

# RRC BERN



[www.rrcbern.ch](http://www.rrcbern.ch)

*Radsport aus Leidenschaft*

Cluborgan 1/2013

Das **Hallentraining** im Winter 11/12 war gut besucht. So trainierten meist 8-12 Personen in der Turnhalle Laubegg. Der Schwerpunkt wurde auf Kraft, auf koordinative Kompetenzen und aufs Spielen (Fussball, Basketball, Unihockey) gelegt. Im Anschluss ans Training trafen sich die Trainierenden in der Brasserie Obstberg zum gemütlichen, flüssigen Ausklang.

Das **MTB-Training 2012** wurde im Durchschnitt von 8-10 Jugendlichen im Alter von 7-15 Jahren besucht. So viele Kids wie noch nie nahmen regelmässig am Mittwochabend teil. Es gab glücklicherweise keine schweren Stürze oder Unfälle. Die Stimmung in der Gruppe war super und das Verhalten untereinander vorbildlich. Angesichts des unterschiedlichen Alters und Leistungsvermögens ist das nicht selbstverständlich. Alexandra Bähler, Simon Hasler, Lucas Rüesch und Andri Rüesch führten die Trainings vorwiegend im Bremgartenwald und im nahe gelegenen Hinterkappelen durch. Wie üblich waren im Sommer auch ein paar Schwimm- und Sprungstunden im Wohlensee dabei. Der Höhepunkt war das 4-tägige Lager im Frühling in Pura im Tessin. Leider war es sehr regnerisch und kalt, aber Biker kennen bekanntlich kein schlechtes Wetter.

Die Jugendlichen werden in kurzen Porträts (alle Fotos von sha) vorgestellt:

**Nick Läderach (13)** wohnt in Schüpfen bzw. in Ziegelried. Nick ist seit rund 5 Jahren im Training dabei. Er beherrscht sein Bike sehr gut und ist ein sehr fleissiger Trainingsteil-



nehmer, der kein Training auslässt. Gerne nimmt er auch an kleineren Bikerennen teil. Er war 11. in Jassbach sowie 12. und 14. an den Rennen in Kiesen.

**Lars Wälchli (13)** wohnt ebenfalls in Schüpfen und hilft gerne auf dem elterlichen Bauernhof. Lars ist wie Nick seit 5 Jahren im Biketraining. Er ist ein Leichtgewicht und daher ein guter Bergfahrer sowie ein guter Techniker. Auch Lars lässt kein Training aus, und je dreckiger es ist, umso motivierter scheint er zu sein. Lars war 6. in Jassbach sowie 9. und 11. an den Rennen in Kiesen.



**Noah Schriber (14)** wohnt in Bern. Noah ist von der Statur her ein Modellathlet und hat im 2012 sehr grosse Fortschritte erzielt. Nach einem 8. Rang am Bikerennen in Kiesen im Mai siegte er am gleichen Ort bereits im August mit grossem Vorsprung. An der Bike-Kantonalmeisterschaft in Jassbach im September stand er zuoberst auf dem Podest. An der Gurtenclassic anfangs November wurde er Dritter in der Kategorie U16. Noah trainierte ebenfalls auf der Strasse. In den Donnerstagstrainings bewältigte er die Distanzen jeweils ohne Probleme.

**Vital Müller (12)** wohnt in Bern. Vital ist von ruhiger Natur, aber sehr ehrgeiziger. Im 2012 kam er erstmals in die Trainings. Er ist auch Mitglied im Schwimmclub Bern und trainiert dort fast täglich. Vital war 7. in Jassbach sowie 4. in Kiesen.



**Luzius Müller (12)** wohnt in Bern und ist der Zwillingbruder von Vital. Auch Luzius ist im Schwimmclub Bern. Luzius ist ebenfalls sehr ehrgeizig und war bereits 2011 in den Biketrainings. Luzius war 8. in Jassbach sowie 7. in Kiesen.

**Mathis Buri (8)**, wohnt in Bern und trainiert seit dem vergangenen Frühling im RRC Bern. Er ist witzig, intelligent und versteht sich mit den älteren Kids sehr gut. Mathis hat ein grosses Kämpferherz und beisst sich meist mit grossen Gängen durchs Gelände. Mit seinem radsportbegeisterten Grossvater hat er auch schön längere Fahrten gemacht, zum Beispiel von Schwarzsee über den Euschelsspass nach Jaun. Mathis war zweimal 2. in Kiesen.



**Bastian Beetschen (15)** wohnt in Kirchlindach und ist seit Jahren im Training dabei. Er geht in den Gymer und bikt als Ausgleich zur Schule. Bastian fährt jeweils von Kirchlindach in die Trainings und wieder zurück.



**Marc Hirschi (14)**, wohnt in Ittigen. Er war im Team Maca Loca Scott Cycling und fuhr sowohl Strassen-, Bike- als auch Radquerrennen. Er siegte auf der Strasse an einem Rennen des Schmolke Carbon Cup in Deutschland, an der Berner-Rundfahrt und am BOE-Rennen in Mühleturmen. Am BMC RacingCup (Bike), der besten Rennserie für Biker, belegte Marc den 37. Rang in der Gesamtwertung. Am kantonalen Bikerennen in Kiesen war er

zudem 2. Im Herbst nahm Marc auch an den Radquerrennen in Baden, Hittnau und Sion teil. Er erreichte die Ränge 17, 12 und 13.

Weitere Fahrer:

**Mbye Jobe** (links) und **Joël Andrey** (rechts), beide aus Bern



**Chiaran Müller**, Bern (links) und **Niklas Ruesch** (rechts), Zollikofen



### **David Pulver: Zurück im Rennsport**

Vor einigen Jahren machte David Pulver mit sehr guten Ergebnissen in der Kategorie U17 von sich reden. Er fuhr sowohl Strassen- als auch Radquerrennen. Nach einem mehrjährigen Unterbruch hat er wieder intensiv trainiert und mit 23 Jahren eine Amateur-Lizenz gelöst. Er schildert nachfolgend seine Eindrücke:

*Als ich im Sommer und Winter 2011 an zwei verschiedenen Saisonstellen gearbeitet hatte, wurde mir klar, wie sehr ich das Radfahren mag! Im schönen, meist sonnigen Wallis legte ich im Verlauf der Sommermonate über 4000 Kilometer mit dem Rennrad zurück. Im Winter bei durchgehend 2-3 Metern Schnee und keiner Chance aufs Radfahren hatte ich dann genug Zeit um es zu vermissen...*

*In dieser Phase habe ich mich dann entschlossen, im Jahr 2012 an vier bis fünf Hobbyrennen teilzunehmen. Als ich wieder zurück im Flachland war, kreuzten sich meine Wege umgehend mit altbekannten Rennfahrern. Die aufkommende Meinung war: „Dävu, du bist einfach ein Rennfahrer“. Um etwas zu erreichen, bin ich schon zu alt, dachte ich. Doch sogar ehemalige Radprofis dementierten das und bestärkten mich zurückzukehren. Auch ich*

*musste mir eingestehen, dass ich schon gerne richtig Rennen fahren würde! So ergab sich schlussendlich aus einer Idee, einige Hobbyrennen zu fahren, meine erste Amateursaison.*



*Mit nur 300 Trainingskilometern startete ich zu meinem ersten Rennen und siehe da, es ging gleich alles auf! Ein Sieg am Hobbyrennen in Schwarzhäusern. Auch am gut besetzten Hobbyrennen der traditionellen Berner Rundfahrt platzierte mich auf dem vierten Rang. Nach diesem Resultat wagte ich trotz 100 %-Stelle und geringem Trainingsumfang den Sprung zu den lizenzierten Amateuren. Auch da gelang mir der Einstieg: die Punkte fürs Jahresklassement waren von Anfang an in Griffnähe! Je mehr Trainingsrückstand ich aufholen konnte, desto besser wurden meine Leistungen! Bei den drei letzten Saisonrennen hatte ich dann das Gefühl, nun in Form gekommen und gut vorbereitet zu sein. Dabei gelangen mir zwei 4. und ein 9. Rang. Ich bin mit dem gesamten Rennverlauf zufrieden und freue mich jetzt auf die kommenden Rennen im 2013!*

David Pulver, Rennen in Sion (Foto: D. Pulver)

**Für ein breites Sportprogramm braucht es selbstverständlich viele Leiter und Helfer. Für ihr Engagement bedankt sich die sportliche Leitung des RRC Bern ganz herzlich.**



# Erste RRCB Podest-Plätze im 2013 MH

## 6. Januar 2013 – Saisonstart mit regionalem Waldlauf

Bei besten Bedingungen fand der diesjährige Waldlauf von Swiss Cycling BOE in Heimberg statt. Traditionsgemäss findet der erste Anlass des Jahres ohne Velo statt. Auch in diesem Jahr wurden schnelle Zeiten gelaufen, seitens des RRCB durch Adrian Bitterli, Katjana Schriber (Damen 3. Rang), Urs Dellsperger (Hobby B 3. Rang) und Noah Schriber (U17 1. Rang).



Adrian Bitterli und Noah Schriber (Fotos: Thomas und Ulf Schiller)

## 12. Januar 2013 – Winter Duathlon Aarwangen

Im Oberaargau ging Marc Hirschi erstmals in der Kategorie U17 an den Start und erzielte mit dem 2. Rang gleich den ersten Podestplatz. Nur einen Tag später erkämpfte sich Marc übrigens an der Radquer Schweizermeisterschaft in Steinmaur den ausgezeichneten 18. Rang.



# Und was macht eigentlich...

MH

...Urs Dellsperger, Duathlon-Weltmeister und seit vielen Jahren im RRCB?



Im Sommer fährt er Rennvelo und wird z.B. RRCB-Clubmeister 2012

(Fotos: Thomas &Ulf Schiller)



**„RRCB-Wintersporttag** heisst gemeinsam:

Ski- und Snowboardfahren  
Langlauf betreiben  
Schneeschuhlaufen  
Schlitteln, Wandern, Ski-Tour“

So wird der Anlass chez Trix und Toni jeweils ausgeschrieben

**„RRCB-Wintersporttag** heisst aber auch

Schanzen springen vor Publikum  
41jährige Weissweine degustieren  
Alte Geschichten und kalte Hände am Holzfeuer aufwärmen  
In Üelus Ratrac mitfahren und die ersten Ausfahrten auf dem Velo planen.

**30 RRCBler und Freunde**, von Klein-Nik bis Gross-Oskar, haben ausgiebig genossen, begossen, plagiiert und Clubleben zelebriert. Dies bei herrlichem Wetter und besten Verhältnissen.

**Herzlichen Dank Trix und Toni für die Gastfreundschaft!** Trix wünschen wir weiterhin viel Geduld und vollständige Genesung ihrer gebrochenen Knochen.



## Der Club +/- 70 Bern trifft sich jetzt im Restaurant Jäger

Peter Russenberger

Das Ehepaar Ida und Yves Sunier, welches über 25 Jahre auf dem Restaurant Acher in Bern-Bethlehem wirtete, ging in den Ruhestand. Deshalb halten die „Siebziger“ ihre Monatshöck nun im Restaurant Jäger ab. Mit einer strahlenden Abschiedsgala verabschiedete sich das Wirtehepaar Ida und Yves Sunier von seinen Gästen und Freunden. Etwas über 25 Jahre haben die Suniers im Restaurant Acher Bethlehem ihre Gäste verwöhnt. Neben dem leckeren à la Carte Essen und den Oklahoma Barbecue Grill-Partys des BBQ-Teams, war das Restaurant Acher auch ein



*Ausnahmsweise erschienen die «Clubsiebziger» in Rennmontur zum Fototermin. Das Foto entstand als Abschiedsgeschenk an das Wirtepaar Sunier, das die «Clubsiebziger» über zwei Jahrzehnte immer freundlich bewirtete.*

Mekka der Country Musik. Durch das reichhaltige Festprogramm führte beim Abschiedsfest Pierre Sager. Im Festzelt traten aus Wertschätzung für die scheidenden Suniers die Country Musikband Honky Tonk Pickers, die Western Swing Band Gumbot Rednex, das Duo Kappeler-Zbinden, Kappeler und der Solist Christian Brütsch gratis auf. Ida und Yves offerierten ihren langjährigen Freunden und Stammgästen als Dankeschön vom Acher Oklahoma Barbecue Grill Team zu Kartoffelsalat leckere Grillspezialitäten. Das Bier wurde von der Durstwehr serviert.



*Von links nach rechts: Werner Haldi, Peter Burkhard, Otto Hauenstein, Peter Gerber, Hans Bieri (Schweizer Meister Radquer 1953/54/55; Zweiter Quer WM 1955 und Dritter Quer-WM 1956), Kurt Rechsteiner (Schweizer Meister Sprint 1952/59/60/61; WM- und Olympiateilnehmer), Peter Staub, Kurt Bart (Schweizer Meister Strasse 1968), Peter Russenberger, Roland Rothen, Manfred Hofer, Hans Gilgen und Arthur Gerber.*

## **Über 20 Jahre Stammgast**

Zu den zahlreichen langjährigen Stammgästen, welche sich in dieser gemütlichen Bethlehemer Quartierbeiz einfach wohlfühlten, gehört auch der Radrennfahrer Oldie-Verein Club +/-70 Bern. Seit über zwanzig Jahren treffen sich die auf den Radrennclub Bern basierenden „Siebziger“ jeden zweiten Mittwoch im Monat im Nebensäli zu einem gemütlichen Höck. Früher kamen auch Sprintweltmeister und Nationaltrainer Oscar Plattner, die Berner Radsportlegende, und der Berner Fussball-Altinternationale Charly Casali häufig nach Bethlehem zum Höck. Der Club +/-70 Bern, dem ehemalige Schweizer Meister, Kantonalmeister sowie WM- und Olympiateilnehmer angehören, verliert, weil das Wirtepaar Sunier nun in den verdienten Ruhestand geht, sein so geschätztes Restaurant Acher. Die einmalige Gastfreundschaft welche uns Ida und Yves Sunier sowie die beiden tüchtigen Serviertöchter Doris und Michelle boten, wird uns Siebzigern mit grosser Dankbarkeit stets in bester Erinnerung bleiben.

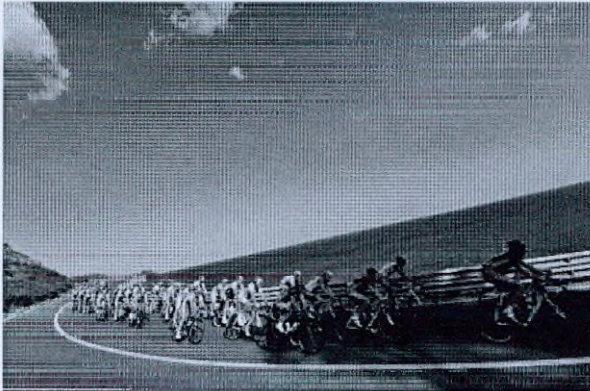
## **Höcks finden neu im Jäger statt**

Ab Oktober hielten wir unsere Höcks nun im Restaurant Jäger ab. Wegen des leckeren Essens beim feierlichen Dezember Höck und nicht zuletzt wegen des ebenfalls geeigneten Nebensälis, werden wir jetzt für immer im Jäger bleiben. Leider sind der ehemalige Präsident Hans Rohrer und der frühere RRC Bern Spitzenfahrer Ruedi Jungi im Vereinsjahr 2012 verstorben. Dadurch bekommt der auf dem RRC Bern basierende Oldieclub +/- 70 immer mehr „Nachwuchssorgen“. Eine Blutauffrischung durch jüngere ehemalige Radrennfahrer, Gümmeler und Radsportfreunde allgemein, drängt sich immer mehr auf. Wer möchte sich uns anschliessend? Die gut-besuchten Höcks zeigen, dass wir es bei den Weisch no-Geschichten und „Prahlerien“ immer saulustig haben. Wir treffen uns jeden 2. Mittwoch um 14.30 Uhr im Restaurant Jäger. Interessenten erteilt Peter Russenberger gerne Auskunft (079 370 32 87).

## 9. Sommertour des RRCB

## BERN – SAN REMO

Samstag, 20. – Samstag, 27. Juli 2013



### Strecke

- 5 Tagesetappen à 120-160 km nach San Remo (oder Umgebung). Totaldistanz: ca. 700 km.
- Provisorische Strecke: Bern – Kandersteg – Brig – Simplon – Domodossola – Orta – Vercelli – Asti – Alba – San Remo
- Die definitive Strecke wird nach der Anmeldung im Frühling 2013 bekannt gegeben.

### Infos

- Übernachtung in Mittelklassehotels, i.d.R. im Doppelzimmer.
- Das Gepäck wird im Clubbus transportiert.
- Die Teilnehmer wechseln sich beim Clubbus fahren ab.
- Für Transport, Unterkunft und Essen ist mit insgesamt 1000 Fr. zu rechnen; die Kosten für Unterkunft und Essen werden von den Teilnehmern laufend individuell beglichen.
- Die Transportkosten werden am Ende der Sommertour gleichmässig auf die Teilnehmer aufgeteilt.

## **Rückreise Samstag, 27. Juli 2013**

- Die Teilnehmer fahren mit dem Clubbus und/oder mit dem Zug zurück.
- Die Velos werden im Clubbus zurückgebracht.

## **Organisation**

- Simon Hasler, Roger Wullschleger, Bruno Schmid und evtl. Peter Rüttschi

## **Anmeldung bis 15. Februar 2013**

- Simon Hasler, Rütliweg 77, 3072 Ostermundigen
- 079 213 02 53; [simon\\_hasler@bluewin.ch](mailto:simon_hasler@bluewin.ch)





- Do 7.2.-So 10.2. Strassentraining Tenero [www.swiss-cycling-bern.ch](http://www.swiss-cycling-bern.ch)  
Sa 02.03.-13.30 Trainingsrennen Hindelbank [www.rversigen.ch](http://www.rversigen.ch)  
Fr 08.03.-20.00 Swiss Cycling Kanton Bern DV Ersigen  
Sa 09.03.-13.30 Trainingsrennen Hindelbank [www.rversigen.ch](http://www.rversigen.ch)  
Sa 16.03.-13.30 Trainingsrennen Hindelbank [www.rversigen.ch](http://www.rversigen.ch)  
Sa 23.03.-13.30 BOE Strasse Hindelbank [www.swiss-cycling-boe.ch](http://www.swiss-cycling-boe.ch)
- Fr 29.03.-09.30 RRCB-Ausfahrt Murtensee, Bern-Europaplatz**
- Mo 01.04.-08.00 Nat. Strasse Schwarzhäusern [rv-schwarzhaeusern.ch](http://rv-schwarzhaeusern.ch)  
Sa 06.04.-14.00 Seeland Strasse Messen [www.seeland-cycling.ch](http://www.seeland-cycling.ch)  
Sa 20.04.-08.00 MTB Homberg-Race [www.rcsteffisburg.ch](http://www.rcsteffisburg.ch)  
Sa 20.04.-08.00 Downhill Homberg-Race [www.sc-homberg.ch](http://www.sc-homberg.ch)  
So 21.04.-08.00 MTB Colombier [www.swiss-cycling.ch](http://www.swiss-cycling.ch)  
Di 30.04.-18.00 BOE Strasse Riedbach [www.swiss-cycling-boe.ch](http://www.swiss-cycling-boe.ch)  
Sa 04.05.-08.30 Berner Rundfahrt Lyss [www.berner-rundfahrt.ch](http://www.berner-rundfahrt.ch)  
Di 07.05.-18.45 Abendrennen Lyss [www.rcob.ch](http://www.rcob.ch)  
Mi 08.05.-18.00 BOE Einzel-ZF Zäziwil [www.swiss-cycling-boe.ch](http://www.swiss-cycling-boe.ch)
- Do 09.05.-08.30 RRCB-Ausfahrt Emmental, Bern-Forstzentrum**
- So 12.05.-08.00 MTB Hauterive [www.swiss-cycling.ch](http://www.swiss-cycling.ch)  
Mi 15.05.-18.00 Kant. Kriterium Lyss [www.rcob.ch](http://www.rcob.ch)
- Mo 20.05.-08.30 RRCB-Ausfahrt Oberland, Rubigen-Denner**
- Mi 22.05.-18.00 MTB Cross Country Kiesen [www.swiss-cycling-boe.ch](http://www.swiss-cycling-boe.ch)  
Mi 22.05.-18.45 Abendrennen Lyss [www.rcob.ch](http://www.rcob.ch)  
So 25.05.-08.00 MTB Ursy [www.swiss-cycling.ch](http://www.swiss-cycling.ch)  
Di 28.05.-18.00 BOE Strasse Deisswil [www.swiss-cycling-boe.ch](http://www.swiss-cycling-boe.ch)  
Mi 29.05.-18.00 Kant. Sprinterrennen Lyss [www.rcob.ch](http://www.rcob.ch)  
Sa 01.06.-14.00 Nat. Einzelzeitfahren Amsoldingen [www.rrc-thun.ch](http://www.rrc-thun.ch)  
So 02.06.-08.00 Nat. GP Mobilier Kirchdorf [www.rscaaretal.ch](http://www.rscaaretal.ch)

## **RRCB-Trainings Frühling / bis 30. März 2013** MH

- Dienstag 18.30h LAUFTRAINING, Bern-Dählhölzli (Parkplatz Rest.)  
Leitung Roger Wullschleger (bis und mit 26.2.2013)
- Donnerstag 20.00h HALLENTRAINING, Bern-Laubegg Turnhalle  
Leitung Simon Hasler (bis und mit 21.3.2013)
- Samstag 13.30h STRASSENTRAINING, Bern-Europaplatz / Ausser-  
holligen; Leitung Roger Wullschleger u.a., Durchfüh-  
rung bei trockener Witterung (vgl. [www.rrcbern.ch](http://www.rrcbern.ch))

## **RRCB-Trainings Sommer / ab 31. März 2013** MH

- Dienstag 17.45h STRASSENTRAINING, Köniz-Bären (gerade Wo-  
chen) bzw. Rubigen-Denner (ungerade Wochen)
- Mittwoch 18.00h MTB-TRAINING, Bern-Forstzentrum Länggasse  
Für Jugendliche ab 10 Jahren. Gesamtleitung Simon  
Hasler; Beginn 24. April 2013
- Donnerstag 18.00h STRASSENTRAINING, Bern-Forstzentrum Läng-  
gasse, Leitung Roger Wullschleger & Martin Häu-  
selmann
- Samstag/Sonntag Ausfahrten gemäss besonderem Programm, vgl.  
[www.rrcbern.ch](http://www.rrcbern.ch)