

Clubinfos 6/2011

Vorstand

Präsident Manfred Dietrich, Kirchweg 12, 3203 Mühleberg, Tel 031 751 08 28, e-mail man.dietrich@bluewin.ch
 Vizepräsident Aldo Bernasconi, Werdtweg 17, 3007 Bern, Tel 031 372 26 45, e-mail aldo.bernasconi@albema.ch
 Kassier Heinz Baumgartner, Hofwilstrasse 120, 3053 M'buchsee, Tel 031 869 68 73, e-mail Heinz.Baumgartner@bbl.admin.ch
 Sekretär Sandro Giove, Längenbühlstrasse 52, 3302 Moosseedorf, Tel 031 869 34 43, e-mail sandro.giove@Lib-ag.ch
 Leiter Sport for all Peter Schindler, Büschiackerstrasse 14, 3098 Schliern, Tel 031 972 21 09, e-mail jennigaby@bluewin.ch
 Rennchef vakant, ad interim Manfred Dietrich, Präsident
 Materialverwalter Peter Schär, Heggidorn 52, 3202 Frauenkappelen, Tel 031 751 14 85, e-mail schaer.p@bluewin.ch
 Webmaster Philippe Droz, Baggwilgraben 10, 3267 Seedorf, Tel 031 510 61 46, e-mail info@phippu.net
 Redaktorin Lore Bernasconi, Werdtweg 17, 3007 Bern, 031 372 26 45, e-mail l.bernasconi@albema.ch

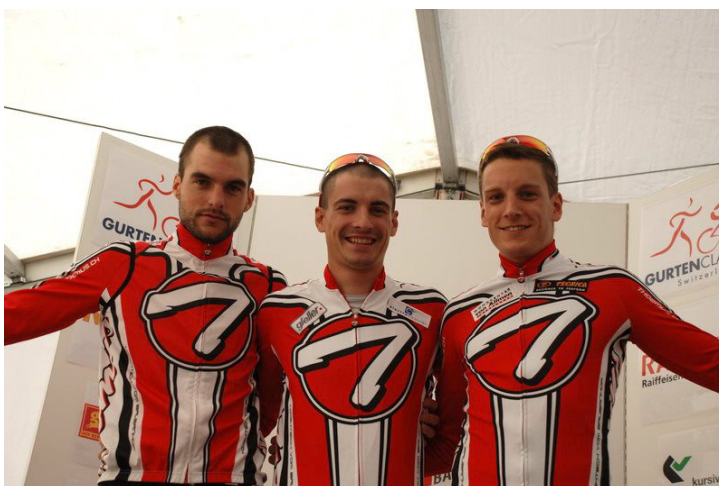
Inhaltsverzeichnis

30. Gurtenclassic	Seite 30
Agenda	Seite 30
Veloferien in Gatteo Mare	Seite 31
Vorstandsecke	Seite 31
News von Sepp Freiburghaus	Seite 31
Witz	Seite 31
Unsere Sponsoren	Seite 31/32

30. Gurtenclassic

Bei trockenem Wetter und für November warmen Temperaturen fanden sich CCB-ler mit verschiedenen Zielen am Gurten ein. Eine Gruppe begab sich per Bike an die MTB-Rennstrecke um ihre Kollegen anzufeuern, welche im MTB Rennen bemüht waren eine möglichst gute Rennzeit herauszufahren. Hervorragend gelang dies dem Elite-Biker Sepp Freiburghaus (siehe auch News von Sepp Freiburghaus). Er erreichte das Ziel auf dem Gurten vor seinen Teamkollegen Severin Disch (+0:30,2) und Daniel Eymann (+2:04,9) in der Tagesbestzeit von 43:38,8min.

Etwas länger "genossen" Jean-Martin Poncet (Rang 13, 0:47:45,8), Manfred Dietrich (88. in 0:56:24,7) Hans Rutschi (188. in 1:05:48,3) und Hansruedi Ledermann (212. in 1:09:45,4) die Strecke. Hansruedi Ledermann hat übrigens alle 30 Gurten Classic's bestritten. Mal zu Fuss, mal per MTB.



Agenda

Ab Anfangs November Hallenturnen.

110. Hauptversammlung 2011

Freitag, 11. Februar 2012, 19.00 im Restaurant Tscharnergut

Veloferien Gatteo Mare Italien 2012

14. – 21. April / 21. – 28. April / 28. April – 5. Mai / 5. – 12. Mai

Elektroveloferien 12. – 19. Mai

Auskunft und Anmeldung unter www.adria-veloferien.ch oder 079 654 84 08

Vorstandsecke

Gratulationen

Am 28. Januar 2012 feiern Alain Flury und Hans-Peter Götschi den 50. Geburtstag.

Herzliche Gratulation den beiden Jubilaren vom CC Bern.

News von Sepp Freiburghaus 2011

Gurten Classic Rang 1 7. November 2011

Nach dreiwöchiger Pause habe ich am 25. Oktober wieder mit dem Training begonnen. Viel Kraft-, Grundlagenausdauer- und Radquer- Training bestimmen zur Zeit meinen Trainingsalltag. Gestern fuhr ich schon wieder ein Rennen, das Gurtenclassic. Eine 16.8km lange Strecke Rund und den Gurten mit vielen Höhenmetern. Ich konnte von Anfang an in den ersten Positionen mitfahren, merkte aber, dass die Spritzigkeit noch nicht vorhanden ist. Einen hohen Rhythmus anschlagen ging ganz gut, aber bei hohem Tempo noch mal kurz die Kadenz zu erhöhen konnte ich noch nicht. Scheinbar war ich nicht der einzige der diese Probleme hatte, den schon früh waren nur noch mein Teamkollege Severin Disch und ich an der Spitze. Beim langen Anstieg vom Gurtental auf den Berner Hausberg konnte ich Disch noch distanzieren und gewann mit 30 Sekunden Vorsprung. Ein gutes Training, denn in den kommenden Wochen werde ich das eine oder andere Radquer fahren, um meine Grundschnelligkeit zu erhöhen.

Verzicht auf Sion 1.12.2011

Die beiden Quers in Frenkendorf und Bützberg liefen gar nicht wie ich wollte, die ersten 20 Minuten waren ja ganz OK, danach bekam ich immer starke Rückenschmerzen und konnte nicht mehr schnell fahren. Deshalb verzichte ich auf das Quer in Sion und werde erst in Rennaz wieder fahren. Der Rücken scheint zwar schon wieder zu halten, aber ich will nichts riskieren und mache vorsichtshalber noch eine Woche Pause.

Texte und Angaben aus www.seppfreiburghaus.ch

Witz

Drei Handwerker diskutieren über das Alter Ihres Berufes. Jeder glaubt, den älteren Beruf zu haben. Sagt der Maurer: "Ich der ältesten Beruf, wir Maurer haben schon die Pyramiden in Aegypten gebaut!" Antwortet der Gärtner: „Das ist noch gar nichts. Mein Beruf ist noch älter, wir Gärtner haben schon den Garten Eden bepflanzt!“

Sagt der Elektriker: „ Ach was! Die Elektriker sind die Aeltesten. Als Gott sprach, es werde Licht, haben wir schon vorher die Leitungen verlegt.

Unsere Sponsoren

Sonderegger Bijouterie Bern Murten Mürren

Spitalgasse 36 3011 Bern Tel 031 311 70 38

www.bijouterie-sonderegger.ch



Garage Zbinden & Käser AG

Büchslen/Murten

www.zbinden-kaeser.ch



Dorfstrasse 7
Postfach 54
3324 Hindelbank
Tel. 034 411 21 86
Fax 034 411 25 82

Höhnerbühlstrasse 1
Postfach 209
3045 Bolligen
Tel. 031 381 57 47
Fax 031 922 06 31
info@ll-bodenbelaege.ch
www.ll-bodenbelaege.ch

Einkaufsvergünstigungen

im Sportgeschäft Ruedi Sport

Ruedi von Gunten, Könizstrasse 5, Tel. 031 381 25 15.

CCB-Mitglieder erhalten **10%** Rabatt, ausgenommen auf Nahrungsergänzungsprodukten und Aktionen.

bei



Albema Keramik AG

„Bad- u Plättli-Egge“

Schwarzenburgstrasse 35, 3007 Bern

Tel 031 372 26 55

erhalten CCB-Mitglieder auf Reinigungs- und Pflegemittel für insbesondere Natur- und Kunststein, sowie Keramikbeläge, ebenfalls auf Bosch-, Skil-, Dremel-Elektromaschinen und Zubehör und auf Elektrogeräte von V-Zug, 20% Rabatt. Auf alle weiteren Produkte aus dem Plättli- oder Sanitärsortiment, Ermässigung nach Absprache.

In der eigenen Ausstellung bedienen und beraten Euch Lore und Aldo Bernasconi.



*Frohe Festtage und einen guten
Start ins 2012 wünschen*

Aldo und Lore Bernasconi