

1 • 2015



# DAS ZÜRION

# Editorial

*Liebe Leserin; Lieber Leser*

Wie immer beginne ich mit der Suche nach den besten Begrüßungsworten. Jedes Jahr vom Frühling zu schreiben, erscheint mir nicht sehr einfallsreich. Daher begrüße ich euch jetzt mit Hinweisen auf alles Neue im Jahr 2015.

Neue Adresse unserer Sektion:

**SLRG Sektion Züri  
8000 Zürich**

Gymnastik und Fitness mit Ursula Müller (weitere Informationen siehe Training)

Annette Fuchs  
Redaktion

## Inhalte

Editorial	1	Jahresprogramm 2015/2016	8
Impressum	2	Helfer gesucht	10
Free Speech	3	Training	11
Die Verlosung	4	VIP Adressen	12
Einladungen/ Anmeldungen	5		

## Impressum

Auflage: 450  
Erscheint 2-mal jährlich  
Druck: Zürcher Kantonalbank

Redaktion  
Annette Fuchs  
[redaktion@slrgzueri.ch](mailto:redaktion@slrgzueri.ch)

Beiträge, konstruktive Kritik oder ähnliches sind herzlich willkommen in schriftlicher oder graphischer Form, und können via E-Mail direkt an die Redaktion oder an das Postfach der SLRG gesendet werden.

Damit Sie das Zürion auch nach einem Adresswechsel erreicht, informieren Sie bitte unseren Kassier ([kassier@slrgzueri.ch](mailto:kassier@slrgzueri.ch)) oder schreiben Sie an die folgende Adresse:

SLRG Sektion Züri  
8000 Zürich

### **Achtung!**

Redaktionsschluss für das Zürion Nr 2 / 2015 ist  
der  
**1. August 2015**

## Free Speech

Sali zusammen

Gerne heisse ich Euch alle im neuen Vereinsjahr willkommen, in das Ihr hoffentlich alle gut gestartet seid. Es sind dieses Jahr wieder verschiedene Vereinsanlässe geplant.

Das reicht von den Wettkämpfen, über Aufsichtsdienste bei Sportereignissen, bis zu nicht so anstrengenden Terminen wie: Kegeln oder Samichlaus.

Besonders möchte ich euch die Teilnahme an den verschiedenen Sportevents, wie zum Beispiel dem Ironman oder den Züritriathlon, als Helferson (Rettungsschwimmer) empfehlen. Es gibt fast nichts schöneres, als den Sonnenaufgang auf dem See zu erleben (natürlich muss das Wetter mitspielen). Auch sonst sind tolle Erlebnisse an diesen Events garantiert.

Die Rettungsschwimmwettkämpfe sind immer ein Erlebnis. Es gibt was zum Lachen und manchmal auch was zum Schreien. Pure Emotionen sind da garantiert. Leider hat die SLRG Schweiz beschlossen, den Wettkampf mit den Rettungsbrettern bis auf Weiteres auszusetzen. Dies bedauere ich, da diese Disziplin einen schönen Ausgleich zu den leistungsorientierten Disziplinen geboten hat. Dafür werden jetzt die Ränder unserer Trainingsbäder endlich von unseren andauernden Übungen verschont.

Bis bald  
Andi

## Die Verlosung

### *Wer kann mitmachen?*

Alle, die Berichte für eine Ausgabe des Zürion schreiben und an der Vereinsversammlung anwesend sind, nehmen automatisch an der Verlosung teil.

### *Was sind die Bedingungen?*

- Der Bericht (Text) muss mindestens eine halbe Seite im Zürion füllen.
- Als Berichte gelten: Beiträge über das Vereinsleben (Skiweekend, Wettkämpfe...), SLRG im Allgemeinen, informative Texte (zum Beispiel über Nothilfe, Seerettung...)
- Der Bericht muss im Zürion veröffentlicht werden.
- Die Autoren von offiziellen Texten, wie z.B. Jahresberichte oder Ausschreibungen für Anlässe oder Ähnliches, nehmen nicht an der Verlosung teil.

### *Wo und wann findet die Verlosung statt?*

Immer an der Vereinsversammlung.

### *Was kann man gewinnen?*

Die Redaktion berät sich jedes Jahr neu mit dem Vorstand. Dieses Jahr war der

- 1. Preis** zwei Gutscheine für das Thermalbad Löwenbräu
- 2. Preis** einen Coop -Gutschein im Wert von CHF 50 und Wein.
- 3. Preis** einen Coop -Gutschein im Wert von CHF 20 und Wein.

Einfach total genial!

### *Warum eine Verlosung?*

Auf diese Weise bedankt sich die Redaktion bei den Autoren für die Berichte, die im Zürion veröffentlicht werden können.

## Verlosung 2014

Im 2014 haben drei Autoren für das Zürion geschrieben und Fotografiert. Herzlichen Dank nochmals an alle! Die glücklichen Gewinner sind: Sophie Körber, Christian Elbe und Diana Colombo. Viel Vergnügen mit den Preisen wünscht euch die Redaktion.

## Einladungen/ Anmeldungen

### Grillplausch

Datum: Montag, 29. Juni 2015  
Ersatzdatum: 6. Juli 2015  
Zeit: Ab 18:00 Uhr  
Ort: Katzensee

Mitbringen: Für Essen und Getränke ist jeder selbst verantwortlich.  
Vorhanden: Kaffee und Kuchen (von der Sektion gesponsert) und ein grosses Grillfeuer.  
Durchführung: Telefon Nummer 1600 gibt ab 15:30 Uhr Auskunft.  
Anmeldung: Ist nicht nötig.

Für Kuchenspenden und nähere Auskünfte meldet euch bei Helen.

Wir freuen uns auf ein zahlreiches Erscheinen und „en gmüetliche Abig“.

Helen  
Tel.: 044 432 50 75

### Pétanque-Turnier am 13. Juli 2015

Treffpunkt: Josefswiese (ca. Höhe Josefstrasse 198)  
Zeit: 19:00 Uhr

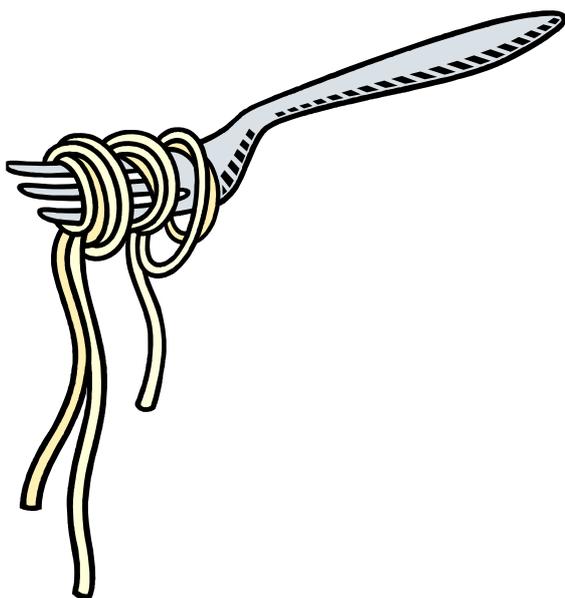
Mitnehmen:

- Pétanquekugeln, sofern vorhanden
- Etwas zum Knabbern und Trinken für den Apéro vor dem Start

Schlechtwetterprogramm  
Billardabend im Billard-Center Zypresse  
Badenerstrasse 294  
8004 Zürich

Für Fragen steht die Organisatorin  
Erika Nussbaumer, Mo - Do Tel.: 044 321 49 58; E-Mail: eri.nussbaumer@gmx.ch  
gerne zur Verfügung

# Spaghetti Plausch



**Montag, 31. August 2015, 19 Uhr**

Restaurant Peter Pan  
Thurgauerstrasse 23, 8050 Zürich

**ANMELDUNG ERFORDERLICH**

Via Internet auf [www.slrgzueri.ch](http://www.slrgzueri.ch)  
Via Mail bei [anmeldung@slrgzueri.ch](mailto:anmeldung@slrgzueri.ch)  
Telefon oder SMS an [0792379970](tel:0792379970)

## Kursprogramm 2015 (Mai-Juni)

### Grundkurse Rettungsschwimmen

<b>GK4</b>	Hallenbad Oerlikon	<b>Basis Pool</b>	<b>So 31.05.2015</b>	09.00-18.00	Alle Module zusammen  <b>CHF 450.-</b>
	Schulungsraum	<b>BLS-AED</b>	<b>Sa 06.06.2015</b>	09.00-16.00	
	Hallenbad Oerlikon	<b>Plus Pool</b>	<b>So 07.06.2015</b>	09.00-18.00	

### Fortbildungskurs Rettungsschwimmen

<b>FK1</b>	Hallenbad Altstetten	<b>Pro Pool</b>	<b>Di 05.05.2015</b> bis <b>Di 09.06.2015</b>	20.00-22.00	Pro Pool  <b>CHF 200.-</b>
------------	----------------------	-----------------	---	-------------	----------------------------------

### Wiederholungskurse Rettungsschwimmen

<b>WK1</b>	Hallenbad Oerlikon	<b>WK BLS-AED &amp; WK Pool</b>	<b>So 22.03.2015</b>	09.00-17.00	beide Module zusammen <b>CHF 200.-</b>
<b>WK2</b>	Hallenbad Oerlikon	<b>WK BLS-AED &amp; WK Pool</b>	<b>So 03.05.2015</b>	09.00-17.00	beide Module zusammen <b>CHF 200.-</b>

### INFORMATIONEN und ANMELDUNG:

[www.slrqzueri.ch/kurse](http://www.slrqzueri.ch/kurse)

## Jahresprogramm 2015/2016

### April

08.	Technische Leitung (TL) Meeting	offen
10./11./12.	Expertkurs	Filzbach
13.	Sechseläuten	
25.	Delegiertenversammlung	Ittigen (Bern)

### Mai

02.	Expertkurs BLS-AED-Prüfung	Grüningen
08./09./10.	Expertkurs	Filzbach
30./31.	WK Expert 1 / 2015 Filzbach	Filzbach

### Juni

20./21.	Jugend SM	Emmen
20./21.	Ruderregatta	Greifensee
27.	Wettkampf	Grenchen
29.	Grillplausch 18:00 Uhr	Katzensee

### Juli

01.	Stadtzürcher Seeüberquerung	
03./04./05.	Trainingsweekend	Filzbach
06.	Expertkurs-Prüfung	Geroldswil
06.	Grillplausch 18:00 (Ersatzdatum)	Katzensee
08.	Stadtzürcher Seeüberquerung (1. Ersatzdatum)	
13.	Pentanque Turnier	19:00 Uhr, Josefweise
18.	Züritriathlon	
19.	Ironman Switzerland (inkl. Ironkids)	

### August

15.	Regional-Wettkampf	Olten
19.	Seeüberquerung (2. Ersatzdatum)	
21	Helfer-Seeüberquerung	
29/30.	Schweizermeisterschaften SLRG	Chur
31.	Spaghettiplausch	19:00 Uhr, Peter Pan Zürich

## September

14. Altbergbummel (Knabenschiessen)

Treffpunkt ist beim Parkplatz, ca. 2km auf der Verbindungsstrasse Regensdorf/Weiningen, auf der linken Seite (von Regensdorf gesehen) am Waldrand. Dort beginnt auf der rechten Strassenseite der Wanderweg auf den Altberg. Gut markiert. Abmarsch ist um 18.00 Uhr. Später eintreffende können natürlich auch selbständig den Weg unter die Füsse nehmen. Auch für Mountenbiker ideal.

13./14. Wiederholungskurs (WK) Expert 2/15 Filzbach

## Oktober

29. Kegelabend Restaurant Schmiedhof

## November

06.	Regionalversammlung	Lachen
07/08	Einzelwettkämpfe	Glattbrugg
21.	Regionaltreffen	Küssnacht ZH

## Dezember

07. Chlaus und Racletteabend Schützenhaus Hasenrain

## Januar 2015

04.	Schlittschuhplausch	Eisbahn Dolder
29.	10. Vereinsversammlung Sektion Züri	Gasthof Hirschen, Winterthurerstr. 519 8051 Zürich

## Helfer gesucht

Auch in diesem Jahr werden wir wieder dafür sorgen, dass die Grossanlässe 2015 auf dem Zürichsee

- Stadtzürcher Seeüberquerung
- IRONMAN Switzerland sowie IronKids/IronTeens
- Züri-Triathlon mit Schweizer Firmen-Triathlon

mit einer gut gesicherten Schwimmstrecke durchgeführt werden können.

Dafür brauchen wir natürlich wieder zahlreiche Helfer, die uns mit Ihrem Einsatz tatkräftig unterstützen – ohne Eure Hilfe können die verantwortungsvollen Sicherungsdienste nicht durchgeführt werden. Wir zählen auf Euch und rechnen deshalb auch im Jahr 2015 wieder fest mit Eurem Einsatz als:

- Rettungsschwimmer (auf Boot)
- Ruderer - Stehruderweidling
- Ausstiegs- / Starthelfer (am Land)
- Kajaker (auf See)

Die Termine und Einsatzzeiten für dieses Jahr sind in der Mitte des Hefts zusammengefasst – bitte schnellstmöglich mit Eurer Agenda überprüfen und dann als Helfer bei uns anmelden.

Auch dieses Jahr gibt es natürlich wieder die Rudertrainings, um möglichst viele Ruderer für die Stehruderweidlinge auszubilden. Ziel wäre es, dass jeder Rettungsschwimmer auch Stehruderweidling rudern kann! Deshalb möchte ich Euch ans Herz legen, die Rudertrainings zu besuchen! Vor allem auch neue Ruderer sind jederzeit willkommen – es braucht etwas Übung, um den Weidling jederzeit auf dem See zu beherrschen (Wind und Wellen wollen beherrscht werden – und das Steuern braucht ebenfalls Übung).

Als Helfer anmelden könnt Ihr euch mit dem in der Mitte des Heftes beigelegten Anmeldebogen – bitte den Bogen ausgefüllt per Post oder per E-Mail [rettungsdienste@bluewin.ch](mailto:rettungsdienste@bluewin.ch) an Andrea Solenthaler schicken. Die Adressen sind auf dem Anmeldebogen enthalten.

Andrea freut sich schon jetzt auf Eure zahlreichen Anmeldungen!

Vielen Dank und sportliche Grüsse

Euer SLRGstaff

## Training

### *Wettkampftraining*

Montag: 20:00 Uhr - 21:30 Uhr Hallenbad Örlikon

Freitag: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr Hallenbad Bruggwiesen, Opfikon/Glattbrugg

### *Allgemeines Schwimmtraining*

Montag: 20:00 Uhr - 21:00 Uhr Hallenbad Örlikon

### *Aquafitness*

Montag: 20:00 Uhr - 20:45 Uhr Hallenbad Altstetten

### **Neu: Gymnastik und Fitness**

Ganzes Jahr ausser in den Schulferien

**Dienstag: 20:00 Uhr – 21:00 Turnhaus Letten – obere Halle**

Bei der Lettenwiese: Imfeldstrasse 90, 8037 Zürich (Gut erreichbar mit Buslinie 46 und 33 bis Haltestelle Nordbrücke oder mit dem Zug S 24 bis Bahnhof Wipkingen)

Kostenbeitrag 5 CHF pro Abend / Teilnehmer / Vor Ort



Weitere Informationen: [ursi.mueller@sunrise.ch](mailto:ursi.mueller@sunrise.ch), 076 503 78 80