ziele und Motivationen für den Radsport in Erinnerung zu rufen, sie neu zu definieren oder ev. zu revidieren. Die persönliche Zielsetzung ist die Grundlage jeglicher Trainingsplanung.

Es ist sehr wichtig sich realistische Ziele zu setzen. Sind die Ziele zu hoch und unerreichbar, ruft das ständig Frustrationen hervor. Die Motivation wird sinken, Trainings- und Wett-kampfleistungen werden sinken.

Sind die Ziele zu tief und zu einfach, fehlt der Anreiz. Ich erreiche ja Alles ohne Anstrengung und Einsatz, wird die Einstellung sein; die Motivation wird auch sinken.

Dieser Mechanismus gilt im Hobbysport und im Wettkampfsport. Es lohnt sich also seine Ziele einmal klar zu formulieren. Für Leistungssportler empfehle ich, sie schriftlich festzuhalten (z.B. im Trainingstagebuch).

Der 1. Schritt zur realistischen Zielsetzung ist die ehrliche Selbstanalyse: Wo stehe ich leistungs-mässig? Wo will ich eigentlich hin?

Der 2. Schritt ist die Frage: Was will und kann ich aufwenden? Wie viel Durchhaltewillen, Energie und Zeit will und kann ich einsetzen?

Sehr wichtig und hilfreich ist eine ehrliche Selbstanalyse der vergangenen Saison: Wie verlief die vergangene Saison? Wo, wann und warum ist etwas nicht so gelaufen, wie ich es erwartet habe?

Falls Deine hauptsächlichen Ziele nicht gerade im Radquer liegen, hat für Dich jetzt die Zwischensaison begonnen. Erholung, Auftanken der physischen und psychischen Energien, Versuche in ganz andern und neuen Sportarten, Pflege von Deinen bevorzugten Alternativsportarten und andern Hobbies sowie auch totale Sportabstinenz sind angesagt.

Dass vor allem auch die psychischen Energiereserven auf Sicher wieder aufgeladen werden, wissen wir ja Alle aus Erfahrung: Jetzt sind wir etwas Velomüde, aber im Frühjahr können wir doch kaum erwarten, dass es endlich schönes, warmes Velowetter gibt!

Falls Deine Ziele im Wettkampfsport sind, musst Du Dich und Deine Möglichkeiten besonders gut einschätzen. Ein bestimmtes Leistungsniveau ist nicht nur vom Talent, der Technik, dem Wettkampfglück und vom Leistungswillen abhängig, es braucht auch ein bestimmtes Mass an Trainingsfleiss. Junioren der nationalen Spitzenklasse trainieren 8 - 12 Stunden pro Woche . Amateure mit Ambitionen zur internationalen Spitze aufzusteigen, trainieren bis zu 20 Stunden. Dieser Umfang ist nur noch mit einem reduziertem Arbeitspensum zu bewältigen. Die Zahlen sind effektive Trainingszeit. Der totale Zeitaufwand für den Radsport ist wesentlich höher.

Ich glaube es ist sinnvoll, gerade in der Zwischensaison, einige grundsätzliche Gedanken über sein persönliches Sporttreiben anzustellen. Gerade weil wir den Radsport lieben und so viel Zeit dafür verwenden, sollten wir darauf achten, diese Zeit möglichst optimal und effizient zu nutzen. Eine adäquate Zielsetzung und die Planung des Trainings können uns dabei helfen.

Bis zum nächsten mal und mit freundlichen Grüssen



Hans Dätwyler

RRCB BAHN - WEEKEND IN LAUSANNE

Für dieses RRCB-Weekend trafen sich auf dem Vélodrome de la Pontaise total 23 Radsportler, darunter eine Radsportlerin. Aus verschiedenen Regionen kamen J+S Leiter mit ihren Schützlingen, praktisch alle ohne jegliche Bahn-Erfahrung. Peter Seitz aus dem Aargau, Marcello Albasini aus dem Thurgau, Jörg Bucher von Biel, und Hans Dätwyler mit den RRCB Sportlern. Als fachkundiger Leiter und Bahn Spezialist stand uns Schweizermeister Roy Salveter zur Verfügung. Seine Fachkenntnisse und sein immer noch vorhandenes Können haben uns beeindruckt und uns weitergebracht. Roy hält übrigens immer noch den Rundenrekord in Lausanne. Auch wir haben ihn (noch) nicht brechen können.

RRCB -Teilnehmer:

Hans Dätwyler
Steve Helwin
Stefan Gisin
Roman Signer
Christian Sigg
Adrian Vögelin
Stefan Kohler

Schon nach der ersten Lektion am Freitag abend, haben wir die erste Angst ablegen können und die ersten Schwierigkeiten in den Griff bekommen. Wir haben gespürt, dass das geradeaus Fahren und das Halten eines konstanten Tempos viel Gefühl erfordert. Die zweite Lektion am Samstag morgen war dem Thema Sprint gewidmet. Langsam fahren, die Bahn kennen, das Bahngefälle ausnützen, Stehversuche und Antritt waren die Übungen dazu. Am späteren Samstag Nachmittag starteten wir zur dritten Lektion: Halbstündigen Einfahren mit der ganzen Gruppe in einer Linie auf der Bahn. Es sah schon recht routiniert aus. Nachher folgten Übungen in 4er Gruppen. Besonders positiv aufgefallen ist mir der RRCB-Vierer: Wie ein routiniertes Team, auch die Ablösungen gelangen auf Anhieb recht gut. Der Abschluss des Tages bildete das Tempofahren. Stefan Kohler überraschte mit einem frühen Antritt alle. Auch Steve und Christian konnten nicht mehr aufschliessen.

Am Sonntag morgen standen Übungen zu zweit und Sprint-Wettkämpfe auf dem Programm. Hier war unser Bahnfahrer Steve nicht zu schlagen. Ein spektakuläres Ausscheidungsfahren bildete den Abschluss dieses Trainings-Weekends. Steve musste sich nach souveräner Fahrt erst im Schlussprint dem Aargauer Markus Birrer geschlagen geben.

Für mich war beeindruckend, wie viel alle in diesen drei Tagen gelernt haben. Vom

Zahlen und Fakten:

Länge der Bahn: 250 m
Übersetzungen: 49/16, 51/17, 48/15
Trainings-Distanz: 100 - 160 km (400 - 600 Runden)
Geschwindigkeiten: 27 - 65 km/h
Disziplinen: Zeitfahren mit stehendem Start
Zeitfahren mit fliegendem Start
Tempofahren
Ausscheidungsfahren
Sprint
Mannschaftsfahren

Bahn Anfänger bis zu anspruchsvollen Disziplinen mit animierter Wettkampf- Atmosphäre.

Sicher war auch die Unterkunft im Jeunotel und im Camping Vidy sowie das phantastische Wetter am guten Gelingen des Anlasses beteiligt.

Ich bedanke mich bei allen Beteiligten

Hans Dätwyler

Spektakel am Radsporttag Münsingen

An dem vom RRCB unter OK-Präsident Marco Strahm organisierten 24. Münsinger Radsporttag erlebten alle Anwesenden ein tolles Radsportfest.

Bereits bei den Vorarbeiten am Freitag Nachmittag und Abend herrschte gute Stimmung. Obwohl der Radsportler gemeinhin als Einzelsportler gilt, war TEAM-Arbeit im wohlverstandenen Sinn selbstverständlich (nicht etwa: Toll Ein Anderer Macht's!). So konnte am Samstag Morgen pünktlich zum erstmals durchgeführten Open-Rennen gestartet werden. Thomas Wegmüller stellte dabei sein nach wie vor beachtliches Können unter Beweis und zeigte, weshalb er in Fachkreisen auch "die Lokomotive" genannt wird. Nach der Mittagspause folgten sich die Ereignisse dann Schlag auf Schlag:

- ein in allen Belangen sehr attraktives Damen-Kriterium mit internationaler Beteiligung (Lehre für das OK: US-Fahrerinnen versuchen sich am Renntag um 06.00 Uhr per Fax anzumelden, wählen aber leider die gewöhnliche Telefonnummer...);
- die Rollerblade-Demo-Show als Publikumsmagnet (1995 noch ohne LaOla-Welle);
- und nicht zuletzt das HPV-human powered vehicles-Rennen über 20 Minuten und eine Runde, bei dem sich die Meister der verschalten Räder samt World Champion Jürg Birkenstock die Ehre gaben und im wahrsten Sinne des Worts um die beiden Münsinger Kurven kratzten.

Der Nachmittag war also längst lanciert, als der Startschuss zum Elite-Omnium erfolgte. Mit einer Superbesetzung wie seit Jahren nicht mehr waren die packenden Sprints schon vorgegeben, und auf der idealen Zielgerade wurde gefightet, dass nicht nur die Herzen der eingefleischten Radsportfans höher schlugen. Zwischen Elite-Ausscheidungsfahren und -punktefahren hatten schliesslich auch die Anfänger Gelegenheit, sich in Szene zu setzen. Aus RRCB-Sicht war dieses Rennen besonders erfreulich, weil unsere beiden grossen Talente Philipp Streit und Simon Niffenegger der nationalen Spitze paroli boten und jederzeit ganz vorne dabei waren.

Der Münsinger Radsporttag war also wiederum ein Hit, weshalb sich das OK bereits zur Vorbereitung der 25. und damit Jubiläums-Auflage zusammengesetzt hat. Dass dem Münsinger Anlass 1995 erneut Erfolg beschieden war, verdankt der RRCB einmal mehr seinen vielen treuen Mitgliedern, die sich wiederum uneigennützig zur Mithilfe beim Lösliverkauf, zur Backwarenproduktion für die Festwirtschaft und/oder am Renntag selbst zur Verfügung gestellt haben. Herzlichen Dank und auf Wiedersehen im nächsten Jahr!

Uebrigens:

- im Beisein von RRCB-Mitglied und Notar Heinz Güntert zog die RRCB die Losnummern 6037, 6100 und 6131 als Gewinner der drei von MTB Cycletech-Veloladen gesponserten City-Bikes (alle Bikes bereits an Gewinner ausgehändigt);
- Lösli-Queen Vreni Steck verkaufte sage und schreibe 25 Lösli-Bünde!

- das Ranglistenbüro mit Martin Lüdi, Adrian Bitterli und Stefan Gisin lieferte perfekte Arbeit in kürzestmöglicher Zeit;
- das geplante In-Line-Race musste infolge der miserablen Wetterprognose abgesagt werden;
- Pommes-Frites Man Beat Kalt frittierte 20 kg "Pommes";
- Thomas Richard's feines Steinpilz-Risotto könnte schon bald zur Tradition werden, wie auch Familie Bähler's herrliche Vollkorn-Backwaren;
- RRCB-Hoffotograf Erwin Hämmerli hat die packendsten Münsinger auf Celluloid gebannt;
- Ex-Profi Thomas Wegmüller's Sport-Service gewährleistete allen FahrerInnen einen perfekten Getränkediens und informierte gleichzeitig über die 1996-Aktivitäten;
- am Werbepoststand von MTB-Cycletech konnten die neusten Bike-Kreationen getestet werden.

Martin Häuselmann



Gefreuter Nachwuchs!

Auch gegen Saisonschluss immer noch im Schuss! So zeigten sich unsere Nachwuchsfahrer Valentin Belz (links) sowie Simon Niffenegger und Philippe Streit (unten von links nach rechts). Valentin qualifizierte sich mit einer ausgezeichneten Zeit für den Final des KM-Tests, der anlässlich vom Zürcher Sechstage-Rennen am 28. November im Hallenstadion stattfindet. Auch Simon und Philippe erzielten mit angriffiger Fahrweise tolle Resultate.



Als die "Herr"schaft über das Fahrrad begann

Der Kampf der Frauen um Gleichberechtigung ist schon längst ein Dauerbrenner und nicht erst seit den Bundesratswahlen oder der kürzlich in Peking abgehaltenen Frauenkonferenz aktuell. Schon anfangs dieses Jahrhunderts gab es Frauenbewegungen die für Diskussionen sorgten, als es um die "Herr"schaft des Fahrrades ging. Davon zeugt auch die in diesem Clubheftli abgedruckte Radlergeschichte "Als die Frauen das Rad eroberten". Heute schmunzelt man über solche Geschichten, obwohl in bezug auf Gleichberechtigung noch einiges zu tun ist. Immerhin, die Frauen haben ihren Giro d'Italia und die Tour de France und vollbringen dort grosse sportliche Leistungen. Noch nicht liess TdS Boss Hugo Steinegger verlauten, wann er die erste Tour de Suisse für Frauen durchführen wird. Vorläufig noch beschränkt sich der Frauenpower am populärsten Schweizer Sportanlass auf das Posieren bei Siegerehrungen und mit Organisationsarbeiten. Warum nicht die Ankündigung einer Frauen-Tour de Suisse als Zukunftsvision? Vielleicht hätte das dem Nationalratskandidaten im Hinblick auf die Wahlen auch die Gunst von Frauenstimmen eingebracht. Dafür wusste der clevere Sportmanager und Politiker kürzlich geschickt die Berner GP Tell Etappen und das Tour de Suisse Fest auf dem Thunersee für seinen Wahlfeldzug zu nutzen. Dass heute Sport und Politik kaum mehr voneinander zu trennen sind und man gut miteinander vermischen kann, bewiesen schliesslich auch die Schweizer Fussballer als sie beim Schweden Spiel mit einem Chirac-Transparent demonstrierten!

Manfred Nüscheler immer bereit für neue Herausforderungen

So wie die Frauen für Gleichberechtigung kämpfen, so kämpft auch Manfred Nüscheler um Anerkennung seiner sportlichen Leistungen. Als Rollensprinter sucht er immer wieder neue Herausforderungen. Manfred weiss jedoch nicht nur seine schnellen Muskelfasern mit Erfolg einzusetzen. Als Grossmeister im Mühlespiel und erfolgreicher Schachspieler hat Manfred schon mehrmals sein Multitalent unter Beweis gestellt. Als Selfmademan macht er seine Vermarktung selbst und braucht dazu nicht wie andere Sportsgrössen Marc Biver einzuschalten. Als gewiefter PR-Mann weiss er immer wieder die Medien für seine Aktivitäten zu gewinnen. Seine wissenschaftlichen Analysen über Geschwindigkeitsleistungen beim Velofahren, denen er stets sein Palmarès auf neuestem Stand beilegt, finden immer wieder den Weg in die Redaktionsstuben. Auch die RRCB-Redaktion bekommt regelmässig Post davon, die wir unseren Lesern nicht vorenthalten möchten. Mit einem neuen Gag möchte Manfred einmal mehr die TV-Zuschauer amüsieren. Wer kann Manfred zu seinem gewünschten Rennvelo verhelfen, das er per Velo-Wettbewerb sucht und das der Muskelkraft eines 103 Kilo schweren Athleten standhält? Gespannt warten wir darauf bis der ungekrönte König des Rollensprints seinen "Motor" mit dem Superbrennstoff Kreatin zündet und seine schnellen Muskelfasern mit Rekord-Drehzahlen in Schwung und die TV-Zuschauer zum Staunen bringt.

Radmeisterschaft 1995 des SRB Region Bern

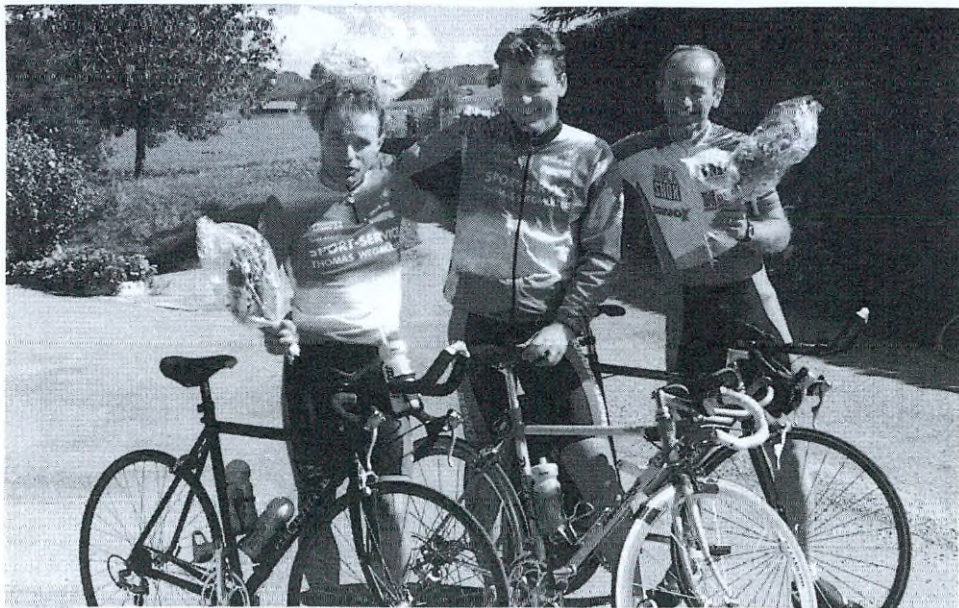
Auch an der diesjährigen städtischen Radmeisterschaft sorgten die RRCBler für tolle Resultate. Bei den Hobbyfahrern 2 und 3 kamen Hans Wiedmer und Werner Gasser zu Meisterehren. In der Kategorie Hobby 1 verpasste Lorenz Ryffel den Titel als Zweiter ganz knapp. Ausschlaggebend für den Titelgewinn des punktegleichen Jörg Riedweg waren seine höheren Streichresultate. Die Gesamttrangliste wird aus Platzgründen erst im nächsten Clubheftli erscheinen. Hier die RRCB-Resultate der zwei letzten Meisterschaftsläufen:

Strassenrennen Deisswil vom 22. August 1995

Amateure: 3. Valentin Belz, 5. Stephan Kohler, 7. Martin Häuselmann, 8. Stefan Gisin. **Junioren:** 3. Michael Keller, 4. Kai Gemperle, 5. Beat Herren, 7. Alexandra Bähler. **Anfänger:** 3. Simon Niffenegger. **Hobby 1:** 2. Lorenz Ryffel. **Hobby 2:** 2. Hans Wiedmer, 6. Hans Dätwyler. **Hobby 3:** 2. Werner Gasser, 4. Gerry Spichiger.

Zeitfahren Säriswil vom 26. August 1995

Amateure: 3. Stephan Kohler, 4. Adrian Vögelin, 7. Christian Sigg. **Junioren:** 1. Kai Gemperle, 3. Alexandra Bähler, 5. Beat Herren. **Anfänger:** 2. Simon Niffenegger. **Hobby 1:** 1. Lorenz Ryffel, 6. Stefan Krebs. **Hobby 2:** 8. Hans Wiedmer, 12. Ruedi Mathys. **Hobby 3:** 1. Werner Gasser, 7. Gerry Spichiger, 9. Heinz Güntert.



Siegerfoto vom traditionellen Club-Zeitfahren in Flamatt [(von lks nach rts: Lorenz Ryffel (2.), Thomas Wegmüller (1.), Werner Gasser (3.)), geknipst von "Hof-Fotograf" Erwin Hämmerli, der die RRCB-Radlerfamilie anschliessend zu einem Trunk zu sich nach Hermisbühl einlud. Ein "Merci" an Erwin für die nette Bewirtung und an Familie Bähler für die schönen Siegersträsse.

Sie radeln wie ein Mann, Madame

Als die Frauen das Rad eroberten

„Ihr Männer habt uns lang geneckt,
In Küch' und Kinderstub' gesteckt,
Ihr sollt es jetzo büßen!
Auch wir, wir sind ein frei Geschlecht,
Und was vordem nur Euer Recht:
Wir ‚treten‘ es mit ‚Füßen‘.

Die Gläser hoch! Wir stoßen an!
Wir haben jetzt die Hosen an,
Sind frischer, fescher, freier.
Es sei Euch ein ‚All Heil‘ geweiht!
Ich lobe mir das ‚Rad der Zeit‘ –
Nun radelt an, Ihr Freier!“

Im Jahre 1905 konstatierte Rosa Mayreder, Protagonistin der frühen österreichischen Frauenbewegung, daß das Fahrrad mehr zur Emanzipation der Frau beigetragen habe als alle Bestrebungen der Frauenbewegung zusammen genommen. Heute, wo jede zweite Frau ein Bike kauft, wo modische Radlerhosen Knie freilassen und „Damen“ im Vorprogramm der

„Tour de France“ rennfahren, scheint diese Ansicht reichlich merkwürdig. Und doch – Rosa Mayreder hatte recht. Allerdings ist der Status Quo von den Radpionierinnen hart erkämpft worden.

Als um 1870 die ersten kurbelbetriebenen Zweiräder in Schwung kamen, mußten sich Damen als Knaben verkleiden, um das Stahlroß oder später das Hochrad zu besteigen. Im langen Rock und mit sittlichen und medizinischen Vorurteilen im Nacken war nicht gut radeln. Das „schamlose Mannweib“ auf dem Herrenrad entblöbte seine Knöchel, demonstrierte Selbständigkeit und Mut – eklatante Verstöße gegen damalige Sittlichkeitsnormen und Klischees. Frauen, die trotzdem radelten, riskierten nicht nur ihren Ruf, sondern auch ihre Gesundheit, wurden mit Steinen wie Peitschenhieben traktiert und, was ihr Ansehen ins Bodenlose sinken ließ, setzten nach Ansicht vieler Mediziner ihre Gebärfähigkeit aufs Spiel.

„Frei und unabhängig von anderen“ – Frauen machen mobil

„Es war in der That das pflanzenhaft Passive, was an der Frau immer mehr geschätzt und durch diese Schätzung auch gezüchtet wurde; daß sie ein von der Natur zu selbständiger Bewegung bestimmtes Wesen ist, geriet ganz in Vergessenheit.“ (Eduard Bertz, 1900)

Keine Diskussion im Zusammenhang mit dem Fahrrad wurde so erbittert geführt wie die ums Damenradeln. Mode, Gesundheit, Sittlichkeit – das waren nur Vorwände. Es ging ums Prinzip, die Rolle der Frau in einer von Männern dominierten Gesellschaft. Bisher hatte Mann sie zur außerhäuslichen Bewegungslosigkeit verdammt – die von Schiller noch gerühmte „züchtige Hausfrau, die reget ohn' End die fleißigen Händ“, die Madame, deren einzige Aufgabe es war, den Besitz ihres Mannes zu repräsentieren. „Was hat man aber auch Jahre lang für ein Leben geführt, man hat nicht springen, laufen, jagen dürfen, man ist Dame, Fräulein, Frau gewesen, ein Ding ohne bewegliche Gliedmaßen, aufrecht, gemessen und gezirkelt in einem Schleppeck verpuppt, höchstens zu Knixen abgerichtet.“, erinnerte sich 1896 eine Leserbriefschreiberin im *Deutschen Radfahrer* an die Zeit vor dem Drahtesel. Noch 1901 konstatierte Lily Braun in ihrem Standardwerk *Die Frauenfrage*: „Während ihr Bruder Fußball spielt oder fröhliche Wanderungen unternimmt ... sitzt sie über geisttötenden Handarbeiten, oder quält sich und andere am Klavier.“ Doch hoffnungsfroh fuhr sie fort: „Neuerdings hat ein starker Emanzipator darin einige Wandlung geschaffen: das Fahrrad, dessen Wirkung zu Gunsten der Selbstbefreiung des weiblichen Geschlechts schon jetzt in der größeren Selbständigkeit und der Vereinfachung der Kleidung der jungen Mädchen deutlich zu Tage tritt, und auch darin einen glücklichen Ausdruck findet, daß der Absatz der Klaviere seit seiner Einführung in stetigem Sinken begriffen ist.“

Was war schon der schönste Steinway gegen ein „flinkes Stahlrößlein“ – das erste Fortbewegungsmittel, das Frauen selbständig mobil und unabhängig von ihren Männern machte und letztendlich auch den Boden für ihre freie Berufstätigkeit ebnete. Kein Vergleich zu Straßenbahnen oder Omnibussen, mit denen eine erholungsbedürftige Großstädterin, die täglich vielleicht ein oder zwei Stunden Freizeit hatte, nicht schnell genug ins Grüne kommen konnte. Durch den Drahtesel fühlte sich auch Amelie Rother von der Stubenhockerei erlöst: „Die Maschine ist stets gebrauchsfertig, in einer Viertel- oder Halbenstunde sind wir draußen. Kein versäumter Zug, keine überfüllte Pferdebahn, kein Droschkenmangel mehr! Frei und unabhängig von andern kann man auf die Minute bestimmen, wann und wo man sein will.“

Ehemänner befürchteten natürlich, daß ihnen die Gattinnen aus dem häuslichen Bannkreise radeln könnten. Eltern hatten Angst, den Zugriff auf ihre unverheirateten Töchter zu verlieren. Die meisten Männer woll-

ten sich grundsätzlich nicht damit abfinden, daß „eine Frau zu Rade ein unabhängiges Geschöpf ist, frei überall hinzugehen“.

Es gab auch Frauen, die sich weigerten, das zu glauben und ihren radfahrenden Schwestern am liebsten Steine in den Weg gelegt hätten: „Sie stand auf dem Bürgersteig und sah mich ankommen. Ihr Gesicht zeigte ein derartiges starres Entsetzen, daß ich unwillkürlich in langsamstes Tempo fiel und sie mir genau ansah. Während ich ganz langsam bei ihr vorbeifuhr, platzten ihr plötzlich die Worte heraus: ‚Das ist ja gar nicht möglich!‘“

Es war schon möglich, aber nicht erwünscht. Was der *Northern Wheeler*, ein englisches Fachblatt für den Radsport, 1893 so positiv formulierte, regte die Anhänger gängiger Weiblichkeitsmythen mächtig auf: „Frauen haben sich ihren Sitz im Sattel erobert ... und wir Männer können nur sagen: Das ist keine Revolte sondern eine Revolution. Ich bin absolut sicher, daß Frauen nun ihre wahrhaftige, den Männern gleichberechtigte Position einnehmen werden.“

Um Egalität auch schon „im Sattel“ zu vermeiden, sollte Madame nicht wie ein Mann radeln dürfen. Aus modischen, sittlichen und medizinischen Gründen war zuviel Bewegungsfreiheit angeblich nicht gut für Frauen. Nur das Saalfahren „ist derjenige Zweig unseres Sports, den man uns allseitig gönnt“, klagte Amelie Rother 1897 und konnte nicht umhin, sich darüber zu wundern: „Denn, wer im Saale fleißig geübt hat, will doch auch den Sportskameraden einmal zeigen, was er gelernt hat.“ Das gerade war eben nicht erwünscht, und so gehörte Amelie Rother zu jener Gruppe von Radlerinnen, die im gleichen Jahr ein französischer Journalist zurechtwies: „Es gibt in Deutschland eine Reihe Damen, welche den Zweck, welchen das Rad für sie haben soll, ganz verkennen. Sie glauben auch, wie die Männer Eisenbahnfahrgeld damit ersparen zu sollen. Das ist aber völlig verkehrt. Das Radfahren der Damen soll sich nur in dem Rahmen von Spazierfahrten halten.“

Alles, was darüber hinaus ging, zum Beispiel das Tourenfahren, war anfangs so unerhört, „daß die Damen, welche einen so ungewohnten, von den althergebrachten Mitteln der Beförderung fern abliegenden Weg benutzten ... nun gleich in das Lager der Emancipation hinüberraadeln“. Was stimmte, obwohl sich die meisten Radfahrerinnen damals wohl kaum zur Frauenbewegung gerechnet hätten. Doch sie mußten sich mit der Frage nach der Gleichberechtigung auseinandersetzen. Ihr Sport konnte nicht in der Halle stattfinden, wie das damals auch schon von

Frauen gespielte Lawn Tennis, er war ein öffentliches Ereignis. Radfahrerinnen bezogen zwangsläufig Stellung, schließlich war ihnen immer bewußt, „daß sie gegen weit verbreitete Vorurteile in beiden Geschlechtern verstießen und die Grenzen dessen, das bis vor kurzem als das Herkömmliche galt, überschritten haben. Das muß sie von der Willkürlichkeit und Wertlosigkeit konventioneller Satzungen überzeugen, denen die Masse der Frauenwelt sich sonst in sklavischem Gehorsam unterwarf. Und wenn sie das einmal begreifen, so muß auch ihre Persönlichkeit, ihr Unabhängigkeitsgefühl erwachen, und ihr Weg führt hinaus in die Freiheit, dahin, wo nicht mehr das Dogma gilt, sondern nur noch das eigene Urteil, die Stimme des eigenen Gewissens.“ Was Eduard Bertz in seiner 1900 erschienenen „Philosophie des Fahrrades“ formulierte, war drei Jahre früher schon einer Radlerin klar geworden: „Die schwache Frau mit beschränktem Horizonte und geringem Wissen genügt unseren modernen Ansprüchen nicht mehr“, verkündete sie im *Vademecum für Radfahrerinnen*: „An ihre Stelle ist das verständnisvolle, zielbewußte Weib getreten, das eine eigene Individualität verkörpert, seine eigenen Ansichten hat und vertritt, seine eigenen Neigungen hegt und zu erfüllen sucht.“

(aus Gudrun Maierhof / Katinka Schröder: *Sie radeln wie ein Mann, Madame; edition ebersbach im eFeF Verlag, Dortmund 1992*)

 * aus dem FahrRad-Kalender 1993*
 * W-3400 Göttingen *
 * *****



Es findet sie dem Sports tren — Ein weites Jahr später,
 Durchsicht längt, berühren sie — Annahme & Einzelröder.

Die einen führt's zusammen — die anderen trennt's.

*«Froue mit Spöiz, Manne mit Schnöiz»
– Rollensprinter Manfred Nüscherler*



(Foto Berner Rundschau)

Dass Manfred Nüscherler auf der Rolle keine Gegner kennt, fasste Philippe Welti in einem Artikel der "Berner Rundschau" wie folgt zusammen: Er sieht aus wie eine Mischung aus Che Guevara und Bud Spencer: Manfred Nüscherler, der ungeschlagene König des Rollensprints, kämpft für die Anerkennung seiner radsportlichen Leistungen. Da ihm bisher der grosse Radsport die kalte Schulter gezeigt hat, holt der verkannte Sportler die Bestätigung bei Spielshows im Fernsehen.

Das Sonderangebot des Jahres 1995!!!*

PowerBar - der Energieriegel

**Karton à 24 Stk. zum Hit-Preis von
nur Fr. 56.00 (Fr. 2.33/Stk.)**

Keine Magenbeschwerden mehr mit dem leicht-
verdaulichen **PowerBar**! Ideal für Wettkampf/
Training oder einfach für zwischendurch!
Ein Preisvergleich lohnt sich: offiz. Preis
Fr. 84.00/Box oder Fr. 3.90/Stk. Sie sparen
unglaubliche **Fr. 28.00** je Karton!

*speziell für RRC-Bern-Mitglieder!



Bestellung:

Senden Sie mir gegen Rechnung (10 Tage netto):

Anzahl	Aroma	Menge	Preis/Box*	Total Fr.
	Malz-Nuss	Box à 24 Stk.	Fr. 56.00	
	Waldfrucht	Box à 24 Stk.	Fr. 56.00	
	Schokolade	Box à 24 Stk.	Fr. 56.00	
	Apfel/Zimt	Box à 24 Stk.	Fr. 56.00	

*zuzüglich Fr. 4.00 Versandkosten

Absender:

» _____ →

» _____ →

» _____ →

» _____ →

» Tel: _____ → *

Einsenden an:

**Evercolor
Postfach
3000 Bern 22**

oder per Fax:

031 348 16 36



Velo-Wettbewerb: "Wer entwirft das beste Strassen-Rennvelo für einen 103 kg-Radsprinter mit einer maximalen Sprint-Leistung von ca. 2200 Watt = 3 PS?"

- Für einen Rad-Sprinter mit einem hohen Körpergewicht ist es sehr schwierig, ein Strassen-Rennvelo zu finden, welches stabil genug ist.
- Die beste Lösung wird von mir gekauft. Einsendung Ihres Entwurfs, auf maximal 3 A4-Seiten, bis spätestens am 30.11.1995 an obenstehende Adresse.
- Dieses Velo wird bei meinem nächsten TV-Auftritt eingesetzt.
- **Referenzen:**
 - 2 **Weltrekorde:** Max. Tretfrequenz: **271 U/min = 4,52 U/sec** (Bern, 9.3.1990)
Max. Tretleistung: **2378 Watt = 3,3 PS** (Bern, 22.3.1995)
 - Ueber 60 **Siege** im Rad-Rollensprint und auf dem Velo-Hometrainer. (U.a gegen Rad-Weltmeister. Distanzen: 200, 500 und 1000 Meter)
 - Siege auf der Strasse** (Meisterschaft CCB, Sprint, Zeitfahren usw.)
 - 4 **TV-Auftritte** im Schweizer und im Belgischen Fernsehen
 - Ueber 20 **A-4-Seiten Pressemeldungen** (Auszug in den Beilagen)
 - 10 **Jahre Radsport-Trainer** im Universitätssport Bern
 - Vorträge** am Institut für Sport und Sportwissenschaft und am Physikalischen Institut der Universität Bern
 - Autor von **Fachartikeln** in den Zeitschriften "**Velo**" und "**Maggingen**"
 - Autor des Sachbuches "**So gewinnt man Mühle**" (Ravensburger-Verlag, 128 Seiten)

Prioritäten meines Sprinter-Velos

1. Möglichst stabile und verwindungssteife Ausführung
2. Möglichst guter Fahrkonfort
3. Möglichst geringes Gewicht
4. Möglichst gute Aerodynamik
5. Möglichst gutes Preis-Leistungs-Verhältnis

Fahrer: Manfred Nüscheler, Bernastr. 65, 3005 Bern

Gewicht/Grösse: 103 kg/181 cm

Maximale Tretfrequenz: **271 U/Min = 4,52 U/sec (Weltrekord)**

Maximale Sprint-Leistung: ca. 2200 Watt = 3 PS (während ca. 10 Sekunden)

Erreichter Maximal-Wert anlässlich der Ehrung von Berner Spitzensportlern im Berner Kursaal vom 22.3.1995 durch Stadtpräsident Klaus Baumgartner:
2378 Watt = 3,3 PS (Weltrekord)

Rahmen: Stahl oder Alu, möglichst grosse Rohrdurchmesser, genügende Wandstärke

Rahmenhöhe: Mitte-Oben: 58-59 cm; Mitte-Mitte: 56-57cm

Komponenten: Gruppe aus der Spitzenklasse

Kettenblätter vorne: 54x39 Zähne

Tretkurbellänge: 170 mm

Leerlauf (8-fach): 11-13-14-15-16-18-20-23 Zähne

Grösste Uebersetzung: 54x11 Zähne = ca. 10,5 Meter pro Pedalumdrehung

Colléfelgen: Collés: ca. 21-22 mm, ca. 240 gr

Pedalen: System mit Haken, Doppelriemen und geschlitzter Schuhplatte (wie Bahnsprinter)

Lenkerbügel: Aussenbreite: 46 cm, Form: "Tour de France"

Vorbaulänge: ca. 10-11 cm (hängt von Rahmenkonstruktion ab)

Triathlonaufbau: Leichte Version, ev. mit klappbaren Armpolstern

Velocomputer: Mit Hinterradsensor und Tretfrequenz

Wettkampf-Räder: Mit möglichst kleinem Seitenausschlag, guter Aerodynamik und geringem Gewicht

Trainings-Räder: Mit 36 oder 40 (Hinterrad) Speichen (2 mm)

Beilagen: Fotokopien (Palmarès)

Manfred Nüscheler, Bernastr. 65, CH-3005 Bern. Tel. 031/352 52 40

Radsport und Brettspiele

Von 1984-94 war ich im Universitätssport Bern als Radsport-Trainer tätig. Am "Institut für Sport und Sportwissenschaft" und am "Physikalischen Institut" der Uni Bern hielt ich Vorträge über die Themen "Schnelligkeits-Training" und "Leistung im Radsport". Für die Zeitschriften "Magglingen" (Rollerrennen 3/91, Forum: Einfluss der Drehzahl auf die Leistung beim Velofahren 7/92, Forum Sportwissenschaft: Einfluss der Aero-Position auf Pedalkraftmuster und Metabolismus 7/95) und "Velo" (Stundenweltrekord 6/94, 9/94, 1/95) habe ich sportwissenschaftliche Artikel verfasst. Der holländische Sprinter Frans Rutten be-rief sich auf meine Berechnungen über den Stundenweltrekord in seiner Artikelserie in der "Wieler Revue" (19-20/94).

Am 28.3.1990 gewann ich in "Possible...?", einer Sendung des Belgischen und des Westschweizer Fernsehen, einen 500-Meter-Rollensprint (Hometrainer-Velorennen) gegen Schweizer Meister Pascal Richard in 17,04 Sekunden. (Durchschnittsgeschwindigkeit: 106 km/h; Maximalgeschwindigkeit: 125 km/h; Beschleunigungszeit von 0 auf 100 km/h: 1,7 sec; Reaktionszeit: 0,12 sec - so schnell wie Ben Johnson.) Zuvor hatte ich auf der Velorolle u.a. die Rad-Weltmeister Urs Freuler (1983 und 1987; jeweils über 1000 Meter) und Bruno Risi (1987; 500 Meter) bezwungen. Total habe ich seit 1979 über 60 Rollen-, Hometrainer- oder Ergometer-Velorennen gewonnen (über 200, 500 und 1000 Meter) und dabei auch die stärksten Spezialisten geschlagen.

Am 16.5.1984 gewann ich in Schönbühl die "Bernische Kantonalmeisterschaft im 1000-Meter-Rollensprint" (Vorsprung: 3,5 sec). Die angekündigten Schweizermeisterschaften wurden nicht durchgeführt, weil starke Konkurrenten fehlten. Ich hatte alle anderen Kantonalmeister um mindestens 3 Sekunden distanziert. Auch auf der Strasse habe ich 4 Radrennen gewonnen: 1983 die Meisterschaft des Ciclist-Club-Bern, 1986 die Swiss-Velo-Handicap-Goldmedaille, 1987 die Uni-Meisterschaften im Einzelzeitfahren und 1993 einen Berg-sprint gegen einen Citroen-2-CV am Schanzenstutz in Bern.

Am 9.3.1990 stellte ich in Bern einen "Maximal-Trittfrequenz-Weltrekord" auf. Mit 271 U/min verbesserte ich den Weltrekord (265 U/min, gemäss "tour" 7/94, S. 71) von Jens Glücklich (Weltmeister im Kilometer-Zeitfahren). Am 22.3. 1995 erreichte ich anlässlich der traditionellen Ehrung von Spitzensportlern im Berner Kursaal, auf dem "Cateye-Cyclosimulator", eine maximale Radsprint-Leistung von 2378 Watt = 3,23 PS. (Weltrekord; während 5 sec über 2200 Watt.) Leistungstests bei der INFEL in Zürich und am Technikum in Burgdorf, sowie eine "Bergsprint-Leistungsanalyse" auf der Kappelenbrücke bei Bern (v_{max} : 62,1 km/h bei 4,5% Steigung), haben ebenfalls ergeben, dass meine maximale Sprint-Leistung - während ca. 10 sec - über 2000 Watt beträgt. (Während 0,1 sec, bei waagrechter Pedalstellung, erreiche ich ca. 4000 Watt.) Gegenwärtig bin ich auf der Suche nach einem Sponsor und einem stabilen Velo.

In der TV-Sendung "Wetten dass...?" möchte ich zudem zeigen, dass man mit dem Velo auf der Radrolle, ein "500-Meter-Rennen mit stehendem Start", gegen ein Automobil auf einem Tachometer-Prüfstand, gewinnen kann. Am 28.9.1991 erzeugte ich in der TV-Sendung "Supertreffer" (Moderator: Kurt Felix) auf einem Velo-generator die Energie, dass sich 100 Personen rasieren konnten. Als Radsprinter bin ich auch in den TV-Sendungen "Big Box Club" (1991) und "Traumpaar" (1992) aufgetreten.

Mein zweites Hobby sind Brettspiele. 1974/75 remisierte ich 3 Fernschach-Partien gegen Schweizermeister Jules Ehrat (Fernschach-Zentrale der "Neuen Zürcher Zeitung") und spielte in der Junioren-Auswahl "Bern/Solothurn". In den letzten Jahren habe ich gegen Schach-Computer mehrere Partien gewonnen. Am 15.2.1995 remisierte ich im Hotel Bellevue-Palace in Bern eine Simultan-Schach-Partie gegen Schach-Grossmeister Lucas Brunner (Amtierender Schweizer Meister).

1980 habe ich mit Hans Schürmann "So gewinnt man Mühle", ein Anleitungsbuch für das Mühlespiel und 15 seiner Spielfeld-Varianten (z.B. Lasker-Mühle, Fünfeck-Mühle, Springer-Mühle usw. 128 Seiten) im Otto Maier Verlag, Ravensburg, herausgegeben. Dank diesem Buch und 23 gewonnenen Mühlespielturmieren (in Serie, ohne eine Partie zu verlieren) wurde ich von "Welt-Mühlespiel-Dachverband" (WMD) zum "Grossmeister des Mühlespiels" erklärt. Im Sommer 1981 spielte ich auf dem Bärenplatz in Bern einen Simultan-Wettkampf gegen 20 Gegner. Nach 45 Minuten hatte ich 19 Partien gewonnen. Eine endete unentschieden. Ich habe nicht nur unzählige Mühlepartien gegen Schachmeister gewonnen, sondern am 3.9.1994 auch den Mühlespiel-Computer des "Technorama" in Winterthur 6:0 geschlagen. Am 30.9.1994 gewann ich gegen das Mühlespiel-Programm der ETH Zürich mit einer Spezialvariante 2 Partien. Dieses Programm, welches alle 9 Milliarden (nach Spiel-reglement möglichen, nicht symmetrischen) Positionen berechnet hat (10 Gigabytes Daten), verlor wegen einem falschen Datenzugriff. Die 8 übrigen Partien endigten remis.

Einladung

1. Kant.-Bernische Radsport Party

Reggae

Oldies

Funk

Rock



SUPER LIGHT SHOW

Rock'nRoll



Ab 60 Jahren nur
in Begleitung

Disco

Organized by
Erwin Hämmerli and
Martin Lüdi

Blues

Wann:	28. Oktober 1995
Wo:	Hohliebi - Freiburgstrasse 457 3018 Bern - (N1 - Ausfahrt Niederwangen den Ballons folgen!)
Time:	19:00 bis 02:00
Info-Tel:	031 741 47 83 oder 031 331 37 38

A DJ Chevi & Sylvester Party-Production

Club-Zeitfahren vom 17.9.1995 in Flamatt

	Zwischenzeit			Ziel	Zeit 1994
	6 km	23 km	40 km	46 km	
1. Thomas Wegmüller	8.55	32.34	57.00	1:03.44	
2. Lorenz Ryffel	9.29	35.08	1:01.18	1:08.37	1:11.18
3. Werner Gasser	9.40	35.56	1:02.52	1:10.23	1:09.22
4. Hans Wiedmer	9.50	36.53	1:03.35	1:11.08	
5. Toni Bodenmann	10.14	37.12	1:04.38	1:12.58	
6. Stefan Gisin	10.40	38.13	1:05.00	1:13.40	1:18.34
7. Valentin Belz	10.34	38.17	1:06.28	1:14.20	1:14.21
8. Alexandra Bähler	10.31	38.32	1:06.34	1:14.29	1:13.57
9. Philippe Streit	10.28	38.20	1:05.31	1:15.49	
10. Kai Gemperle	10.33	38.40	1:07.48	1:16.05	1:19.01
11. Mario Reichen	10.50	39.35	1:09.25	1:17.22	1:17.33
12. Ruedi Mathys	10.58	40.52	1:11.33	1:19.57	
13. Gerry Spichiger	11.20	41.10	1:12.11	1:20.36	
14. Samuel Niederhauser	11.34	41.53	1:12.40	1:21.10	
15. Ralph Gemperle	11.25	42.20	1:13.44	1:22.19	1:23.44
16. Bruno Wyniger	11.42	44.02	1:16.46	1:25.15	1:23.07
17. Ernst Gemperle	12.00	44.41	1:18.11	1:27.12	1:25.27

RRCB SPORTPROGRAMM

Wintersaison

HALLENTRAINING

Freitag	20.00	Turnhalle Bitzios	Gymnastik, Circuit, Spiel	Hans Dätwyler
Donnerstag	20.00	Turnhalle Schosshalde	Unihoc: freies Spiel	Adrian Vögelin

QUER

Querschule und Rennen

Samstag	7.10.	13.00	Schützenmatte	Quer Schule Langnau	Stefan Gisin u.a.
Samstag	14.10.	13.00	Schützenmatte	Quer Schule Langnau	Stefan Gisin u.a.
Samstag	28.10.	13.00	Schützenmatte	Quer Schule Langnau	Stefan Gisin u.a.
Sonntag	29.10.		Langnau	Kant. Quer	
Samstag	4.11.	13.00	Schützenmatte	Quer Schule Langnau	Stefan Gisin u.a.
Sonntag	5.11.		Schüpfen	Kant. Quer	
Samstag	18.11.	13.00	Schützenmatte	Quer Schule Langnau	Stefan Gisin u.a.
Sonntag	19.11.		Stettlen	Kant. Quer	
Sonntag	26.11.		Bützberg	Kant. Quer	

BIKE - TREFF

für Alle, zum Ausgleich, Plausch, kleine Ausfahrt, Bike Technik

Samstag	21.10.	13.30	kleine Allmend		Sämu Niederhäuser
Samstag	28.10.	13.30	kleine Allmend		Hans Dätwyler
Samstag	4.11.	13.30	Veloladen		Ädu Lutz
Samstag	11.11.	13.30	Veloladen		Stefan Kohler
Samstag			weitere Bike - Plausch Anlässe nach Absprache		

Fuchsjagd

Sonntag	22.10.	9.00	Schützenmatte	Traditionelle Fuchsjagd	Alexandra Bähler
				Bike, Quervelo oder	
				Strassenvelo	

RRCB - A G E N D A

- 14.10.1995 Querschule Langnau (Abfahrt:13 Uhr, Schützenmatte)
19.10. IV. RRCB-Mitgliederversammlung im Bürgerhaus
20.10. Beginn Hallentraining
jeden Freitag, 20 Uhr, Turnhalle Bitzuis
22.10. RRCB-Fuchsjagd:
Besammlung: 9 Uhr, Schützenmatte Bern
28.10. Querschule Langnau (Abfahrt: 13 Uhr, Schützenmatte)
21.10. Bike-Treff (13.30 Uhr, Kleine Allmend)
22.10. DV SRB Kanton Bern in Gümliigen
26.10. Beginn Unihockey
jeden Donnerstag, 20 Uhr, Turnhalle Schosshalde
28.10. Bike-Treff (13.30 Uhr, Kleine Allmend)
29.10. Kant. Quer in Langnau
4.11. Querschule Langnau (Abfahrt: 13 Uhr, Schützenmatte)
4.11. Bike-Treff (13.30 Uhr, Veloladen)
5.11. Kant. Quer in Schüpfen
11.11. Bike-Treff (13.30 Uhr, Veloladen)
18.11. RRCB-Kegelmeisterschaft im Bären Köniz
18.11. Querschule Langnau (Abfahrt: 13 Uhr, Schützenmatte)
19.11. Kant. Quer in Stettlen
26.11. Kant. Quer in Bützberg
28.11. Final KM-Test 1995 im Hallenstadion
13.1.1996 RRCB-Hauptversammlung im Bürgerhaus

**
** **RRCB - Kegelmeisterschaft, Samstag 18. November 1995** **
** **im Restaurant Bären Köniz** **
**

** **Beginn 17.00 Uhr** **
**

