

BONARI NEWS



*Informationen und Berichte rund um den Tauchclub
BONARIO - Zürich*

1/2013

INHALT

<i>Editorial</i>	Seite	3
<i>Zum Schmunzeln - bissiger Kommentar des neuen Tauchleiters</i>	Seite	4
<i>In eigener Sache – Aufruf der Redaktion</i>	Seite	5
<i>Tauchgang Ägerisee, 3.Juni 2012</i>	Seite	6
<i>Do you know? – Zu alt zum Tauchen?</i>	Seite	7
<i>Eistauchen</i>	Seite	9
<i>Easter Trip to Orcas Island, Washington State, USA</i>	Seite	13
<i>Bonario Go Gokart</i>	Seite	16
<i>Velo-Tour 5. Mai 2013</i>	Seite	18
<i>«Flossen-Latein»</i>	Seite	21
<i>«Vorankündigung – 17. Unterwasserrugby Plauschturnier</i>	Seite	22
<i>Tauchprogramm</i>	Seite	23
<i>Impressum</i>	Seite	24

Liebe Bonarianer,

nach über einem Jahr bin ich wiedergewählt (was nicht selbstverständlich ist, DANKE!).

Im ersten Jahr war das Wichtigste die Organisation des CPR, neu BLS/AED Refresher-Kurses. Das ist gelungen und der Kurs hat im November stattgefunden. Leider konnten ein paar bisherige Teilnehmer aus Termingründen nicht mitmachen. Den ganzen Basiskurs absolvieren nur ganz Wenige, so dass die Zahl der zertifizierten Lebensretter laufend sinkt. Deshalb möchte ich auf den Samariterverband hinweisen, der diese Kurse in grosser Zahl zu günstigen Konditionen durchführt (http://www.samariter.ch/de/i/bls-aed-_content---1--1445.html). Neu ist, dass die Zertifizierung der Absolventen des BLS/AED-Kurses (Basis oder Refresher) ab dem Jahr 2012 nach 2 Jahren nicht erlischt, sondern nur bis zum nächsten Refresher suspendiert wird ☺. Der Basiskurs muss nicht mehr wiederholt werden!

Seit dem Sommer 2012 haben wir auf die Eröffnung des Hallenbades CITY gewartet. Es hat sich bis Februar 2013 hingezogen. Nun ist es so weit, das Hallenbad CITY ist geöffnet. Die für uns angenehme Konsequenz: das Hallenbad Oerlikon schliesst für das Publikum um 20:00 Uhr. Von 20:00 bis 22:00 Uhr haben Vereine freien Zutritt ins Hallenbad Oerlikon. Dank der guten Zusammenarbeit mit den Tauchclubs Glaukos und USZ (Unterwasser-Sport-Zentrum Zürich) haben wir eine breite Palette an Übungen (z.B. Unterwasser-Korbball oder Unterwasser-Hockey). Die Lieblingsübung, Wasser-Volleyball, kommt auch nicht zu kurz. Immer am Dienstag ab 20:00 Uhr im Hallenbad Oerlikon. Alles Weitere siehe <http://www.bonario.ch/hallenbad-training/>.

Die Hallenbad-Aktivitäten in Zürich werden von der Dachorganisation aller Wassersport- und Schwimmvereine der Stadt Zürich, der IG Wassersport (<http://www.igwassersport.ch/>), wahrgenommen. Von der diesjährigen IG-Delegiertenversammlung ist zu berichten dass die Buchhaltungsrevision von Ronny gemacht wurde. Die Buchhaltung und der Revisionsbericht sind an der Versammlung einstimmig angenommen worden.

Die «Wasser-Preise» (Bahnen und Becken im Hallenbad Oerlikon) bleiben bis auf Weiteres unverändert. Die Stadt subventioniert die Vereine mit ca. CHF 130'000 pro Jahr. Langfristig, d.h. bis ca. 2020/2025, soll ein neues Sportzentrum vis-à-vis des Hallenbads Oerlikon entstehen.

Ich persönlich freue mich sehr darüber dass die SUSV Kollektiv-Haftpflichtversicherung (bei der Vaudoise) zustande gekommen ist. Damit sind alle Vereinsaktivitäten (Tauchgänge, Anlässe etc. ...) bei einem Selbstbehalt von CHF 500 für Schäden bis CHF 5'000'000 versichert. Da werden sich sicher Priska und/oder Philip melden. <http://www.susv.ch/de/susv>.

Und noch ein letzter Punkt. Nach einem Jahr des feucht bis halb nass Tauchens habe ich einen trockenen Trockenanzug. Aber das ist eine eigene Geschichte...

Liebe Grüsse und gut Luft allen!

Freue mich, viele von euch am Tauchplatz zu treffen.

Milan

Zu finden auch in Facebook-Gruppe «TC Bonario»

BLS = Basic Life Support oder Lebensrettende Basismassnahmen

AED = Automated external defibrillation oder Automatische externe Defibrillation

Aus, fertig, Schluss!

Nun habe ich den Job, welcher so begehrt ist!



Mein Vorgänger René hatte sich ja zünftig ins Zeug gelegt und nicht nur die besten Beizen mit seinem manchmal fast an eine hochsensible Hundenasen erinnernden Riecher aufgespürt. Nein, auch die Tauchplätze waren doch ganz passabel. Ich erinnere an den im herrlichen Bergeller Hochgebirge gelegenen wunderbar klaren Läggh da Cavloc. Oder war das ein Zufallstreffer?

Weiterbildungen in Erster Hilfe, diverse Kurse wie Archäologie, Ausflüge ins Tessin und nicht zu vergessen der Besuch in der Druckkammer in Überlingen.

Nun muss ein anderer ran: Aus, fertig, Schluss!

Hat er doch mit viel, ja ich möchte fast sagen Leidenschaft, nein auch wieder nicht, oder war's doch Freude, dieses «undankbare» Ämtli während sieben Jahren verrichtet.

Ich kann mir lebhaft vorstellen wie er jetzt an den langen Winterabenden einsam beim Bier sitzen muss und sich an die Zeiten zurückerinnert, als er noch voll im Saft war. Wie er die Tauchgangleiter und die vielen anderen guten Feen, welche von der Itauchete über Skiweekend, Reusschwimmen, Biketouren, Wandertouren, Arielausflug am 1. August, Weihnachtstauchgang, bis zum Hallenbad-Training und und und... Anlässe organisierten, über die Kampfbahn hetzte. Tauchplätze auskundschaften, Hotelzimmerreservierungen beziehungsweise -stornierungen tätigen, Tauchprogramme kreieren und notabene noch die Restaurants testen.

Aus, fertig, Schluss!

Als Greenhorn, oder im Militär genannt Hamburger, soll ich nun das Heft als Neuer in die Hand nehmen und mit der gleichen Leidenschaft nein, Freude, mhh, das weiterführen was mein Vorgänger mir «eingebrockt» hat.

Lieber René, wir danken dir von ganzem Herzen, dass du uns und natürlich auch mir weiterhin mit deiner hohen gastronomischen Fachkompetenz und vor allem mit deiner stets liebenswürdigen und kollegialen Art als Co-Tauchleiter noch viele Ausflüge bescheren wirst.

Aus, fertig, Schluss!

Guete Luft wünscht euch allen Jöri

Liebe BonarianerInnen

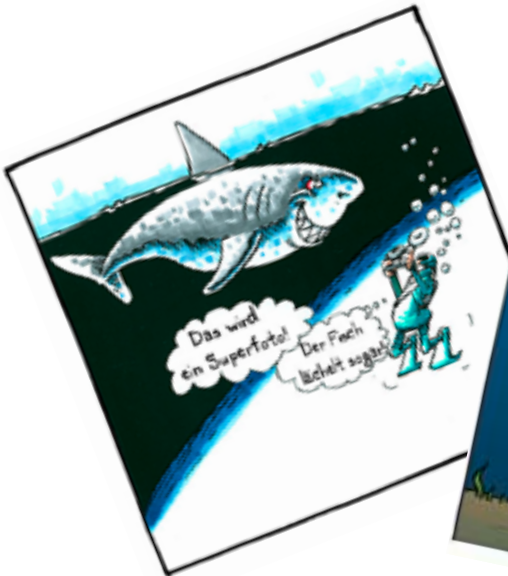
An dieser Stelle möchten wir vom Redaktionsteam uns bedanken, dass ihr euch an der diesjährigen GV pro Bonari-News ausgesprochen habt. Es freut uns, dass ihr es begrüsst, weiterhin über das Clubleben in unserem Heft zu lesen. Aber wir haben auch eine Bitte an euch:

Das Bonari-News kann nur leben wenn **IHR** es auch mit Inhalt füllt!

Das müssen nicht zwingend Berichte über Tauchgänge sein, ebenso würde uns interessieren: was gibt es Neues im Tauchsport, welche Ausrüstungen braucht heute ein Tecki, wo habt ihr eure Ferien verbracht, Höhepunkte im Taucherleben, was ist euer ungewöhnliches Hobby nebst dem Tauchen, Kochrezepte mit Fischen (nicht aus BettyBossi abgeschrieben), und vieles mehr.

Je vielfältiger eure Ideen sind, desto interessanter wird unser Heft.

Wir bedanken uns bereits heute dafür.
Doris und Elisabeth



TAUCHGANG ÄGERISEE, 3. JUNI 2012

Wir treffen uns wie üblich beim Tauchplatz, unser Ziel an diesem Sonntag ist Chappeli in Oberägeri. Philipp, der den Tauchgang organisiert hat, Jöri und Rey sind schon da. Milan und Andrea werden später tauchen können, nachdem sie ihre Mission, das Hüten von Livia und Adele, das sind Philipps Kinder, erfüllt haben. Wir stellen fest, dass der Tauchplatz von einer ziemlich grossen Tauchschule besetzt ist und entscheiden uns schnell, den Platz zu wechseln. Also Richtung „Altersheim“. Dort ist kein Mensch zu sehen. Das Wasser ist klar und schon lassen sich ein paar Fische sehen - eine gute Perspektive. Rey freut sich auf seinen ersten Tauchgang nach seinem OW.

Buddies sind: Jöri - Rey, und Philipp – Bernard. Jöri und Rey sind schon fertig und tauchen ab. Philipp und ich sind bald fertig, aber dann...: Ich bin fast fertig als ich merke, ich finde meine Tauchlampe nicht. Ich suche sie im Auto, aber ich bin überzeugt ich habe sie mitgenommen. Philipp bestätigt es mir. Wir sehen nur eine Möglichkeit, sie wurde von Rey oder Jöri genommen. Einfach unglaublich! Es ist zum Lachen. Beim Umziehen wird Jöri uns berichten, dass er die Lampe so schön fand dass er meinte sie wäre seine.

Zum Glück hatte Philipp eine Reservelampe mit dabei. Abtauchen, leichter und langsamer Abstieg, der Boden ist fast flach und schlammig. Richtung Nordwesten, dann eher Richtung Süden, wir treffen auf zwei Rohre, die wir verfolgen bis 32 Meter. Da steigen wir ein bisschen auf und auf circa 26 Metern finden wir einen Baumstamm, der da liegt. Das Highlight dieses Tauchgangs. Dann langsamer Aufstieg bis circa 7-5 Meter, Spaziergang in dem wachsenden Seegras.... Nach 40 Minuten tauchen wir auf. Ein gemütlicher Tauchgang, aber gar kein einziger Fisch ausser einer Kaulquappe. Wahr!

Nach dem Tauchgang lösen wir Milan und Andrea bei Philipps Mutter ab, uns als sie tauchen gehen füttern wir das Feuer in dem Cheminée unterm Patio für eine verdiente Grillade. Trotz dem Regen verbringen wir einen gemütlicher Nachmittag direkt am See.

Herzlichen Dank an Edith Meier für den schönen Empfang.

Bernard



DO YOU KNOW? - ZU ALT ZUM TAUCHEN?

Unter der Rubrik «Do you know» möchte ich jeweils ein Thema, welches im Zusammenhang mit Tauchen aktuell oder wissenschaftlich ist, aufnehmen. Das kann eine neue Erkenntnis sein, sowie natürlich auch längst Bekanntes wieder einmal aufs Tapet bringen.

Mit der Thematik «Tauchen im Alter» möchte ich natürlich nicht gleich unseren Club als Seniorenclub positionieren. Nichts desto trotz sind doch einige von uns BonarianerInnen, ich inklusive, nicht mehr gerade in den Sturm- und Drangjahren. Dabei interessieren mich besonders die Konsequenzen, wenn man bei unserem geliebten Sport in die Jahre kommt. Auch ist der Tauchsport in den letzten Jahren zu einem richtigen Boom geworden. Jung und Alt frönen in allen möglichen kalten und warmen Gewässern dem Tauchsport. Jacques Cousteau und Hans Hass sind wohl der Beweis, dass Tauchen bis ins hohe Lebensalter noch ausgeübt werden kann. Jedoch kann es bei jedem Tauchgang zu unvorhergesehenen Situationen kommen, die eine erhöhte Leistung aller Organsysteme fordern. Daher ist eine sorgfältige ärztliche Tauchtauglichkeitsuntersuchung notwendig, um unter anderem die körperliche Leistungsfähigkeit zu beurteilen.

Physiologische Veränderungen im Alter

Mit zunehmendem Lebensalter kommt es zu Veränderungen und Umbauprozessen des Körpers. Auf dem Höhepunkt seiner körperlichen Leistungsfähigkeit befindet sich der Mensch meist ab dem 25. Lebensjahr. Bereits jenseits des 30. Lebensjahres verliert der Körper zunehmend an Muskelmasse, falls kein spezielles Training durchgeführt wird. Der Stoffwechsel wird

langsamer und es kommt zu geringeren Trainingseffekten. Ab der 5. Lebensdekade nimmt die Häufigkeit von Erkrankungen deutlich zu. Ein zu hoher Blutdruck und beginnende Arteriosklerose können oft schon nachgewiesen werden. Zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr nehmen die körpereigenen Fettreserven um durchschnittlich 2 kg zu. Dabei verändert sich das Körpergewicht meist nur unwesentlich, da gleichzeitig die Muskelmasse weiter reduziert wird. Auch Erkrankungen des Stoffwechsels wie Altersdiabetes treten vermehrt auf. Es gibt natürlich noch weitere Faktoren, welche zum älter werden dazugehören. Wer sich das zu Gemüte führen möchte, kann das selbstverständlich in der entsprechenden Literatur, zum Beispiel in «Moderne Tauchmedizin» des Gentner Verlags, nachlesen.

Bestimmt kommt es darauf an, dass wir uns mit diesem Thema befassen und entsprechend die nötigen Massnahmen treffen, um möglichst lange den Tauchsport sicher zu betreiben. Gerade Taucher, die lieber in warmen tropischen Gewässern als im kalten Schweizer Wasser tauchen, sollten sich nicht täuschen lassen. Neben der Tatsache, dass der Körper steifer wird und sich die Struktur der Bänder und Sehnen ändert, besteht durch diesen Umbau gegenüber jüngeren Tauchern ein verändertes Dekompressionsverhalten dieser Gewebe. Dies kann ein erhöhtes Risiko für Dekompressionsunfälle zur Folge haben.

Konsequenzen für das Tauchen

Sind keine Kontraindikationen zur Ausübung des Tauchsports vorhanden («tauchtauglich»), sollte sich das Verhalten unter Wasser möglichst an den geistigen und körperlichen Fähigkeiten orientieren. Tauchgänge, die beispielsweise aufgrund starker Strömung zu einer grossen kör-

perlichen Belastung führen, sollten vermieden werden. Aufgrund des bestehenden erhöhten Risikos für einen Dekompressionsunfall sollte das Tauchen insgesamt eher konservativ sein. Allgemein besteht im höheren Lebensalter häufig ein chronischer Flüssigkeitsmangel bei gleichzeitig vermindertem Durstgefühl. Da auch dies einen Risikofaktor für das Auftreten eines Dekompressionsunfalls darstellt, sollte vor allem in warmen Ländern auf eine ausreichende und insbesondere regelmässige Flüssigkeitszufuhr geachtet werden.

Training

Die körperliche Leistungsfähigkeit wird häufig auch als Fitness bezeichnet und ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Neben der jeweiligen Belastung und Beanspruchung des Körpers spielen auch das Talent und Erbfaktoren eine wichtige Rolle. Die abnehmende Muskelmasse im Alter sorgt jedoch unabhängig von diesen Faktoren für eine verminderte Leistungsfähigkeit. Aufgrund der abnehmenden Muskelmasse ist der Körper im Alter weniger gut trainierbar. Dies vermindert zudem häufig die Lust am Training, da Erfolge ausbleiben, die zur Motivation hilfreich sind. Das Training sollte sich aus Ausdauer und Krafttraining zusammensetzen. Durch das Ausdauertraining können vor allem die Veränderungen des Herzens und des Blutkreislaufs positiv beeinflusst werden. Zu hoher Blutdruck und Körperfettwerte (zum Beispiel Cholesterin) können durch Ausdauertraining gesenkt werden. Das Krafttraining nimmt Einfluss auf das Knochenwachstum und wirkt gegen den altersbedingten Muskelabbau. Vor allem statisches Krafttraining, bei dem Gewichte über eine gewisse Zeit gehalten werden müssen, kann die Festigkeit der Knochen positiv beeinflussen.

Fazit

Als Basis für ein langes Taucherleben steht eine aktive körperliche Leistungsfähigkeit im Vordergrund. Bewegung ist wichtig und deshalb wäre

es an der Zeit, das Bonario-Dienstags-Training auf der Prioritätenliste nach oben zu verschieben. Dieser Aufruf gilt selbstverständlich auch für die jungen Mitglieder..... Ausserdem kommt da noch eine sehr angenehme gesellschaftliche Komponente dazu.

Ab 40 Jahren sollte der Tauchtauglichkeitsuntersuchung jährlich stattfinden, auch im eigenen Interesse.

Gewisse Tauchbasen nehmen diese Sache auch immer ernster und es kann sogar sein, dass keine Taucherlaubnis erteilt wird, sollte diese Bescheinigung nicht vorhanden sein. Tauchen mit Nitrox ist eine ebenfalls sehr sinnvolle Sache. Dank dem erhöhten Sauerstoff und reduziertem Stickstoff kann der Körper einerseits weniger Stickstoff aufnehmen und andererseits durch den Sauerstoff schneller abbauen.

Mitmachen ist alles! Nutzt die Gelegenheit, wir haben ein sehr vielseitiges Club- Aktivitätenprogramm.

In diesem Sinn wünsche ich euch allen ein langes aktives TCB-Clubleben.

Guert Luft, Jöri

Literatur: Moderne Tauchmedizin, Ch.Klingmann/ K.Tetzlaff, Gentner Verlag, 2. Auflage, Stuttgart 2012



EISTAUCHEN IM GARICHTI STAUSEE 16. – 17. 2. 2013

Samstagmorgen.....

der Radiowecker dudelt vor sich hin, Jöri ist wie immer hellwach und schon im Begriff, mir die Bettdecke wegzuziehen. Das kann ja heiter werden, denke ich und dreh mich nochmals um. Dann endlich schaff ich es, meine Gedanken zu ordnen! Hey - wir gehen ja «Eistauchen». Nun bin auch ich aus den Federn!

Das Wetter lässt im Moment noch zu wünschen übrig. Tief verhangen ist der Himmel, die grauen Wolken streifen fast die Baumwipfel. Nun ja - es kann also nur besser werden.

Seit Jahren bin ich nicht mehr unter Eis getaucht - ich freue mich und bin gespannt, was uns im Garichtestausee erwarten wird. Wir - das heisst ein kleines Trüppchen von BonarianerInnen - haben uns an der Talstation der Luftseilbahn Kies-Mettmen fast zuhinterst im «Zigerschlitz» - äxgüsi Glarnerland - verabredet. Da so ein Eistauchen mit grossem Materialaufwand verbunden ist, hat sich Jöri beim Tauch-Treff Zug erkundigt, ob wir als Clubgrüppchen da mittun dürfen. Wir können so also nicht nur davon profitieren, dass wir uns nicht um Motorsäge, Schaufeln, Pickel, Sicherungsleinen und den ganzen «Krempel» zu kümmern brauchen, nein wir können auch im gemieteten Ferienhaus übernachten!

Dieses ist richtig toll. Wunderbar warm geheizt als wir ankommen, im Keller können wir unser Tauchmaterial unterbringen und uns auch umziehen. Es hat 2er-, 4er- und auch Massenlagerzimmer; einen schönen grossen «Cheminéeraum» in dem wir essen; und eine gut eingerichtete Küche. Eigentlich gibt es auf der Mettmenalp auch ein Restaurant, in dem bis zu diesem Jahr auch übernachtet wurde. Leider ist dieses aber im Winter nicht mehr offen, und es ist ein Glücksfall dass der Tauch-Treff Zug

dieses Haus mieten konnte. Sogar der Koch mitsamt allem, was an Essen und Trinken für dieses Wochenende gebraucht wurde, musste mit der (schon etwas betagten) Luftseilbahn heraufbefördert werden.

So - nachdem nun alles an Material und auch Menschen hier oben angelangt war, wurde alles in eine «Motorgarett mit Raupen» verladen und zum Haus gefahren. Dieses befindet sich nur ein paar Minuten zu Fuss von der Bergstation entfernt. Der See selbst liegt nochmals ein paar Höhenmeter weiter oben, und wir waren froh, dass wir jeweils unsere Flaschen hinauffahren konnten und diese nicht zu schleppen brauchten.

«In die Trockis - Achtung - los» hiess es ein paar Minuten später. Nein - noch nicht zum Tauchen, erst war Schneeschaukeln angesagt. Es lag fast ein Meter Schnee auf dem See, und ich fragte mich, für was in aller Welt denn der Trocki zum Schneeschaukeln gebraucht würde. Schon bald aber waren unsere Männer nicht nur nass weil eben zwischen den Schneeschichten auch immer wieder Wasser lag, sondern auch von der schweisstreibenden Arbeit. „Zum Glück“ könnte man fast sagen, war es noch sehr bewölkt, es sah sogar fast danach aus als ob es zu schneien anfangen würde.

Der Garichte-Stausee wird durch die Sernf-Niedernbach Kraftwerke in Schwanden betrieben, und nachts, wenn der Strom billig ist wird das Wasser wieder in den Stausee hochgepumpt, so dass die Eis - und Schneeschicht auf dem See immer in Bewegung ist. Die Eisschicht hatte dann auch die stattliche Dicke von gut einem Meter! Das Sägeblatt der Motorsäge hätte um ein Haar nicht gereicht, um das Loch herauszuschneiden.





Nun hatten sich unsere Männer (pardon, natürlich waren auch die Frauen am Bereitmachen des Loches beteiligt) ein Mittagessen verdient. Dann konnte es endlich losgehen zum Tauchen.

Dass Tauchen Sport ist merkten wir spätestens nachdem wir schon ziemlich ausser Atem am See angelangt waren. Obwohl es ja nicht weit war und wir unsere Flaschen und das Blei «nur» ein paar Meter zum See hinuntertragen mussten, war es ganz schön anstrengend. Schnell vergessen waren all die Vorbereitungen, als wir endlich abtauchen konnten. Dieses sonst schon wunderbare Gefühl des Schwebens und der Ruhe wurde hier noch durch das mystisch durch das Eisloch hereinströmende Licht verstärkt. DAS IST ES!

Wurzelstöcke am Seegrund, die aufsteigenden Luftblasen die sich an der Eisdecke verfangen, die wie Quecksilber herumlaufen, das weiche Licht - einfach wunderbar! Fische sahen wir aber leider keine, dafür Eisfischer welche mit ihren Eisbohrern Löcher ins Eis drehten. Das sah auch sehr speziell aus von unten.

Zum Nachtessen gab's - ganz nach Eistauch-Manier - ein feines Fondue, bei dem natürlich

alle Details der Tauchgänge nochmals besprochen wurden. Der Sonntag dann war einfach nur top! Strahlender Sonnenschein, knallblauer Himmel, und dies in einer unglaublich schönen Bergkulisse erleben zu können, das macht Spass!

Wir haben das Wochenende sehr genossen. Tolle Tauchgänge, nette Tauchkollegen und eine rundum entspannte Atmosphäre lassen uns hoffen, das Eistauchweekend im nächsten Winter wiederholen zu können.

Vielleicht ist der Eine oder Andere beim Betrachten der Bilder etwas «gluschtig» geworden, das nächste Mal diesen Anlass nicht zu verpassen. Wir haben uns auf jeden Fall vorgenommen wieder dabei zu sein.

An dieser Stelle ein Dankeschön an die Organisatoren des Tauch-Treff Zug für das tolle Miteinander.

Doris



EASTER TRIP – ORCAS ISLAND, WASHINGTON STATE, USA

Der Wetterfrosch versprach Temperaturen bis zu 24 Grad für das Weekend, und das zwang uns über einen Ausflug an Ostern zu denken. Zum Beispiel nach Orcas Island, einer hufeisenförmigen Insel, in der Strait of San Juan gelegen, südlich der Grenze an der Westküste. Das hiess aber auch früh aufstehen, da am Grenzübergang sicher mit Wartezeiten zu rechnen war und wir die Ferry auf die Insel auf keinen Fall verpassen durften. Orcas Island, 4000 Einwohner, ist malerisch und kurios, mit unzähligen Artist Studios und Boutiquen, die einen in Versuchung bringen. Der höchste Berg, Mount Constitution 800m über Meer, erlaubt einen fantastischen Blick zum vulkanischen und schneebedeckten Mount Baker, zu den Cascade Mountains, unseren Golden Ears und hinüber nach Vancouver Island.

Als die Spanier 1791 die Inselgruppe entdeckten, benannten sie diese wie Orcas (kurz für Horcasitas), Lopez, San Juan, Fidalgo und viele mehr. Nachfolgende Erkundigungen durch den Engländer Captain George Vancouver ersetzten einige mit englischen Namen. Die Inseln sind alle hügelig, mit einigen flachen Gebieten und Tälern. Sie sind sehr fruchtbar, mit moderatem Regenfall, da sie im Wetterschatten der südwestlich gelegenen Olympic Mountains liegen. Die Fahrt zur und über die Grenze verlief erstaunlich schnell, und schon waren wir auf der Interstate 5 South nach Burlington, von wo wir nach Westen auf der Route 20 nach Anacortes zum Ferry Terminal fuhren. Nach 2 Std waren wir bereits am Dock und stellten mit Erstaunen fest, dass 90 Minuten vor Abfahrt die Ferry bereits zu 2/3 voll war. Es war erst 9Uhr morgens und der Nebel hing noch über dem Meer, aber unter blauem Himmel und wärmender Morgensonne. Die Ferry war 30 Minuten verspätet, die herrliche Fahrt zwischen den Inseln entschädigte uns aber für die Warterei. Ein kurzer

Stopp bei Lopez Island, dann war Orcas dran. Der Kapitän liess uns jedoch wissen, dass eine andere Ferry gerade kurz vor uns am Dock festgemacht hatte und wir solange warten müssten, bis sie weg war. Dann entschied er, dafür bei Shaw Island anzudocken, damit die "Fusspassagiere" den Anschluss nach Friday Harbour nicht verpassten. Als die Leute an Land waren, war das Dock auf Orcas frei und unsere Ferry konnte den Kurs dorthin richten.

Wir fuhren auf der Insel-Hauptstrasse zuerst zum Mount Constitution, der nur 20km entfernt war und entschieden, East Sound Village auf dem Rückweg zu erkunden. Orcas Island ist bekannt unter Mountainbikern und super fitten Cyclists, welche die steile Strasse zum Mount Constitution bzw. die vielen Trails im Fitnessprogramm haben. Der Campground am Cascade Lake verspricht Seeanstoss für praktisch alle Camper. Es hatte schon welche, die ihr Zelt gepitched hatten. Flora und Fauna in guter Zahl, haben die San Juan Islands die grösste Konzentration von Weisskopfadlern auf dem amerikanischen Festland und sind bekannt für die drei resident Orcas Familien, die sich hauptsächlich von Lachs ernähren, sowie einige «Transit» – Orcas, die sich an Seelöwen satt fressen.

East Sound Village ist genau in der Mitte der Insel und der Hauptort, mit einem Flugplatz, Schule, Feuerwehr, kleinem Spital und ein paar wenigen, aber schön gelegenen Inns und Restaurants. Die vielen Art Studios sind überall verstreut. Sea-Kayaking und Whale Watching sind die Hauptattraktionen.

Wir genossen einen herrlichen Osterausflug und werden auf jeden Fall zurückkommen und die anderen Inseln erkunden.

Bettina





BONARIO GO GOKART

Am 12. April, das war ein Freitag, trafen sich ein paar unentwegte Clubmitglieder um sich ein Rennen zu liefern - nämlich in Rümlang in der Kart-Bahn.

9 BonarianerInnen gingen auf die Rennstrecke, angefeuert von den 3 nicht ganz so sportlichen (aus welchen Gründen auch immer) Fans. Gut - ganz so heftig wurde es dann nicht, denn die Karts liefen zwar nicht schlecht, aber doch so dass sich niemand die Nase oder sonst was brach. Das wäre auch ganz schön blöd gewesen, denn danach, auch ganz nach Tauchclub-Manier, ging's natürlich noch zum Pizzaessen.

Aber bleiben wir erst mal beim Rennen. Unsere Youngsters, Patrick und Michael Schultheiss,

hatten sich zumindest in einer der beiden Runden die richtigen Karts ausgesucht und bretterten um die engen Kurven. Allerdings wurden sie hart verfolgt von Marco, Erich, Roger, Jöri und Peter. Milan und Otti versuchten die PS ihrer Boliden zu mobilisieren, und nach ein paar Runden holten sie zusehends auf - und wurden trotzdem beinahe überrundet.

Aber als Zuschauer hat man es einfach, kämpft nicht mit den Tücken der ungezähmten Karts. Ich kämpfte höchstens mit den Lichtverhältnissen für die Fotos.....

Doris

Hier die illustre Gesellschaft.





Publikum
2. Fahrer Gruppe F

Rg.Nr.	Name	Bestzeit	Aktuelle
1.	8 Kart 9	26.899	29.965
2.	19 Kart 10	26.747	19.001.000
3.	7 Kart 7	27.898	19.091.000
4.	6 Kart 6	28.212	19.041.000
5.	3 Kart 3	28.629	19.081.000

Kart-Bahn Rümlang



VELOTOUR FLUGHAFEN SPECK - « PIZ ROSINLI »

Tourleaderin: Andrea Räber
Tourmann- und -frauschaft: Priska, Ronny,
Martin, Milan, Rey, Jöri
Sponsor: Marke Eigensack
Maximale Höhe 864 m.ü.M
Höhendifferenz 256 m
Länge ca 35 Km
Zeitdauer: Je nach Länge des Apéro etwas länger.

Der Treffpunkt der heiss umkämpften, hochalpinen Velo- oder besser nach heutigem Sprachgebrauch Biketour war am Flughafen Speck in Fehraltorf. Die Spitzenequipe vom TCB traf pünktlich um 9:45 Uhr ein. Der grösste Konkurrent war wie schon das ganze Jahr das liebe Wetter. Deshalb machten wir uns auch gleich auf die Räder und fuhren in einem relativ langgezogenen Feld in Richtung Etappenziel Rosinli. Der sagemumworbene Zürcheroberländer Piz bietet einen wunderbaren Ausblick auf Hittnau sowie den Greifen- und Pfäffikersee. Martin war verantwortlich, dass das Feld nicht zu weit auseinander gezogen wurde, da die Spitzengruppe sich offensichtlich davon schleichen wollte um den begehrten Bergpreis abzuräumen. Trotz des relativ feuchten Bodens, war die Routenführung dennoch souverän, so dass wir keinen Abschleppdienst beordern mussten. Als Piece de Résistance

war der doch wirklich happige Aufstieg auf den 864er zu bewältigen. Einige mussten den Drahtesel etwas motivieren, sollten doch die vielen Gangschaltungsvarianten etwas verwirren.

Endlich; nach kurzer Rast ging's dann doch noch auf die letzten wirklich steilen Meter auf das in der Zwischenzeit windige aber immerhin noch trockene Rosinli hinauf. Die Aussicht war wirklich toll und sogar ein bisschen Stolz war auch dem einen oder andern anzusehen.

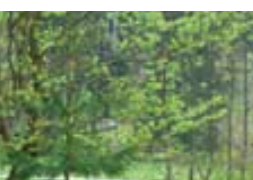
Der Abstieg oder im Fachgedudel Downhill genannt war nicht minder fordernd. Da kam doch eine Beiz ganz gelegen um die durchgeschüttelten Ar...backen etwas zu beruhigen. Gemütlich nach TCB Manier genossen wir Apfelstrudel und Milchkaffee um dann gestärkt die Abfahrt zu geniieeeseeenn.

Um ca 16:30 Uhr kam die Tour pünktlich zum Apéro am Flughafen Speck an. Einige machten noch einen technischen Check ihrer Bikes, die andern schauten bewundernd den Sportfliegern beim Starten und Landen zu. Der Hunger machte sich auch schon wieder bemerkbar, und so genossen die hungrigen Velöler noch ein Stück Fleisch vom heissen Stein.

Danke an die super Tourleaderin Andrea

Jöri







...schon gelesen?

Den Autor Mirko Obermann kennen die meisten Taucher. Wovon handeln diese Satiren? Sie sind die ironische Reflexion von Verantwortlichen im Tauchgeschäft, die jenseits aller Routine ein tägliches Mammutprogramm mit Menschen, Technik, Betriebswirtschaft und vor allem Unvorhergesehenem absolvieren. Soweit der vordergründige Alltag. In ihm eingebettet lauern tagtäglich jede Menge Aufregung, Unverständliches, Schönes, Zwischenmenschliches und immer wieder die kuriosesten Überraschungen. Und in so mancher Tauchtasche lauert sogar der Wahnsinn. Vieles macht einen sprachlos. Mit der vorliegenden Satiresammlung wird ein kleiner Blick hinter die Kulissen möglich.



Aufgeschnappt!

Wusstet ihr zum Beispiel, das die meisten Meerestiere an Plastikmüll sterben?



Ausschreibung 17. Unterwasserrugby Plauschturnier

Samstag 15. Juni 2013
Von 11:00 Uhr bis etwa 18:00 Uhr
im Hallenbad Altstetten



Teilnahmeberechtigung

Jeder Verein oder Einzelspieler, die einmal UW-Rugby ausprobieren wollen. Jeder der gerne mit ABC-Ausrüstung taucht, ist herzlich eingeladen. Ihr braucht bloss eine ABC-Ausrüstung (Flossen, Schnorchel, Taucherbrille) mitzunehmen und schon seid ihr mit dabei. Pro Team darf ein erfahrener Spieler (SM-Teilnahme) zur Mithilfe dabei sein. Auf Wunsch kann auch ein guter UWR-Spieler vom Veranstalter zur Verfügung gestellt werden. Dieser hilft Euch dann bei allfälligen Fragen. Geschossene Tore durch lizenzierte Spieler gelten jedoch nicht. Wenn Ihr ein Team von mindestens 6 Leuten aufstellen könnt, wäre das optimal. Falls dies nicht möglich ist, wird von uns ein gemischtes Team zusammengestellt. **Es werden keine Spieler zugelassen, die bereits an den Schweizermeisterschaften teilgenommen haben** (ausser die Hilfsspieler).

Ausrichter / Veranstalter

Dieses Turnier wird von der Unterwasser- Rugby- Kommission des Schweizerischen Unterwasser- Sport Verbandes (SUSV) für Euch veranstaltet.

TC Bonario Veranstaltungen Juni / Dezember 2013

Tauchprogramm (Telefonische Anmeldung am Vortag bis 19.00 Uhr)

Datum	Zeit	Tauchplatz / Treffpunkt	TG Leiter	Telefon
Sonntag, 9. Juni 2013	10.00	Aegerisee Chappeli / anschl. Grilltime	Philipp Meier	078/ 707 77 32
Samstag, 22. Juni 2013	8.30	Zürichsee Riff Williams/early dive	Daniel Floreano	079/ 436 16 50
Freitag, 5. Juli 2013	19.30	Zürichsee Halbinsel Au / vordere Au	Milan Kryka	079/ 638 99 27
Freitag, 19. Juli 2013	10.00	Zugersee Zigeunerplätzli	Jürg Blattmann	056/ 402 15 34
Freitag, 16. August 2013	19.30	Zürichsee Grosser Parkplatz	Berni Hauser	079/ 279 61 43
Samstag, 7. September 2013	11.00	Davoser See	René Reichmuth	079/ 209 28 54
Sonntag, 29. September 2013	9.00	Zugersee early dive Tauchplatz Strick	Cesare Stella	079/ 206 88 60
Sonntag, 6. Oktober 2013	15.00	Zürichsee Rüschtikon Pumphaus Marbach	Edi Glatz	079/ 224 81 86
Freitag, 18. Oktober 2013	19.30	Zürichsee Matterhorn	Jöri Caspar	079/ 483 72 88
Sonntag, 17. November 2013	10.00	Bodensee Wallhausen Steilwand *	Martin Bütikofer	079/ 471 60 50
Sonntag, 1. Dezember 2013	10.00	Vierwaldstättersee Riedsort	Franz Tanner	044/ 720 93 32

Tauchgänge mit einem * sind nur für Taucher mit höherem Brevet oder entsprechender Taucherfahrung geeignet.

Fitness / Schwimm / Apnoetraining (auch spontanes Erscheinen erwünscht)

Jeden Dienstag	19.30	Hallenbad Oerlikon		
----------------	-------	--------------------	--	--

Tauchausflüge (es folgt separate Einladung)

Donnerstag, 1. August 2013	10.00	Arielausfahrt / 1.Aug. Feier bei Reto Pinzl	Philip Mosimann	079/ 600 60 26
22. August bis 25. August 2013		Tessinweekend	René Reichmuth	079/ 209 28 54

Tauchreisen (Direkte Anmeldung)

29.Juni bis 6. Juli 2013		Korsika Bonifacio MS Galiote	Jöri Caspar	079/ 483 72 88
4. Aug. bis 11. August 2013		Azoren Pico	Jöri Caspar	079/ 483 72 88

Clubevents und Spezialanlässe (es folgt separate Einladung)

Sonntag, 16. Juni 2013	8.30	33. Reusschwimmen anmelden bei Ernst	Ernst Rüdüsühli	079/ 404 19 37
Separate Info folgt		IMAX Luzern / vergessenes Korallenriff	Jöri Caspar	079/ 483 72 88
Sonntag, 22. September 2013	9.00	Mit den Wanderschuhen unterwegs	Hans Grunder	079/ 377 23 25
Samstag, 2. November 2013		Limmatputzete separate Einladung	Jöri Caspar	079/ 483 72 88
Separate Info folgt		Biologiekurs Süsswasserfische	Jöri Caspar	079/ 483 72 88
Freitag, 29. November 2013	19.00	Bonario Chlaus - Abend	Vorstand	
Samstag, 21. Dezember 2013	17.00	Weihnachtstauchgang WZT	Ivo Conci	077/ 418 47 50

Vorschau 2014 (es folgt separate Einladung)

Donnerstag, 2. Januar 2014	14.00	Wir tauchen ein ins Neujahr	Ronny Winkler	079/ 341 40 81
07. / 09. Februar 2014		Skiweekend Lenzerheide / Arosa	Claudia Conci	079/ 690 50 11
15./ 16. Februar 2014		Eistauchweekend Garichtisee	Jöri Caspar	079/ 483 72 88
Freitag, 24. Januar 2014	20.00	TC Bonario GV Wirschaft Neubühl	Vorstand	
Vakant	10.00	Jura / Bottighofen anschl. Mittagessen	Jöri Caspar	079/ 483 72 88

Tauchleiter TC Bonario Jöri Caspar

Impressum

BONARI NEWS

Erscheint 2-3 mal jährlich als kostenloses
Mitteilungsblatt für die Clubmitglieder

Redaktion:

Elisabeth Zwicky und Doris Caspar

Redaktionsadresse:

Elisabeth Zwicky
Guisanstrasse 1a
9010 St. Gallen
Tel. 071 222 26 15
e-mail: elisabeth.zwicky@stgallen.com
e-mail: dcaspar@pixeldrive.ch

Vorstand:

Präsidentin Priska Hutterli
Tel. 044 923 72 52

Vizepräsident Milan Kryka
Tel. 079 638 99 27

Tauchleiter Jöri Caspar
Tel. 079 483 72 88

Kassier Philip Mosimann
Tel. 071 222 26 15

Sekretariat Joanne Aerne-Schmid
Tel. 055 243 47 41

Homepage:

www.bonario.ch

e-mail:

info@bonario.ch



TC Bonario

Nächster Redaktionsschluss:

15. November 2013