



KRISTALL-CLUB
SEIT 1987



Der Name «SWISS RAW» steht für ein Team von mutigen und hart trainierenden Athleten. Das Team sucht das Extreme und scheut sich nicht davor, die rohen Elemente des Atlantiks in voller Kraft zu erleben. Deswegen steht anstelle von «ROW» ein «RAW».

Vor etwas über 2 Jahren sind vier junge Männer im Alter von plus/minus 26 aufgebrochen, um für ihr Projekt zu trainieren, denn sie haben eine Vision - sie wollen den Atlantik in einem Ruderboot überqueren.

Wir vom Vorstand des Kristall-Clubs sind fasziniert vom Willen dieser jungen Männer, einen Traum unter widrigsten Umständen Leben zu wollen und deshalb wollen wir Euch, liebe Kristaller, diese Jungs anlässlich von unserem Special Event „Swiss Raw & Watergames,, am 30. Juli im KKL Luzern vorstellen.

Roman Möckli, Ingvar Groza, Samuel Widmer und Jan Hurni möchten dieses Projekt im Dezember 2021 durchführen. Anlässlich des wohl härtesten Ruderrennens, **der Talisker Whisky Atlantic Challenge**.

4'800 Km von La Gomera (Kanarische Inseln) nach Antigua, Meter hohe Wellen, Haie, Nahrungsknappheit, Entzündungen, Blasen, Salzwunden, Schlafmangel (2 Stunden rudern, 2 Stunden ruhen: Schichtbetrieb 24 Stunden nonstop) machen die Überfahrt zu einer physischen und psychischen Herausforderung. 50'000 Kalorien verbrennt jeder Ruderer pro Woche und benötigt 10 Liter Wasser pro Tag und dennoch nimmt jeder Ruderer durchschnittlich 10% an Körpergewicht ab.



Keiner von ihnen war vorher je in einem Ruderboot gesessen. Seit April 2019 trainieren die Athleten nun im Ruderboot und sie betreiben fast täglich Kraftsport und Ausdauer.

Vor wenigen Monaten konnte ein hochseetaugliches Ruderboot gekauft und in die Schweiz geholt werden. Im Moment ist es bei Herzog Marinecenter in Alpnachstad stationiert, von wo aus fleissig trainiert wird.

Wie erwähnt, machen diese vier aussergewöhnlichen Männer halt bei **unserem Special Event vom 30. Juli im KKL Luzern**. Jedes Kristall-Club Mitglied hat die Möglichkeit, mit den Rudern und dem Original Atlantik-Ruderboot „eine Runde“ auf dem Vierwaldstättersee „zu drehen“ und das KKL aus der Seesicht-Perspektive zu sehen.

Meldet Euch auf unserer Website an. Sportliche Kleidung wird empfohlen.

Mit sportlichen Grüßen

Vorstand EVZ Kristall-Club

Yves Neupert | Richi Rüegg | Pascal Spichiger | Fabian Bucher | Martin Gisler | Ralph Loosli

EVZ Kristall-Club | Gönnervereinigung EVZ | CH-6300 Zug
administration@kristallclub.ch | www.kristallclub.ch