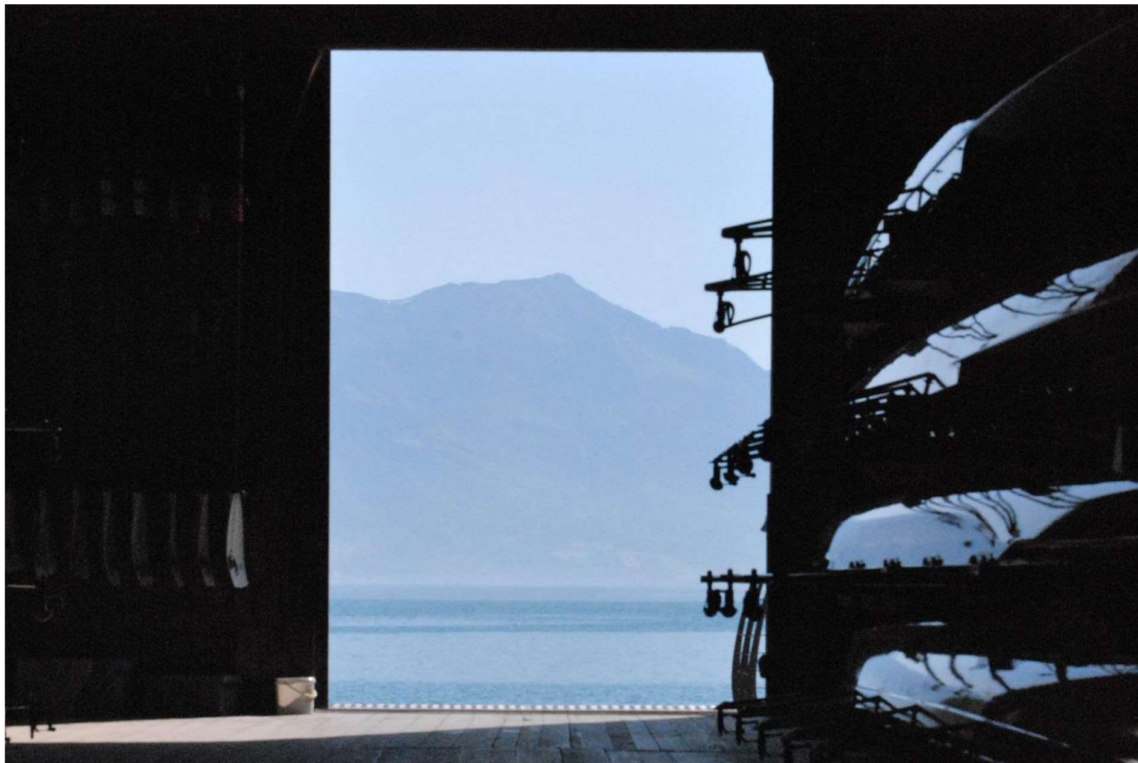




Seclub Interlaken
seit 1908



Informationen Einsteigerkurs 2026

Wissenswertes in Kürze

Was macht man im Kurs?	Im Einsteigerkurs werden mit Hilfe von Ergometern, Ruderbooten, Surfskiffs und Videoaufnahmen die einzelnen Teile der Ruderbewegung richtig eingeübt und trainiert, der schonende Umgang mit den Booten und dem Bootsmaterial gelehrt und die wichtigsten Manöver auf dem Wasser geübt (Notbremse, Wenden, u.a.). Es werden erste Kenntnisse über unser Rudergebiet, Sicherheitsbestimmungen und -vorkehrungen erläutert.
Was ist das Kursziel	Ziel dieses Kurses ist die Einsteiger für den Rudersport zu begeistern und ihnen das nötige Wissen und Können zu vermitteln, damit sie im offiziellen Training mitrudern können.
Wie viele Teilnehmer werden ausgebildet	Es wird 1 Kurs mit max. 8 Teilnehmern durchgeführt.
Wann findet der Kurs statt?	Im April 2026, Daten siehe Anmeldung am Schluss. Ein Ausfall an einem Abend ist zu verkraften, am Wochenende nur schlecht. Die Zeiten können noch leicht variieren. Sie werden vom Kursleiter genau festgelegt. Der Kurs findet bei jeder Witterung statt!
Wer kann am Kurs teilnehmen?	Frauen und Männer ab 18 Jahren, die mindestens 300 m schwimmen können.
Wie melde ich mich für den Einführungskurs an?	Auf der letzten Seite dieser Unterlagen befindet sich ein Anmeldeformular. Mit der Unterschrift bestätigen die Teilnehmer, dass sie mindestens 300 m in freiem Wasser schwimmen können und mit den Bedingungen im Kursprogramm einverstanden sind.
Wieviel kostet der Kurs	350.- Fr. Dieser Betrag wird bei Kursbeginn in Rechnung gestellt. Darin enthalten ist auch der Jahresbeitrag für die erste Saison.
Wo findet der Kurs statt?	Im Bootshaus (Ergometer, Videoauswert.) und auf dem Wasser mit Mannschaftsbooten, bei jeder Witterung. Falls es aus Sicherheitsgründen nicht möglich ist, auf dem See zu üben (z.B. Gewitter, hoher Wellengang), suchen wir ein Ersatzdatum.
Wie kleide ich mich, um bequem rudern zu können?	Nicht zu weite, dem Wetter angemessene Kleider (Velokleider o.ä.) 2te Garnitur mitnehmen. Denkt an die Nieren (bei Wind ist die gefühlte Temperatur niedriger). Hoffentlich brauchen wir Sonnenschutz und –brille.
Wie steht es um meine Sicherheit?	Gut! Ich kann ja schwimmen und die Boote tun es auch. Wind, Wetter und Verkehr halten die Bootsführer im Auge. Wir kentern auch nicht, denn wir halten uns auf dem Wasser immer an die Anweisungen der Bootsführer, die mit uns im gleichen Boot sitzen und auch nicht baden gehen wollen. Wir führen immer Schwimmwesten mit. Von Clubmitgliedern wird erwartet eine eigene Weste anzuschaffen.

Der Seeclub Interlaken

Wie geht es nach dem Kurs weiter?

Am Schluss des EK sind die Kursabsolventen eingeladen, dem Club als Aktivmitglied beizutreten. Hierzu erhalten Sie die einschlägigen Unterlagen (Statuten, Sicherheitsreglement, Beitrittserklärung).

Um den Club und seine Mitglieder kennenzulernen sind die Neuruderer, ohne Antrag auf die Mitgliedschaft, bei 3 offiziellen Trainings herzlich willkommen.

Wann finden die Trainings statt?

Vom Anrudern (April) bis zum Abrudern (Oktober) finden Dienstags- und Donnerstags-Trainings statt (18.15 - ± 20.00).

Ausfahrten in eigener Regie sind erst nach ca. zwei Mitgliedsjahren möglich. Der Vorstand entscheidet über die Ausgabe der Bootshauschlüssel.

Wie viel beträgt der Clubbeitrag?

Der reguläre Jahresbeitrag beträgt Fr. 350.- (SCI 275.- + SRV-Beitrag 75.-). Ein einmaliger Eintrittsbeitrag von Fr. 300.- ist in den Bootsfond zu leisten.

Was muss man noch wissen?

Versicherung: Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Bei Unfällen lehnt der Seeclub Interlaken jegliche Haftung ab. Jeder Teilnehmer muss schwimmen können und trägt für sein Handeln selbst die Verantwortung. Durch den Club besteht keine Haftpflicht- und Unfallversicherung, er lehnt jede Haftung ab. Beschädigungen des Clubeigentums gehen zu Lasten des Verursachers. Im Weiteren gelten die Bestimmungen der Statuten, der Ruderordnung sowie der Bootshausordnung.

Überprüfen der Privathaftpflicht: sind Obhutsschäden an Booten gedeckt oder muss ein Zusatz gemacht werden? (Dies ist je nach Versicherungsanbieter verschieden).



Wie komm ich hin?

Mit dem Auto schlecht. Der SCI ist ein Sportclub, wir kommen zu Fuss oder mit dem Velo.



Hannes Buri
Ruderbootshüttenmensch SCI
076 251 05 17

Anmeldung

Schicken an:

Seeclub Interlaken
Hannes Buri
Hauptstrasse 19
3706 Leissigen

oder fast lieber per Mail

ruderchef@seeclubinterlaken.ch

Anmeldung für den SCI - Einführungskurs 2026

EK 1&2	Samstag	11. April	7:30 – 12:00
EK 3&4	Sonntag	12. April	7:30 – 12:00
EK 5	Mittwoch	15. April	18:00 – 20:00
EK 6&7	Samstag	18. April	7:30 – 12:00
EK Reservetermin	Mittwoch	22. April	18:00 – 20:00
EK 8	Samstag	25. April	7:30 – 12:00
Sonntagsrudern mit Club	Sonntag	03. Mai	10:00 – 12:00

Name Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich des Schwimmens kundig bin und mich mit den Bedingungen im Kursprogramm einverstanden erkläre.

Datum, Unterschrift