OceanDancers
Booklet
www.swiss-oceandancers.ch

Inhaltsverzeichnis

Intro	S. 04
Talisker Whisky Atlantic Challenge (TWAC)	S. 06
TWAC – Fakten zur Challenge	S. 07
TWAC – Medienpräsenz	S. 08
Das Team – Motivation	S. 10
Das Team – Portrait	S. 11
Das Team – Vorbereitung	S. 15
Kostenplan	S. 16
Die Charity	S. 18
PartnerPackages	S. 20
Kontaktdaten	S. 23

Be fearless in the pursuit of
what sets your soul on fire.
unbekannt

Einführung

1966 überquerten der schottische Seefahrer Chay Blyth und Hauptmann John Ridgeway, Kommandant eines Fallschirm Regimentes, in beeindruckenden 92 Tagen rudernd den atlantischen Ozean und legten damit den Grundstein für die Talisker Whisky Atlantic Challenge (TWAC). Den klingenden Namen verdankt das Rennen dem Hauptsponsor der schottischen Whisky-Destillerie.

Die erste wettkapfmässige Atlantik-Überquerung fand im 1997 statt. Seit 2015 wird die Challenge alljährlich ausgetragen und die couragierten Teilnehmer brechen jeweils im Dezember **«to the world toughest row»** auf.

Unter dem heutigen Veranstalter, den Atlantic Campaigns SL haben in den vergangenen vier Jahren 84 Teams aus 18 Nationen als Fünfer-, Vierer-, Dreier-, Zweier- und sogar als Solo-Ruderer die enorme Herausforderung angenommen. Dennoch waren mehr Menschen im Weltraum oder erreichten die Spitze des Mount Everest, als je den Atlantik in einem Ruderboot überquert haben.

während mindestens 30 Tagen
7 Tage die Woche – 24 Std
bei jedem Wetter
bei Dunkelheit und 15 Meter hohen Wellen
Knapp 5000 km

RUDERN NONSTOP!

Talisker Whisky Atlantic Challenge

Die Route führt von La Gomera (Kanarische Inseln) quer über den Atlantik bis zur karibischen Insel Antigua. Dazwischen liegen 3000 nautische Meilen. Haben die SwissOceanDancers den sicheren Hafen im Dezember 2019 einmal verlassen, werden sie komplett auf sich alleine gestellt, den Elementen begegnen und bis zu 90 Tage auf dem offenen Meer rudern. Das Boot wird unermüdlich und ohne Unterbrechung von jeweils zwei Frauen pro Schicht in Richtung Antigua angetrieben.

Die SwissOceanDancers sind das erste Schweizer Frauen-Team, das an der Talisker Whisky Atlantic Challenge teilnimmt. Tatiana, Astrid, Sandra und Carla sind mit grosser Motivation und voller Elan an den Vorbereitungen und stecken mitten im Trainingsaufbau.

2017 hat Swiss Mocean, als erstes Schweizer Männerteam, die Atlantik-überquerung in phänomenalen 30 Tagen, 4 Stunden und 59 Minuten geschafft, brach damit den Weltrekord aus dem Vorjahr und landete auf dem 3.Platz. SRF dokumentierte Swiss Mocean in der vierteiligen Serie « Rudern am Limit ».

Nice to know

Dauer
29 bis 90 Tage

Schichtzeiten
2 Stunden rudern, 2 Stunden schlafen

Distanz
3000 Seemeilen (nm),
entspricht (4'800 km)

täglicher Kalorienbedarf
ca. 5000 kcal (Während der Überfahrt ernähren wir uns hauptsächlich von mitgeführter rehydrierbarer Pulverkost.)

Aufwand
ca. 1.5 Million Ruderschläge

Wasserverbrauch
10 Liter pro Tag / Person (Den gesamten Wasserbedarf stellen wir mit einem Wasseraufbereiter her.)

Weltweite Medienpräsenz

Reichweite
von über 1 Milliarde Menschen

726 Mediennachrichten
in 27 Ländern

Unter anderem Berichte in: The Sunday Telegraph, GQ, BBC, The Moscow Times, Dailyrecord, Yahoo, Sky Sports, The Independent, Blick, Jungfrau Zeitung

37 Millionen Besucher
aus über 100 Ländern auf offizieller Rennwebseite

18 TV- und Radioberichte:
Dokumentation, Eurosport

3 Glückwünsche
vom englischen Könighaus

Quartett für den Ruder-Wahnsinn ist fix

Diese vier mutigen Frauen tanzen über den Atlantik

Unsere Motivation

Im gemeinsamen Wirken potenzieren wir unsere Ressourcen.

Was verbindet uns vier? Welche Motive treiben uns an? Was wollen wir erfahren? Der Gedanke daran, das uns so vertraute Element Erde zu verlassen und uns mit dem Wasser und der Luft zu verbinden, hat Feuer in uns entfacht. Es ist die Bereitschaft und die Sehnsucht jeder Abenteurerin, sich den Elementen anzuvertrauen und darin ihr Bestes zu geben. Die Vorstellung, den Atlantik mit blosser Muskelkraft und unter Anleitung der Naturkräfte zu überqueren, beflügelt uns seit dem ersten Augenblick. Wir fühlen uns angetrieben von der Chance, gemeinsam eine Fülle an unvergesslichen Erfahrungen zu machen. Erlebnisse die uns lehren, prägen und weit über die Ziellinie hinaus begleiten werden.

Wenn wir mit unserem Abenteuer Menschen, unabhängig von Alter, Geschlecht oder Herkunft inspirieren und motivieren können, den ureigensten Wünschen zu folgen, ein lang gehegtes Projekt anzupacken, sich einen Traum zu erfüllen oder einfach das Leben in die Hand zu nehmen, dann hat sich jeder Ruderschlag gelohnt.

Es geht uns darum, mit Mut, Begeisterung und Überzeugung den eigenen Lebensweg zu gehen – sichere Gewässer zu verlassen, hoch gesteckte Ziele zu fokussieren, eigene Grenzen zu verschieben, nicht nur die innere Kraft, sondern auch den potenzierten Spirit des Teams zu spüren – um in neue Welten aufzubrechen und am Ende empfangenes Glück weiterzuschenken.

Tatiana Baltensperger

Jahrgang 1965
wohnt in Eglisau

«Ausserhalb der gesellschaftlichen Alltagsgeräusche den Augenblick leben und als Team über sich hinaus wachsen.»

Von je her ein Freigeist – folgt dem Ruf ihres Herzens. Sie hat vier Jungs und es war ihr eine Ehre, diese während ihrer Kindheit begleiten und mit ihnen etliche einmalige Erlebnisse und Wunder erleben zu dürfen. Tatiana ist ein Bewegungsmensch und sprüht vor Lebensfreude und Unternehmungslust. Sie erholt sich in der Natur. Sei es in der Luft, auf dem Wildwasser, am Fels, im Pulverschnee oder auf dem Meer – sie liebt es, mit den Elementen zu tanzen, immer im Bewusstsein, dass die Elemente führen. So hat ihr das Leben schon manch wunderbares Abenteuer geschenkt.

Beruflich engagiert sie sich als schulische Heilpädagogin an der Sekundarschule Eglisau und absolviert derzeit den Masterstudiengang Inklusive Pädagogik und Kommunikation.

Tatiana wurde von ihrem Sohn Luca (Swiss Mocean-Mitglied TAC 2017) zu dieser Challenge inspiriert. Seit dem Start des Swiss Mocean-Teams im Dezember 2017 in La Gomera begleitet sie die Vorfreude auf die Weite des Meeres.

Astrid Schmid

Jahrgang 1972
wohnt in Thun

«Das Leben ist mir eine glückhafte Reise und jede Suche endet mit einem neuen Aufbruch.»

Im Winter flitzt sie vorzugsweise über die Skipisten Graubündens, im Sommer joggt oder radelt sie durch das Berner Oberland. Aber ihre Leidenschaft gilt ganz klar dem Fallschirmspringen. Die Liebe zum Meer lebt sie schon seit über 20 Jahren tauchend in den verzaubernden und spannenden Tiefen des Ozeans. Zum Unterwasser und den luftigen Höhen kommt nun mit den SwissOceanDancers eine neue Dimension an der bewegten Meeresoberfläche hinzu.

Ihre Ausbildungen als Expertin Notfallpflege und Kauffrau ermöglichten ihr eine bunte berufliche Reise durch interessante Tätigkeitsfelder. Ihre Auslandeinsätze mit der Schweizer Armee erlebte sie beruflich und persönlich als eine aussergewöhnliche Bereicherung. Derzeit arbeitet sie in einer leitenden Funktion im Gesundheitssektor im Strafvollzug.

Fasziniert von der Idee, den Atlantik rudernd zu überqueren, das scheinbar Unüberwindbare mit der eigenen Körperkraft, mentaler Stärke, viel Vorbereitung und der geballten Ladung Energie von vier Frauen zu schaffen, hat sie von Anfang an in den Bann gezogen. So stürzt sie sich für einmal nicht aus dem Flieger, sondern mit SwissOceanDancers in die Wellen des Atlantiks.

Sandra Hönig

Jahrgang 1976
wohnt im Tessin

«Warum auf der Couch sitzen, wenn man mit dem Ruderboot über den Atlantik in die Karibik rudern kann.»

Ursprünglich kommt sie aus Langen in Deutschland, entdeckt aber schon früh ihre Neugier fürs Reisen, verbringt später vier Jahre in den USA und lebt seit 2001 im Tessin. Bereits als Jugendliche segelte sie mit ihren Eltern wochenlang über die Ozeane und dennoch ist die Luft ihr eigentliches Element. Das bezeugen die über 2500 Fallschirmabsprünge und die Piloten-Lizenz zweifelsfrei. Schon viele Jahre konzentriert sie sich jedoch klar auf « one-way-Flüge » und verlässt die Maschine auf über 4000 Meter über Grund als Camera-Flyer. Ihren erlernten Beruf als Raumausstatterin tauschte sie gegen handwerkliche Erfahrungen bei einem Bootsbauer ein. Danach machte sie ihr Lieblingshobby zum Beruf und arbeitet seit bald 20 Jahren als Fallschirm-Riggerin im Tessin.

Auf Ihren zahlreichen Reisen in alle Herrenländer erkundet sie die Welt aktiv und mit viel Bewusstsein für Natur und Umwelt. So verschafft sie sich beispielsweise auf dem Bike durch Kambodscha tiefe, bereichernde Einblicke in Land und Leute, lernt die abgelegendsten Orte Japans auf ausgedehnten Skitouren kennen oder reist zum Kiten nach Venezuela. Sandra kann sich für jedes Abenteuer begeistern.

Carla Lemm

Jahrgang 1985
wohnt in Grenchen

«Fasziniert von der Idee, dieses Abenteuer mit eigener Muskelkraft zu meistern…Wetteroberung Teil SwissOceanDancers»

In den Bergen, in Davos, aufgewachsen, ist Carla mit 22 Jahren ins wärmere Tessin umgesiedelt. Dort blieb sie für ganze neun Jahre. Mit dem Herzen ist sie immer irgendwie auf Reisen oder beim Planen einer Reise. Natürlich arbeitet sie auch – als Innendekorateurin plant und gestaltet sie Räume.
Ihre Freizeit beinhaltet Sport und ganz viele kleine Ausflüge, da Freunde und Familie in der ganzen Schweiz verteilt wohnen. Ihre sportlichen Highlights waren der Halbmarathon in Nordkorea 2018 und davor die einjährige Reise 2016/17 mit ausgedehnten Fahrrad-Etappen durch Qatar, Libanon, Oman, Vietnam Kambodscha, Thailand und durch südosteuropäische Länder bis nach Österreich und Deutschland. Dieses Erlebnis hat ihre Reiselust definitiv entfacht.

Konfrontiert mit dem Projekt SwissOceanDancers, wurden neue Träume geweckt. Carla hat grossen Respekt vor dem Meer und freut sich auf das Unbekannte und die Herausforderung.

Unsere Vorbereitung

Unser Trainingsplan basiert auf den Empfehlungen des Swiss Mocean Teams und Mark Slats (TWAC 2017, 1. Rang als Solo-Ruderer). Experten im Bereich Leistungssport und Ernährungsberater stehen uns zur Seite. Unsere physische Vorbereitung besteht vor allem aus Rudern, Kraft- und Kraft-Ausdauer-Training. Mehrere erfahrene Leistungs-RudertrainerInnen unterstützen uns auf unterschiedlichen schweizer Gewässern dabei, unsere Rudertechnik zu optimieren. Enorm wertvoll ist der Support des Männerteams, auf dessen Erfahrungen wir zurückgreifen dürfen und das uns mit Rat und Tat unterstützt. Wir werden zudem intensive Rudertrainings mit unserem Boot auf dem offenen Meer in Holland abhalten. Hier wird uns Mark Slats mit seiner immensen Seefahrer- und Rudererfahrung coachen. Dazu absolviert das gesamte Team die obligatorischen Schulungen in England mit Schwerpunkt auf Navigation, Meteo, Radio und erster Hilfe auf offener See.

Motto und Passion des ganzen Unterfangens ist ganz klar das Kollektiv. Deshalb steht die Kräftigung des Teams ganz oben. Dazu gehören intensive gemeinsame Trainings, etliche Team-Unternehmungen genauso wie die Sorgfalt und die Behutsamkeit im Umgang miteinander.

Physische Vorbereitung:

- Krafttraining / Kraft-Ausdauer / Rudern im Team

8 Tage Technische Ausbildung (obligatorisch):

- RYA Essential Navigation Seamanship Skills
  (Navigation, Meteorologie, Wegplanung)
- RYA Sea Survival
  (Sicherheits-Ausrüstung)
- RYA Marine Radio Short Range Certificate
  (Kommunikation)
- RYA First Aid at Sea
  (Erste Hilfe auf offener See)
- Ocean Rowing Course

Erfolg hat drei Buchstaben, Tun.
Goethe

Unser Kostenplan

Wir kalkulieren die Gesamtkosten auf 184'000 CHF.

Überschüssige Spenden gehen zu 100 % an den gevoteten wohltätigen Zweck. Ziel ist es, 80'000 CHF an das Charity Projekt spenden zu können. Ein wesentlicher Teil der Spende wird durch den Weiterverkauf des Bootes sichergestellt.

Boot	90'000.- CHF
Ausrüstung fürs Boot:	25'000.- CHF
Administrative Aufwände:	4'000.- CHF
Technische Ausbildung:	3'500.- CHF
Startgebühr:	27'500.- CHF
Versicherung:	20'000.- CHF
10-tägiges Intake in La Gomera	4'000.- CHF
Anreise / Heimreise Challenge	4'000.- CHF
Immatrikulation Boot:	2'000.- CHF
Individuelles Training / Coaching:	4'000.- CHF
Total	**184'000.– CHF**

Die Charity

Der Charity-Gedanke der TWAC sieht vor, dass das Boot nach dem Rennen an ein nächstes Team verkauft und der Erlös einer wohltätigen Institution gespendet wird.

Nach dem Motto «Entscheiden Sie für wen wir rudern» haben die Follower der SwissOceanDancers in einem Voting eine von vier gemeinnützigen Schweizer Organisationen favorisiert.

Mit einer dominierenden Mehrheit von 44% hat Viva con Agua das Rennen gemacht und wird von einer erfolgreich absolvierten Challenge profitieren.

facebook.com/vivaconaguaschweiz

instagram.com/vivaconagua_ch

www.vivaconagua.ch

Viva con Agua
die gemeinnützige Organisation hat eine große Vision:
Wasser für Alle!

Wasser ist Leben und der Anfang jeder Entwicklung. Und doch gibt es weltweit 563 Millionen Menschen, die nicht das Privileg haben, jederzeit den Wasserhahn aufdrehen zu können.

Genau dafür setzt sich Viva con Agua ein. Wir sind der Überzeugung, dass eine Welt ohne Durst möglich ist. Mehr als 3 Millionen Menschen weltweit profitieren bereits nachhaltig von unseren Projekten. Seit Jahren unterstützen wir in Partnerschaft mit lokalen Organisationen, wie z.B. Helvetas, konkrete Projekte in Mosambik und Nepal. Ziel ist es immer mehr Menschen dauerhaft Zugang zu Wasser zu ermöglichen und sie gleichzeitig aktiv in die Projekte zu involvieren.

Viva con Agua gelingt es hier in der Schweiz und auf der ganzen Welt den Menschen die Botschaft „Wasser für Alle“ innovativ und voller Lebensfreude zu vermitteln, Menschen zu inspirieren und sie zu aktivieren.

SwissOceanDancers und Viva con Agua, eine tolle Vereinigung!

Wir freuen uns sehr, dass wir Charity-Partner des grossen Ruder-Abenteuers der SwissOceanDancers sein dürfen. Denn die Freude am Sport, die Passion für ein Ziel und das Engagement für sauberes Wasser lassen sich hier perfekt verbinden!

Gregor Anderhub, Geschäftsleiter Viva con Agua

PartnerPackages

Lassen Sie uns den Anker lichten und unserer Konkurrenz den Wind aus den Segeln nehmen! Wir haben immer eine Handbreit Wasser unterm Kiel und legen uns in die Riemen, damit wir nicht vom Kurs abkommen.

Nehmen Sie mit uns das Ruder in die Hand und werfen Sie Ihre Zweifel über Bord. Nehmen Sie gemeinsam mit den SwissOceanDancers Fahrt auf, denn wir sind mit allen Wassern gewaschen! Wir bringen unser Boot ins Wasser und Sie Ihre Handschrift auf den Rumpf!

Bewegen Sie uns und IHREN Namen über den Atlantik. Wählen Sie ein PartnerPackage aus, das zu Ihnen passt oder überraschen Sie uns mit Ihren individuellen Sponsoring-Ideen!

Wir laden Sie ein, das erste Schweizer Frauenteam auf der Reise zu begleiten und persönlich zum Gelingen dieser Challenge beizutragen. Kommen Sie als Partner der SwissOceanDancers «on board» und schreiben Sie Sportgeschichte!

Poseidon - MajorPartner

- Grösstes Firmenlogo auf dem Boot und auf der Teamkleidung (getragen während Trainings, Presseevents, öffentlichen Auftritten)
- Pre-Race Events: Bootsbesichtigung, Probefahrt und Goodbye-Apéro mit Präsentation
- Post-Race Events: Erlebnisbericht, Impressionen und Einblicke für Ihr Unternehmen
- Allgemeine Promotion und Branding in sozialen Netzwerken (Facebook, Twitter, Instagram)
- Webpräsenz durch Logo und Link
- Signiertes Ruder nach der Überquerung
- Verwendung von Foto- und Videomaterial

Mermaid – CHF 10'000.-

- Firmenlogo (gross) auf dem Boot und auf der Teamkleidung (getragen während Trainings, Presseevents, öffentlichen Auftritten)
- Pre-Race Events: Goodbye-Apéro mit Präsentation
- Post-Race Events: Erlebnisbericht und Impressionen
- Allgemeine Promotion und Branding in sozialen Netzwerken (Facebook, Twitter, Instagram)
- Webpräsenz durch Logo und Link

Seahorse – CHF 3'000.-

- Firmenlogo (mittel) auf dem Boot und auf der Teamkleidung (getragen während Trainings, Presseevents, öffentlichen Auftritten)
- Pre-Race Events: Goodbye-Apéro mit Präsentation Facebook
- Allgemeine Promotion und Branding in sozialen Netzwerken (Facebook, Twitter, Instagram)
- Webpräsenz durch Logo und Link

Equipment Partner

- Firmenlogo auf dem Boot (Grösse je nach Beitrag) und auf der Teamkleidung (getragen während Trainings, Presseevents, öffentlichen Auftritten)
- Pre-Race Events: Goodbye-Apéro
- Allgemeine Promotion und Branding in sozialen Netzwerken (Facebook, Twitter, Instagram)
- Webpräsenz durch Logo und Link

Buy-a-Mile

- Ab CHF 20.- widmen wir Ihnen eine Meile unseres Abenteuers.
- Ab CHF 100.- begleitet uns Ihr Name auf dem Boot über den Atlantik. Je mehr Meilen Sie kaufen, desto grösser wird Ihr Name.

Kontakt

Verein
SwissOceanDancers
Burgerstrasse 25
3600 Thun

info@swiss-oceandancers.ch
+41(0)79 449 97 74

Social Media

facebook.com/SwissOceanDancers
instagram.com/SwissOceanDancers
twitter.com/SwissOceanDancers

Webseite

www.swiss-oceandancers.ch

Bankverbindung

Raiffeisenbank Kiesental
Genossenschaft
Kreuzplatz 6 / Postfach 96
3510 Konolfingen

IBAN CH78 8080 8004 3504 7362 9

Rennorganisation

www.taliskerwhiskyatlanticchallenge.com
www.atlanticcampaigns.com

Impressum

Fotografien:
Clem-Onojeghuo (unsplash.com) Cover
Thierry Meier (unsplash.com) Header

Alex Wydler Portraits
alex wydler gmbh | photographie
Kleinertstrasse 3
8037 Zürich
+41 (0)76 595 52 11
info@alexwydler.com
www.alexwydler.com

Massimo Pedrazzini
studio fotografico
via Trisnera 15
6616 Losone/TI
www.fotopedrazzini.ch
+41 (0)91 791 08 90

Graphic Design:
Nora Bertoli (nbgraphic.ch)

Text (de):
Rob Neuhaus (robneuhaus.ch)

Layout/Print:
PrintHouse Schwarz
Buchholzstrasse 43
3604 Thun
+41 (0)33 335 01 01
info@printhouse-thun.ch
www.printhouse-thun.ch