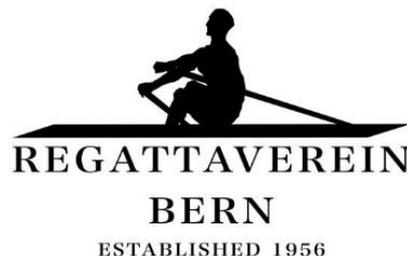




Diario di bordo

N°12 – 07 novembre 2021

Ecco che un nuovo team ci racconta com'è andata la sua partecipazione alla seconda edizione della Bern Boat Race del 23 ottobre 2021, organizzata dall'Associazione delle regate di Berna (Regattaverein Bern - che riunisce Rowing Club Wohlensee e Rowing Club Bern) che da oltre 60 anni concentra gare di canottaggio sul Wohlensee.



BERNA - WOHLENSEE

Sono mesi che tartasso Dario e Paolo con allenamenti degni dei campioni... ci voleva uno scopo che la pandemia ha cercato di portarci via, per fortuna senza successo. Come 4 adolescenti eccoci partiti per Berna. La mia mitica amica Roberta si è aggiunta a noi per completare l'equipaggio e prendere il meritatissimo ruolo di capovoga. Licenze di competizione pronte, preparazione atletica completata, i 10,5 km di gara sono stati affrontati con grande entusiasmo, al ritmo di 29 palate su tutto il percorso, sostenuti da dieta pregara composta da cordonbleu, rösti, colazione abbondante e panini presalita in barca. Durante la gara abbiamo potuto beneficiare della nuova tecnologia e, un GPS installato sulla barca di ogni concorrente, ha permesso a chi era rimasto a casa di seguirci in diretta. Aspettiamo ora i commenti del nostro allenatore capo. Siamo pronti per la prossima sfida !

*Susanne con **Dario**, **Paolo** e **Roberta***

(foto messe gentilmente a disposizione dall'equipaggio))

<https://www.bernboatrace.ch/regattavereinbern>

https://77ab420b-fad5-407f-b109-79e86da9abca.filesusr.com/ugd/6863f0_63922e7069734d529e579d40da3f7e08.pdf





Diario di bordo

N°12 – 07 novembre 2021

