

# CHALCHOFA

Cluborgan der OLG Chur  
3. Ausgabe 2007



*Unser Nachwuchs an der Plauschwoche 2007*

## REDAKTIONSSCHLUSS

Freitag, 29. Juni 2007  
Berichte an [chalchofa@gmx.ch](mailto:chalchofa@gmx.ch)

## REDAKTIONSTEAM

Madlaina Schaad  
Annetta Schaad  
Giacomettistrasse 112  
7000 Chur  
081 353 16 66

Walter Büchi  
Voa Principala 14  
7077 Valbella  
081 353 95 49

Mutationen, Termine	2
News	3
GV: Protokoll, Beilagen	4
Beilagen Rechnung	8
Beilage Budget	11
Beilage Podestplätze	12
Beilage Jahresprogramm	13
5er Staffel	14
Trainings Davos	16
37 Bündner Weekend Ftan/Davos	18
Engadiner Abend-OL	22
Clubweekend Bern	24
Ski-OL WM Russland	25
Trainingsweekend Ostschweiz	27
Trainingslager Ostern	29
Plauschwoche	32
sCOOL News	34
Zebakäs	36

# News

## **Bronze für Werner Wehrli**

Werner Wehrli hat an der Nacht-SM (NOM) bei den H55 die Bronzemedaille gewonnen. Mit Judith Schmid (2. DB) und Käthi Attinger (3. D35) standen zwei weitere OLG-Mitglieder auf dem Podest.

## **Marcel Tschopp läuft Marathon Topzeit**

Am Marathon in London lief Marcel Tschopp mit einer sehr guten Zeit von 2:26:56 auf den 22. Gesamtrang. Der schweizerisch-liechtenscheinische Doppelbürger verpasste damit die vom Liechtensteinischen Olympischen Verband für Peking 2008 geforderte Limite um 2:45 Minuten.

## **Sabin schnellste Bündnerin**

Beim Frühlingslauf von Thusis nach Chur waren auch einige OLG-Mitglieder unterwegs. Sabin Schlatter erreichte als schnellste Bündnerin den vierten Gesamtrang, resp. den zweiten Rang in ihrer Kategorie Damen 1. Auf den vierten Platz in derselben Kategorie lief Caroline Maissen. Thomas Popp wurde bei den Senioren 2. Vierter, Ralf Schäpper bei den Junioren Dritter. Beim 5 km-Lauf von Domat/Ems nach Chur war Véronique Ruppenthal zweitschnellste aller Frauen und gleichzeitig Siegerin in der Kategorie Damen 1. Sabine Egli erreichte in der gleichen Kategorie den dritten Rang.

.....

**A very BIG WELCOME to  
Our lovely little girl...**

**MAYA LINDA**

**23.03.2007      4.5 kg  
10:40 h          54 cm**

**The proud parents  
Anne-Marie and Florin**

Untere Gasse 52  
CH-7012 Felsberg  
Phone +41 76 2061591  
<http://flog.blogr.com>

## 37. ordentliche Generalversammlung der OLG Chur

---



Protokoll vom 16. Februar 2007, 19.30 Uhr in der Alterssiedlung Kantengut Chur

---

### Traktandenliste

1. Protokoll der GV vom 24. Februar 2006
  2. Jahresberichte des Präsidenten und des technischen Leiters
  3. Jahresrechnung 2006, Anträge Rechnungsrevisoren und Entlastung Vorstand
  4. Wahl des Vorstands und der Rechnungsrevisoren
  5. Jahresprogramme 2007 und später
  6. Mitgliederbeiträge
  7. Anträge von Mitgliedern
  8. Voranschlag 2007
  9. Ehrungen
  10. Varia
- 

Der Präsident eröffnet die Generalversammlung und begrüsst namentlich die anwesenden Ehrenmitglieder. Gemäss Präsenzliste sind 60 Mitglieder anwesend, 37 haben sich entschuldigt. Als Stimmzähler werden Corina Lütscher, Christina Wehrli und Claudio Wetzstein gewählt. Die Traktandenliste wird ohne Änderungen genehmigt.

### 1. Protokoll der GV vom 24. Februar 2006

Das Protokoll wird einstimmig genehmigt.

### 2. Jahresberichte des Präsidenten und des technischen Leiters

Die Jahresberichte des Präsidenten, des technischen Leiters und der Leiterin Nachwuchs wurden im Chalchofa 01/07 publiziert.

Gabriela Diethelm ist mit dem Jahresbericht des technischen Leiters nicht einverstanden. Die Teilnehmerzahl am Donnerstag-Lauftraining sei nicht kleiner geworden, sondern es hätten in den letzten 5 Jahren immer etwa gleich viele Läuferinnen und Läufer teilgenommen. Werner Wehrli betont, er habe nicht von den Teilnehmern des Kadertrainings geschrieben, sondern seine Beobachtungen würden die übrigen Clubmitglieder betreffen. Der Jahresbericht des technischen Leiters wird genehmigt mit 5 Enthaltungen und 4 Gegenstimmen.

Der Jahresbericht des Präsidenten wird einstimmig genehmigt. Jener der Leiterin Nachwuchs nimmt die Versammlung zur Kenntnis.

### 3. Jahresrechnung 2006, Anträge Rechnungsrevisoren und Entlastung Vorstand

Sergio Ferrari erläutert die Jahresrechnung. Sie schliesst mit einem Gewinn von Fr. 2'415.65, bei einem budgetierten Verlust von Fr. 5'500.-.

Bilanz:

- Rückstellung Swiss O Week: Brigitte Wolf war an der Swiss O Week Medienchefin und Fränzi Anklin und ihre Eltern halfen beim Rahmenprogramm mit. Für ihre Mitarbeit an der Swiss O Week wurde der OLG Chur Fr. 5'440.- ausbezahlt. Aufgrund eines Vorschlags von Brigitte werden mit diesem Geld 100 öV-Tageskarten angeschafft. Diese stehen Clubmitgliedern für die Anreise an OL's gegen eine kleine Entschädigung zur Verfügung.

Erfolgsrechnung:

- Die Ergebnisse aus der Laufrechnung und Kartenrechnung sind sehr erfreulich.

Weitere Details können den Beilagen 1-3 entnommen werden.

Der Revisorenbericht wird vorgelesen. Die Revisoren empfehlen, die Jahresrechnung zu genehmigen und den Vorstand zu entlasten. Die Versammlung folgt diesen Anträgen einstimmig.

Die Revisorenberichte werden einstimmig genehmigt.

#### **4. Wahl des Vorstands und der Rechnungsrevisoren**

Simon Sauter tritt aus dem Vorstand zurück. Zusammen mit Jürg Schöpfer leitete er das Ressort Wettkämpfe. Claudia Hartmann stellt sich für dieses Amt zur Verfügung und wird einstimmig gewählt.

Werner Wehrli und Walter Büchi kündigen ihren Rücktritt auf die nächste GV an. Sie werden für ein Jahr gewählt mit einer Gegenstimme.

Gian-Reto Schaad, Claudia Wettstein, Sergio Ferrari und Jürg Schöpfer werden für weitere 2 Jahre einstimmig gewählt.

Marcel Ruppenthal wird als Präsident einstimmig für zwei Jahre bestätigt und dankt für das Vertrauen.

Francis Galfetti tritt nach 25 Jahren und Nuot Grass nach 20 Jahren als Rechnungsrevisor zurück. Der Präsident dankt den beiden für ihre langjährige und zuverlässige Arbeit bei der Rechnungsprüfung. Als neue Rechnungsrevisoren vorgeschlagen und einstimmig gewählt werden Ruth Wolf und Hansjürg Bollhalder.

#### **5. Jahresprogramme 2007 und später**

Für die durch die OLG Chur organisierten Anlässe liegen Helferlisten auf und der Präsident ruft zur Teilnahme an der Clubreise, der 5-er-Staffel und der Churer Laufparade auf.

Am 10. März findet die Delegiertenversammlung (DV) in Glattbrugg statt. Mitglieder, die gerne an der DV teilnehmen möchten, können sich beim Präsidenten melden.

Leider variieren die Daten der diesjährigen Frühlingsferien im Churer Rheintal stark. Es konnte deshalb kein Datum für die Plauschwoche festgelegt werden, das den Churer Kindern und jenen der umliegenden Gemeinden passte. Helfer sind in der Plauschwoche jeweils sehr willkommen.

Für die Clubreise nach Slowenien sind bereits erste Anmeldungen eingetroffen. Gerechnet wird mit ca. 40 OL-Läuferinnen und OL-Läufern.

Das Jahresprogramm 2007 (Beilage 4) wird einstimmig genehmigt.

Marcel Ruppenthal gibt einen Ausblick auf mögliche Anlässe für die Jahre 2008 – 2011. In den beiden kommenden Jahren werden wir jeweils das Bündner OL-Weekend organisieren, jedoch keine Grossanlässe. Im 2009 ist der ARGE Alp im Engadin geplant und im 2010 möglicherweise eine EOM in Salouf.

Für Nina Schaad war der Churer Stadt-OL ein guter Anlass. Leider fehlt er jeweils im Jahresprogramm, da er an der GV bereits vorbei ist. Im 2008 ist vorläufig kein Stadt-OL geplant. Silvio Sauter schlägt vor, einen Sprint-OL anstelle eines Stadt-OLs zu organisieren. Claudio Wetzstein verweist darauf, dass es im Februar sonst keinen OL gibt und der Stadt-OL auch aus diesem Grund ins Leben gerufen wurde. Anscheinend besteht nach wie vor ein Bedürfnis, wie dies der diesjährige Teilnehmerrekord bestätigt. Christina Wehrli schlägt vor, dem Vorstand die Kompetenz für die Durchführung eines Stadt-OL's zu erteilen, falls genügend Helfer zur Verfügung stehen. Ruth Wolf kann sich mit Silvio's Vorschlag anfreunden. Da beim Stadt-OL jeweils über 50 Helfer im Einsatz stehen, möchte Nina, dass sich die OLG Chur dort engagiert, wo sich ein besseres Verhältnis von Aufwand und Ertrag erzielen lässt.

Die Versammlung beschliesst, keinen Stadt-OL vor der nächsten Generalversammlung durchzuführen. Jedoch soll der Vorstand die Durchführung eines Sprints im Wald prüfen.

## **6. Mitgliederbeiträge**

Die Versammlung genehmigt die gegenüber dem Vorjahr unveränderten Mitgliederbeiträge: Schüler, Lehrlinge, Studenten Fr. 20.- / Erwachsene Fr. 30.- / Gönner mindestens Fr. 25.-.

Die OLG Chur zählte Ende 2006 insgesamt 222 ordentliche Mitglieder und 23 Gönner, 10 Ehrenmitglieder. Damit nahm innert Jahresfrist die Mitgliederzahl um 2 ab, während die Anzahl Gönner um 2 zunahm.

## **7. Anträge von Mitgliedern**

Es gingen keine Anträge von Mitgliedern ein.

## **8. Voranschlag 2007**

Der Vorstand stellt ein Budget mit einem Verlust von Fr. 13'500.- vor. Ein Verlust in dieser Höhe ist verantwortbar, da wir heute über ein Vermögen mehr als Fr. 64'000.- verfügen.

Es werden Fr. 10'000.- für unsere Clubreise nach Slowenien budgetiert. Die Laufrechnung wird voraussichtlich tiefer als im vergangenen Jahr ausfallen, da wir nur ein OL-Weekend organisieren werden.

Silvio Sauter beantragt, den Budgetposten für die Jugendförderung auf Fr. 1000.- zu erhöhen und gleichzeitig Rückstellungen von Fr. 1000.- beim Budgetposten sCOOL-Cup aufzulösen.

Christina Wehrli erklärt, sie habe aufgrund konkreter Anfragen von Schulen budgetiert.

Martin Wehrli fragt sich, ob eine Erhöhung bei der Jugendförderung notwendig sei, da die Förderbeiträge bereits bekannt seien. Sergio Ferrari verweist darauf, dass keine Reserven mehr da seien.

Dem Antrag von Silvio Sauter wird zugestimmt und der geänderte Budgetvorschlag (Beilage 5) einstimmig angenommen. Der Verlust beträgt neu Fr. 13'000.-.

## **9. Ehrungen**

Marcel Ruppenthal richtet die Jugendförderungsbeiträge in Form von Gutscheinen aus (Beilage 6).

Folgende Laufleiter werden durch Simon Sauter geehrt: Werner Wehrli (Stadt-OL), Marcel Ruppenthal und Jürg Schäpper (beide Bündner Weekend) und Silvio Sauter (Nat. A OL in Trin).

Silvio dankt seinem engeren und weiteren Helferstab und den Trinern für ihre Unterstützung. Silvio ist gerne bereit, auch Jüngeren als Laufleiter zu unterstützen.

Werner Wehrli ehrt herausragende sportliche Leistungen von Clubmitgliedern (Beilage 7).

Die beiden zurückgetretenen Rechnungsrevisoren Francis Galfetti und Nuot Grass und das zurückgetretene Vorstandsmitglied Simon Sauter werden durch den Clubpräsidenten geehrt.

Walter Büchi ehrt nachträglich die bereits auf Ende 2005 zurückgetretene Pressechefin Annetta Schaad für ihre ausgezeichnete Pressearbeit. Die Nachfolge konnte familienintern gelöst werden: Madlaina Schaad hat diese Aufgabe inzwischen übernommen.

Gabriela Diethelm wird aufgrund hervorragender Leistungen mit dem Verbandssportpreis 2006 des Bündner Verbands für Sport durch Pierluigi Schaad ausgezeichnet. Der Preis wird durch Kathrin Rhyner überreicht.

## **10. Varia**

Pierluigi Schaad verweist auf ein Gemeindeportrait von Trin im Bündner Anzeiger. Die Gemeinde beschrieb, dass Trin für Orientierungsläufe sehr geeignet sei. Die bis heute durchgeführten Läufe waren im Bericht aufgeführt.

Die OLG Chur gratuliert Ladina Lechner. Sie hat bei den Jugend-Europameisterschaften im Ski-OL in Salzburg den 6. Platz in der Staffel erreicht.

Der Präsident schliesst die Generalversammlung um 21.30 Uhr.

Für das Protokoll:

Walter Büchi, Aktuar

## Podestplätze OLG Chur 2006

Beilage 7

Anlass	Name	Rang	Kategorie
SPM	Philipp Sauter	2.	H18
	Mirco Mattle	2.	HAK
	Florian Attinger	3.	H10
	Iris Andres	2.	D50
	Claudia Hartmann	3.	DAK
	Annick Attinger	3.	D12
MOM	Ursi Ruppenthal	2.	D35
	Iris Andres	2.	D50
EOM	Mirco Mattle	2.	HAK
SOM	Sarah Kleger, Cornelia Camathias und Véronique Ruppenthal	2.	D14
	Liana Meister, Christine Sauter, und Margrit Wyss	2.	D50
NOM	Claudia Wetzstein	3.	D35
Ski OL SM lang	Yvonne Gantenbein	1.	DE
	Ursi Ruppenthal	1.	DAL
	Philipp Kleger	1.	H17
	Sarah Kleger	1.	D14
	Véronique Ruppenthal	2.	D14
	Annetta Schaad	2.	DB
Ski OL SM Kurz	Yvonne Gantenbein	1.	DE
	Fabienne Klaas	1.	D20
	Sarah Kleger	1.	D14
	Philipp Kleger	1.	H17
	Yvonne Wicki	3.	DE
	Annetta Schaad	3.	DAL

Chur, 16. Februar 2007 / bü



## Jahresprogramm OLG Chur 2007

2007		Bemerkung	Bezeichnung, Veranstalter	OL Karte
11.02		***	5. Churer Stadt OL	1.1 Altstadt Chur
17.03	Ofa		NWK	Fürstenwald
25.03	A-Nat		OLG Basel	Schön matt
01.04	A-Nat		OLG Schaffhausen	Lauferberg
14.04	NOM		Nachtmeisterschaft, OLG Stäfa	Batzberg
17.-21.4			Plauschwoche	1.2 Chur und Umgebung
21.04	Ofa		NWK	1.3 Bonaduz
08.05			Offenes Training	Fürstenwald
11.05			sCOOL-Cup, OLG Bern	Könizerberg
12.05	SPM	Clubweekend	Sprintmeisterschaft, ASCO / O-92	Lugano
13.05	KOM		Mitteldistanzmeisterschaft	Taverne
08.06			8. Churer Laufparade	Chur
10.06			Testlauf	Fürstenwald
16.06	Ofa		NWK	Fürstenwald
24.06	S		5er – Staffel, OLG Cordoba	Boowald- Studentland
30.06		*** / + + +	Untere ngadiner OL, BüOLV	Ftan
01.07	A-Nat	***	OLG Davos / Säuliamt	Davos Flüelapass
06.– 08.07			3 Tage OL Thun	diverse
23.– 31.07		Clubreise	Slovenien	5 Tage OL
04.08		***	38. Bündnerweekend, OLG Chur	Arosa
05.08		***		Arosa
10.– 12.08			Aargauer 3 Tage OL	Lätten / Schiltwald
22.08			4. Städtli OL Wesen	Wesen
25.08	Ofa		NWK	Fürstenwald, Chur
02.09	SOM		Staffelmeisterschaft, OLC Kapreolo	Stadlerberg
09.09	A-Nat		Pfäffiker OL, OLG Pfäffikon	Stoffel Rosinli
11.09			Offenes Training	Stadt Chur
22.09	A-Nat	Clubweekend	Ol norska	Chuderhüsli
23.09	EOM		Langdistanzmeisterschaft	Toppwald
30.09			Zürcher OL	Ellikerholz
07.10	A-Nat		OLG Schaffhausen / OK PFS	Hohenklingen
13. / 14.10			Arge Alp	Voralberg
21.10	A-Nat		OL Regio Wil	Dietschwiler Höchi
26.10			Swiss O Gala	
27.10		***	Glarner OL Tag	Saggberg
28.10		***	Schlusslauf Davos???	
04.11	TOM		Team OL Meisterschaft, CA Rosé	Grand Belmont
23.- 25.11			Zentralkurs	Sursee
8.12			Chlaus OL OLG Chur	???

\*\*\* Bündner - / Glarner Schüler Meisterschaft

+ + + Bündner Meisterschaft



## Ausschreibung Clubanlass

**Sonntag, 24. Juni 2007**

Wir wollen wieder mit vielen Teams von **A** bis **Z** dabei sein

- von

.. bis **Z**um Plausch.

Mach auch mit!



**Veranstalter** OLG Cordoba ( [www.olgcordoba.ch](http://www.olgcordoba.ch) )

**Karte** Boowald, 1:10'000, Stand 2007

**Besammlung** Böbikon

**ÖV** mit SBB/Bus (Extrafahrt) nach Böbikon;



### 51. Fünfer-Staffel

Strecke	Streckendaten	Lkm	Kategorien
1	bei Redaktionsschluss noch nicht bekannt	10	offen
2		7	alle Damen, H-14, H50-
3		7	offen
4 A		4	D-14, D50-, H-12, H60-
4 B		5	alle Damen, H-14, H50-
4 C		7	offen
5		13	offen

### Neu: 1. Kinder-Staffel

Strecke	Streckendaten	Idealzeit	Kategorien (Schwierigkeit)
1	bei Redaktionsschluss	ca. 12 Min.	H/D-12 (H/D-10-Bahn)
2	noch nicht bekannt	ca. 10 Min.	H/D-10 (ausgeflaggt)
3		ca. 12 Min.	H/D-12 (H/D-10-Bahn)

<b>Anreise</b>	möglichst gemeinsam mit ÖV
<b>Kosten</b>	Startgeld und Fahrkosten übernimmt die OLG
<b>Anmeldung</b>	<b>mit folgenden Angaben:</b>
Adresse	- Name, Vorname, Jahrgang, SI-Nr., Tel. Nr., Mail- - gewünschte Strecke - Halbtax- / General-Abo / Anreise ab?
	an Werner Wehrli, Ruchenbergstr. 25, 7000 Chur Telefon 081 / 353 51 79, Mail c.w.wehrli@hispeed.ch
<b>Meldeschluss</b>	<b>Dienstag 22. Mai 2007</b> (Meldeschluss des Veranstalters: Dienstag 29. Mai 2007)
<b>Weisungen</b>	Programm und Staffeldzusammensetzung erhalten die TeilnehmerInnen später.



klassische  
**Massage**

**Ursi Ruppenthal**  
dipl. Masseurin ärztl. geprüft

via Rudera 4  
7013 Domat/Ems  
tel. 081 633 41 28

**1 Stunde CHF 40.-**  
50% Rabatt für  
Jugendliche bis 20 Jahre

# OL-Angebote Sommer 2007 der OL-Gruppe Davos

OLG Davos - für Koordination und Information:  
Dieter Wolf 081 – 413 09 81 / 079 - 404 62 09

## OL für Alle / Trainings OLG Davos!

Diese einfach organisierten, für Einsteiger und Könnern geeigneten OL-Veranstaltungen finden jeweils am **Mittwoch 17.30 – 19 Uhr** statt, in wechselnden Laufgebieten. Gerne koordinieren wir die Hin- und Rückfahrt mit Privatautos ab Bahnhof Dorf – Tel. 081 – 413 09 81. Die OL werden von kundigen OL-Spezialisten durchgeführt, die auch Kindern / Jugendlichen / Ungeübten beim Einstieg in den OL-Sport mit Rat und Tat zur Seite stehen. Die Läufe sind **kostenlos** und es braucht **keine Voranmeldung**. Ausrüstung: Der Witterung angepasste Kleidung und Laufschuhe, wasserfester Schreiber, Kompass + SI-Badge (eine beschränkte Anzahl kann ausgeliehen werden) – und los geht's ! Auch dieses Jahr können wir gelegentlich Posten mit dem elektronischen Quittungssystem **SI Sportident** einsetzen – Zwischenzeiten können so gleich nach dem Zieleinlauf verglichen werden. Meist **4 Bahnen: Einfach kurz, einfach mittel, anspruchsvoll mittel, anspruchsvoll lang..**

Wir Davoser OL-Läufer/innen möchten an dieser Stelle alle, die einmal oder immer wieder gern Karte lesend durch die Wälder streifen, herzlich **einladen**. Wir tun dies auch direkt. Wer als **Gruppe** oder mit mehreren Personen **an einem bestimmten Datum** teilnehmen möchte, nehme doch bitte vorher mit den jeweiligen Organisatoren Kontakt auf.

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>30. Mai</b> Mittwoch  | Karte: <b>Waldji</b> , Start/Ziel: Stilli Flüelastrasse,<br>Organisation: Rahel Tschopp 081 413 11 17 / 078<br>642 50 54  |
| <b>6. Juni</b> Mittwoch  | Karte: <b>Alvaneu Dorf</b> , Start/Ziel: Schulhaus<br>Alvaneu, Organisation: Dieter Wolf 081 413 09 81 /<br>079 404 62 09 |
| <b>13. Juni</b> Mittwoch | Karte: <b>Drusatscha –Höhwald</b> , Start/Ziel:<br>Höhwald, Organisation: Thierry Jeanneret 081 413<br>22 85              |
| <b>20. Juni</b> Mittwoch | Karte: <b>Bünda</b> , Start/Ziel: Schulhaus Bünda, vor<br>Kindergarten, Organisation: Ursula Wolf 081 413<br>09 81        |
| <b>27. Juni</b> Mittwoch | Karte: <b>Drusatscha</b> , Start/Ziel: Wolfgangpass,<br>Organisation: Urs Krähenbühl 081 413 74 77                        |

## Sommer(ferien)-Angebote 2007 (auch für „schnuppernde“ Gäste!):

- 19. Juni** Dienstag      **5. Davoser Schüler OL,**  
Karte: Bünda, 08.00 – 16.00 Uhr  
Skore Postennetz 45 Minuten
- 29. Juni** Freitag      **Engadiner Abend OL,**  
Karte: Pass dal Fuorn ab 18.00 Uhr
- 30. Juni** Samstag      **Unterengadiner OL\*,**  
Karte: Ftan, 13.00 – 16.00 Uhr
- 1. Juli** Sonntag      **20. Davoser OL\*\* (Nat. A),**  
Karte: Flüelapass, 10 – 14 Uhr
- 4. / 5. August** Sa/So      **Bündner Weekend\*,** Karte: Arosa
- 16. August** Donnerstag      **Ferienpass OL Kurs,**  
Karte Drusatscha Wolfgang, ab 10 Uhr

## OL für Alle / Trainings OLG Davos Herbst 2007:

- 22. August** Mittwoch      Karte: **Flüela** (neue Karte vom Nationalen!),  
Start/Ziel: Flüelapassstrasse P. 2208 Wägerhüttli.  
Witterung kann rau sein! Organisation: Yvonne  
Gantenbein 081 413 22 85
- 29. August** Mittwoch      Karte: **Alvaneu – Bot Tgiamona,**  
Start/Ziel: Fussballplatz Alvaneu,  
Organisation: Dieter Wolf 081 413 09 81
- 5. September** Mittwoch      **Bike-OL Davos,** Start/Ziel: Schulhaus Bünda.  
Ausrüstung: Bike, Helm. Organisation: Michael Bühl

## Erinnerungspreise

Wer an mindestens 4 der oben erwähnten OL-Anlässe in Davos teilgenommen hat, erhält einen hübschen Erinnerungspreis. Also: Mitmachen und gewinnen! Alle Davoser OL-Anlässe werden auch in der Davoser Zeitung ausgeschrieben: **DZ** [www.solv.ch/olg-davos](http://www.solv.ch/olg-davos) ist unsere Homepage und liefert auch aktuelle Informationen zu all diesen OL-Angeboten. Hier finden sich zudem genaue Angaben über weitere OL Möglichkeiten im Kanton Graubünden (Chur, Engadin ...).

Ausschreibung/Invid

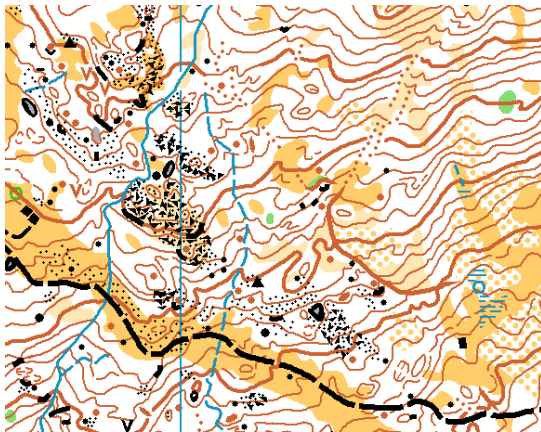
# 37. Bündner OL-Week<sub>(end)</sub>

Offenes Training in Davos/Wolfgang 28. Juni 2007

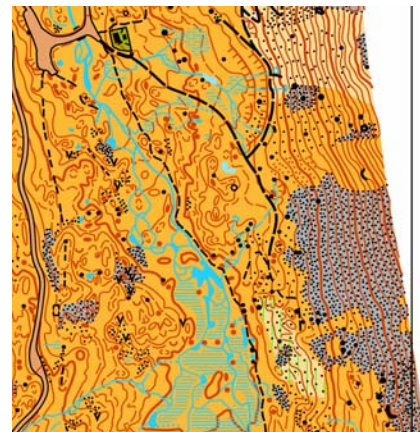
Engadiner Abend OL, Pass dal Fuorn 29. Juni 2007

21. CO d'Engiadina Bassa (40\*) 30. Juni 2007

21. Davoser OL (3. Nat. A\*\*), 1. Juli 2007



Ftan/Motta Naluns 1:10'000



Flüelapass 1:10'000.

Anmeldung; [www.go2ol.ch](http://www.go2ol.ch)

Infos: [http://www.solv.ch/olg-davos/#37. Bündner\\_OL-Weekend](http://www.solv.ch/olg-davos/#37. Bündner_OL-Weekend)

# MIGROS

## Invid 21. CO d'Engiadina Bassa (40\*)

Datum	Samstag 30. Juni 2007
Ort	Ftan
Veranstalter	Bündner OL Verband, Nachwuchskader
Laufleiter	Riet Gordon
Besammlung	Ab 12.00 Uhr Ftan Erster Start: 13.00 Uhr
Bahnlegung/ Kontrolle	Claudia & Claudio Wetzstein Toni Held & Fränzi Acklin
Laufkarte	OL Karte Ftan 2003, 1:10'000
Auskunft	Riet Gordon, 081 253 68 06 (abends) riet.gordon@gmx.ch
Kategorien	alle nach WO, ausser H/D20zusätzlich: OL, OK, OM
Anmeldung	<a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a> bis am 18. Juni 2007 Beschränkte Anzahl Nachmeldungen möglich (+ Fr. 5.-) -> eingedruckte Bahnen
Startgelder	H/D 10/12/14/16/18 Fr. 15.- alle übrigen Fr. 20.- Offene Bahnen + Fr. 3.- für zusätzliche Karte Eingedruckte Bahnen und Transport zum Start inbegriffen
Start	Fliegende Starliste 12.00 – 16.00 Uhr
Parkplätze	Parkplätze 0.5 – 1.5 km vom WKZ. Bitte ÖV benutzen oder in Scuol bei den Bergbahnen parkieren und mit Post nach Ftan fahren
ÖV	Stündliche Regio-Express ab Landquart nach Scuol. Postauto Anschluss nach Ftan gewährleistet
Versicherung	Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Die Organisatoren lehnen jede Haftung ab.
Medien	
Unterkunft	Ftan Tourismus oder <a href="http://www.ftan-turissem.ch">www.ftan-turissem.ch</a> für Hotels und Gruppenunterkünfte Spezialangebote ab 2 Übernachtungen Pasta Party am Samstagabend in Ftan bei genügender Beteiligung (Anmeldung bis
Trainings- möglichkeiten	28. Juni: freies Training in Davos/Wolfgang auf Postennetz, Karte Drusatschawald Kartenbezug: .Hotel Kulm, Fr. xx 29. Juni: Engadiner Abend OL, Pass dal Fuorn (Passhöhe), Karte Pass dal Fuorn 1:10'000, Start von 15.00 – 19.00 Uhr, Fr. 6.-





3. Nationaler OL / 21. Davoser OL  
Sonntag 01. Juli 2007

## **2. Lauf des 37. Bündner OL Weekends**

## **2. Lauf des Schweizer Biofarm-OL-Cup 2007**

## **Lauf der Farmer-OL-Trophy**

Kategorien	alle nach WO 2007, inkl. D10 und H10 sowie Offen kurz, Offen mittel, Offen lang
Veranstalter	OLG Davos / OLG Säuliamt
Laufleiter	Anders Widén
Bahnleger	Andreas Müller & Denis Steinemann
Kontrolle	Dieter Wolf
Technisch Delegierter	Felix Büchi
Medien	Annetta Schaad,      Tel: 079 / 482 30 66, Email: <a href="mailto:schaada@student.ethz.ch">schaada@student.ethz.ch</a>
Karte	Flüelapass 1:10 000, Stand Herbst 2006
Gelände	Der Wettkampf ist zwischen Flüela-Pass und Tschuggen, in einem alpinen Laufgebiet in einer Höhenlage zwischen 2400 und 2200 MüM
Wettkampfbereich	Talstation Pischa, Davos (Busbetrieb bis zum Start, alle X Min, Fahrtzeit y Minuten)
Öffentlicher Verkehr	ab Bahnhof Davos Dorf Pendelbus (Abfahrt alle 20 Minuten bis Talstation Pischa, Fahrtzeit etwa 20 Min). ab Zernez und Susch Postauto bis Talstation Pischa.
Parkplätze	Anfahrt Davos: bei der Talstation Parsenn, Davos anschliessend Pendelbus (Abfahrt alle 20 Minuten bis Talstation Pischa. Fahrtzeit etwa 20 Min.). Anfahrt Engadin: bei der Talstation Pischa, Davos



# DAVOS



## Anmeldung

Klassische Anmeldung durch Einzahlung des Startgeldes auf PC 30-558909-4, SOLV, online Startgelder, Bern unter Angabe von N3 (3. Nat. OL), Kategorie, Name, Vorname, Adresse, Jahrgang, Verein, SI-Card-Nr. Meldeschluss: Samstag 09. Juni 2007 (Poststempel)  
Elektronische Anmeldung über [www.go2ol.ch](http://www.go2ol.ch) bis spätestens Freitag, 15. Juni 2007 2400h. Die elektronische Anmeldung ist nur bei Zahlung des Startgeldes bis Dienstag 19. Juni 24.00h gültig.

Keine Nachmeldungen der Leistungs-Kategorien

Für die Kategorien Offen nur am Lauftag zwischen 0930 h und 1130h im Wettkampfbereich.



## Startgeld

1986 und älter: CHF 26.-, 1987-90: CHF 18.-,  
1990 und jünger: CHF 13.-

Leicht erhöhte Startgelder infolge Transportkosten, an die der OL Gönnerclub auch einen grösseren Anteil beiträgt.

## Weisungen, Startliste

abrufbar unter [www.solv.ch](http://www.solv.ch) oder werden auf Wunsch (durch Mehreinzahlung von CHF 5.-) per Post zugestellt

## und Rangliste

## Besonderes

Musterlauf vor dem Start für die Elitekategorie

Kinderhort: Anmeldung per Email bis Mittwoch 27. Juni 2007 an die Auskunft

Bei sehr schlechten Wetterbedingungen Absage vorbehalten.; bitte am Samstag 30. Juni 2007 ab 17.00h SOLV-Forum ([www.solv.ch](http://www.solv.ch)) konsultieren.

## Auskunft

Anders Widén, Breitenstrasse 24, 8910 Affoltern am Albis, Tel: 076 444 86 11, e-mail: [anders.widen@rhen.ch](mailto:anders.widen@rhen.ch)

## Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Die Organisatoren lehnt jede Haftung ab.

## Übernachtung

Bitte beachte, dass während diesem Wochenende auch das Bündner / Glarner Schwingfest in Davos stattfindet. Frühe Buchung durch z.B. [www.davos.ch](http://www.davos.ch) ist deshalb empfehlenswert



Ausschreibung / Invid



# Abend-Orientierungsläufe Cuorsas d'orientaziun da la saira



für Anfänger und Fortgeschrittene/per principiants ed avanzos



1. Lauf Donnerstag, 7. Juni 2007, St. Moritz, Jugendherberge
  2. Lauf Donnerstag, 21. Juni 2007, Punt Muragl, Tankstelle
  3. Lauf Freitag, 29. Juni 2007, Pass dal Fuorn, Passhöhe
  4. Lauf: Donnerstag, 5. Juli 2007, Cinuos-chel, Bahnhof
  5. Lauf: Donnerstag, 19. Juli 2007, Surlej, PP Brücke
  6. Lauf: Donnerstag, 2. August 2007, St. Moritz, Olympiaschanze
  7. Lauf: Donnerstag, 16. August 2007, Celerina, Bahnhof Staz
- Infos/Resultate: [www.engadinol.org](http://www.engadinol.org)**



## Informationen/Infurmaziuns

	1. Lauf	2. Lauf	3. Lauf
Datum	Do., 7. Juni 07	Do., 21. Juni 07	Freitag, 29. 6. 07
Besammlungsort	St. Moritz, Jugendherberge	Punt Muragl, Tankstelle	Pass dal Fuorn, Passhöhe
Karte	OL Karte God da Staz 1: 10'000	OL Karte God da Staz 1: 10'000	OL Karte Pass dal Fuorn 1: 10'000
Organisation/Auskunft	Daniel Müller Tel. 081 852 39 71	Riet Gordon Tel. 081 253 68 06	Peter Mosimann Tel. 079/289 42 23

	4. Lauf	5. Lauf	6. Lauf	7. Lauf
Datum	Do, 5. Juli 07	Do, 19. Juli 07	Do, 2. 8 07	Do, 16. 8 07
Besammlungsort	Cinuos-chel, Bahnhof	Surlej, Brücke	St. Moritz Olympiaschanze	Celerina Bahnhof Staz
Karte	OL Karte Chapella 1: 10'000 (Laserkopie)	OL Karte God Surlej 1: 10'000 (Laserkopie)	OL Karte God Surlej 1: 10'000 (Laserkopie)	OL Karte God da Staz 1: 10'000
Organisation/ Auskunft	Jan Kamm Tel. 081 850 11 44	Peter Mosimann Tel. 079/289 42 23	Daniel Giger Tel. 081 834 55 75	Riet Gordon Tel. 081 253 68 06
Anmeldung Startgeld Kategorien  Start Zielschluss Auswertung Preise	<p>Jeweils 18.00 -19.00 Uhr Erwachsene Fr. 6.-, Kinder bis 16. Jahre Fr. 3.- Schwarz: technisch schwer, ca. 7 km Rot: technisch schwer, ca. 5 km Grün: technisch einfach, ca. 5 km Blau: technisch einfach, ca. 3 km</p> <p>Jeweils 18.10 – 19.15 Uhr Jeweils 20.45 Uhr SPORTident (Ausleihe möglich) Ranglisten: <a href="http://www.engadinol.org">www.engadinol.org</a> Bei mindestens vier Teilnahmen. Hauptpreis: Zwei Wellnesseintritte ins Hotel Kempinski</p>			

### Weitere Startmöglichkeiten in Graubünden

Lauf	Datum	Auskunft
37. Bündner OL Weekend in Ftan und Davos (Flüelapass)	30. Juni/1. Juli 2007	Nur mit Anmeldung bis am 18. Juni 2007 Auskunft: <a href="http://www.solv.ch/olg-davos">www.solv.ch/olg-davos</a>
38. Bündner OL Weekend in Arosa	4. /5. August 2007	Anmeldung am Lauftag möglich Auskunft: <a href="http://www.solv.ch/olg-chur">www.solv.ch/olg-chur</a>



## AUSSCHREIBUNG

**Clubwochenende im Emmental, Samstag/Sonntag 22./23.  
September 2007**

In der Nähe von Langnau, mit Wettkampfbühnen in Bowil, finden am oben erwähnten Wochenende der 5. Nationale OL A und am Sonntag die Schweizer Einzel-OL-Meisterschaft (EOM) statt. Der Vorstand der OLG Chur hat diesen Anlass als Clubweekend vorgeschlagen und die GV hat ihre Zustimmung erteilt und im Budget gleichzeitig einen Kredit von Fr. 2'000.-- gesprochen

Sofort nach der GV begann ich mit der Suche nach einer Unterkunft. Es war sehr schwierig, etwas zu finden, da bereits viele Gruppenunterkünfte ausgebucht waren. Gerne hätte ich euch wieder etwas ähnliches, wie das Ferienheim "Bergfried" in Kandersteg angeboten. Nun, dieses Jahr wird es sehr viel einfacher sein! Wir schlafen in der Zivilschutzanlage des Kirchgemeindehauses in Langnau (Schlafsäcke erforderlich). Das Nachtessen und Frühstück nehmen wir im Gasthaus Bären, in unmittelbarer Nähe der Zivilschutzanlage ein.

**Anmeldung** für die Unterkunft bis spätestens **31. Juli 2007** (schriftlich an Ruth Wolf, per e-mail [ruth.wolf@hispeed.ch](mailto:ruth.wolf@hispeed.ch) oder mit FAX 081 354 13 15). Bitte teilt mit, ob ihr mit dem ÖV oder PW reisen werdet, damit Abklärungen betreffend Kollektivbillet gemacht werden können.

Die Angemeldeten erhalten zu einem späteren Zeitpunkt ein Programm mit weiteren Angaben.



**www. s-sport.ch**

**Wir rüsten *Dich* aus.**  
**Ob Laufschuhe, Shirts oder Trainer,**  
**bei uns bist Du an der *richtigen Adresse.***

*Übrigens! Bei uns gibt's jeden Monat attraktive Preise zu gewinnen!*

**Die aktuellen Wettbewerbsfragen findest Du in unserem Online-Shop: [www.s-sport.ch](http://www.s-sport.ch)**

Sport Schafflützel/S-Vertriebs AG, Kempptalstrasse 29, 8308 Illnau, Tel. 052-347 27 47, Fax 052-347 27 45, E-mail: info@s-sport.ch

## Ski-OL WM 2007 in Moskau



Bericht von Yvonne Gantenbein

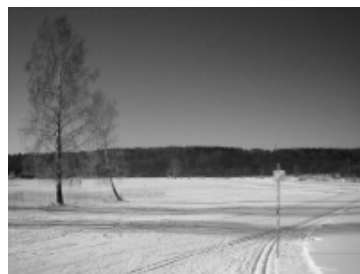
Ende Februar 2007 reiste ich zum fünften Mal für Ski-OL-Rennen nach Russland. Beim ersten Mal im Jahre 1998 war ich die Teamjüngste. Unerfahren und ohne Erwartungen flog ich damals nach Moskau.

Inzwischen bin ich die Teamälteste und stand vor meiner vierten Teilnahme an einer Elite-WM. Meine besten WM-Resultate waren bisher zwei 16. Plätze über die Mitteldistanz. Mein gesetztes Ziel für diese WM: immer in den ersten 20 rangiert sein und einmal die top15 „knacken“.

Die Meisterschaften fanden nur 20 Autominuten vom Flughafen Moskau entfernt statt. Wie wir es uns gewohnt sind in Russland dauerte es jedoch nach der Landung lange, bis wir in unserem Hotelzimmer ankamen: Zwei Stunden! Erst warteten wir am Flughafen, dann im Hotel. Warum wusste niemand. Für solche Fälle habe ich immer ein Buch, eine

Trinkflasche und etwas zu essen dabei.

Unser Hotel glich einer Baustelle, es war mit einem Gerüst eingekleidet, einige Bodenplatten fehlten, Baulärm war zu hören und eines Morgens gab es kein fließend Wasser. Unser eigentliches Hotel war kurzfristig für einen Kongress vergeben worden, schliesslich boten diese Leute mehr Geld als wir Ski-O-Läufer. So wurden wir, ohne es zu wissen, in ein anderes Hotel eingeteilt. Viel besser als 1998 war jedoch das Essen. Gab es damals noch die ganze Woche Kartoffeln und Fleisch (auch zum Frühstück!) hatten wir mit einem Salatbuffet, Pasta, Reis und Kartoffeln doch reichlich Abwechslung.



Sonnenschein bei -25°C

Die Birkenwälder um Moskau sind meist flach und mit einigen steilen Gräben durchzogen. Uns empfingen kalte -20°C. Dafür waren die ersten Tage sonnig, was ich in diesem Land noch nie erlebt habe.

Die Eröffnungsfeier fand draussen statt. Wie immer in Russland erhielt jede Nation als Willkommensgeschenk ein wunderschön verziertes Brot, in dem in der Mitte Salz liegt.



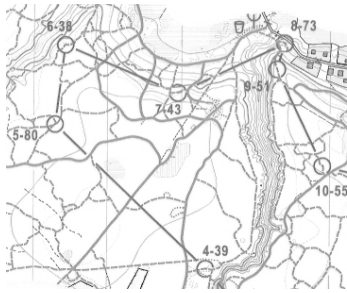
Brot mit Salz

Als erstes Rennen wurde der Sprint ausgetragen. Beim morgendlichen Footing mit aktivierender Musik in den Ohren spürte ich die -25°C Kälte deutlich.

Das Footing ist eines meiner „Rituale“, die ich vor einem wichtigen Wettkampf anwende, um mich mental optimal auf die folgende Leistung einzustellen. Ein weiterer „Trick“ ist die kalte Dusche. Damit sage ich meinem Körper: „heute ist es wichtig, dass du voll parat bist“.

Trotz eines grösseren Fehlers (beim Vorauslesen auf der Karte übersah ich eine Spur im Gelände) wurde ich im Sprint 16., egalisierte also mein bisher bestes WM-Resultat. Damit wusste ich, dass in dieser Woche mehr drin liegen würde, laufe ich doch sonst kartentechnisch sauber.

Am Tag darauf folgte die Langdistanz, die als one-man-relay mit Massenstart ausgetragen wurde. Mir gelang ein wirklich gutes Rennen, ein 15. Platz bestätigte dieses Gefühl. Endlich hatte ich die Top 15 geknackt!



Ausschnitt aus der Langdistanz-Karte

Nach der Langdistanz war der Ruhetag eine willkommene Erholungszeit. Unser Wachsmann Juri Burlakov, ein gebürtiger Russe der heute im Zürcher Oberland wohnt, machte mit uns eine Stadtführung durch Moskau. Er zeigte uns den „roten Platz“, der seinen Namen von den vielen Hinrichtungen hat.



Basilius-Kathedrale (roter Platz)

Wir schauten uns eine Wachablösung vor dem Kreml an, die wegen der Kälte jede Viertelstunde stattfindet. Danach waren wir im teuersten Shoppingcenter der Welt. Ein Kaffee mit Kuchen kostete umgerechnet satte 25 Franken! Eine Fahrt mit der Metro war das abschliessende Erlebnis in Moskau.

Erst wollte unser Trainer Thierry nicht mit in die Stadt kommen, da er ans tägliche Meeting der Teamleader musste und eine Fahrt aus der Stadt

wegen dem grossen Verkehrsaufkommen lange dauern kann. Juri versicherte, dass er rechtzeitig einen Transport organisieren werde und er auch mit in die Stadt kommen solle. Und siehe da: Thierry wurde mit einem Streifenwagen abgeholt und mit Blaulicht quer durch die Stadt ans Meeting gefahren (Juri war selber Langläufer und einer seiner Olympia-Staffelkollegen arbeitet heute im Parlament...)!

Tags darauf fand die Mitteldistanz statt. Ich hatte mir nochmals viel vorgenommen. Doch bis es endlich losging hatte ich noch Einiges wegzustecken: Erst erwachte ich alles andere als fit. Ich hatte Halsschmerzen.

„Vergessen“ war die Devise, war es doch das letzte Rennen dieser WM und zugleich das letzte der Saison. Als Spätstartende wartete ich vor dem Hotel auf den letzten Bus ins Wettkampfbereich. Als 15 Minuten nach der eigentlichen Abfahrtszeit immer noch kein Bus in Sichtweite war, verständigte ich mich mit der Hotelreceptionistin mit Händen und Füssen. Wenige Minuten später stand ein Bus da, zusammen mit einem Streifenwagen. Mit Blaulicht-Eskorte fuhren wir auf der linken Fahrbahn die stehenden Autos überholend, dann verkehrt rum um den Kreisel ins Stadion. So pressant hätte ich es auch nicht gehabt... Die Helfer

am Start machten bei mir einen Fehler und gaben mir die Karte statt einer Minute nur wenige Sekunden vor dem Start. Immerhin konnte ich rechtzeitig starten. Mit dem Piepston des Startsignals liess ich alles Vergangene hinter mir und lief ein konzentriertes fehlerfreies Rennen.



Unterwegs bei einem Posten  
Ein 14. Platz war das Resultat, das beste einer Schweizerin seit 1984. Vor mir waren nur Russinnen und Skandinavierinnen klassiert.

Den krönenden Abschluss der WM bildete die Staffel. Die Schweizer Männer erreichten die Bronze-Medaille! Da nur zwei Schweizerinnen für die WM selektioniert waren gab es keine Frauenstaffel. Doch die Medaille der Herren entschädigte für alles, die Freude der „kleinen Schweizer“ war riesig.



Bronzestaffel mit Christian Hohl, Boris Fischer und Christian Spoerri

# KAZU Ostschweiz

## Anfahrt und Trainings am 10. März 2007

Ohne böses zu ahnen stiegen wir am Morgen des 10. März in das von uns gemietete „Büssli“ und fuhren Richtung Appenzell, wo wir Philipp und Sarah abholen wollten. Doch Philipp und Sarah mussten sich gedulden, denn wir mussten kurzerhand an einer Ausfahrt unfreiwillig unser „Büssli“ stehen lassen. Nun was war geschehen? Plötzlich bekamen wir mit der Kupplung Probleme bzw. Gaby konnte mit der Kupplung nichts mehr anfangen, denn diese klemmte und wir wurden gezwungen einen frühen Halt einzulegen d.h. nach 40 Minuten. Nur blöd, dass am gleichen Tag bei dieser Ausfahrt viele Pferdetransporter an uns vorbeifahren mussten, doch glücklicherweise haben dies alle geschafft. Da wir uns selbst nicht helfen konnten mussten wir den „Büsslivermieter“ anrufen und ihm klarmachen, dass wir ein neues „Büssli“ brauchen. Tatsächlich kam das neue „Büssli“ nach etwa 50 Minuten und wir konnten weiterfahren. Als wir so 30 Minuten an der Ausfahrt standen kam dann auch noch ein Zöllner und sagte uns, dass wir nicht unbedingt praktisch stehen würden. Nach den Erklärungen unsererseits gab er sich zufrieden und zeigte uns noch die Wand eines Hauses in das erst kürzlich ein Auto bei einer Nachtaktion unfreiwillig eindrang.

Nun gut wir konnten Philipp und Sarah sagen, dass wir bald bei ihnen sind. Ohne Probleme kamen wir dann an unser Ziel und wir waren nicht wenig überrascht, dass im Appenzell 20 cm Schnee lag und dass es heute ein Tag für die guten Spurenleser wird☺. Es war für die meisten eines



der ersten Kartentrainings in dieser Saison, umso mehr machte es bei strahlendem Wetter und Schnee Spass. Die Trainings auf der Karte Hirschberg waren hervorragend geeignet, um wieder das Gefühl für die Karte zu bekommen. Nach zwei Runden im Schnee fuhren wir Richtung St.Gallen und quartierten uns in der Jugendherberge ein. Nach dem Duschen und Kleider aufhängen ging es an die Raubtierfütterung und es hat uns allen geschmeckt. Nach einer Auswertung kamen die Jungen noch in den Genuss von erstklassigem Eishockey. Erich hat sich's auf dem Sofa gemütlich gemacht und plötzlich haben wir gemerkt, dass er eingeschlafen war, doch das ist auch verständlich nach zwei harten Trainings.

## **Trainings und Rückfahrt am 11. März 2007**

Heute machten wir den Tannenberg unsicher. Heute zwar ohne Schnee, aber mit einer kalten Biese die ein Aufenthalt im Freien nicht wirklich angenehm machte. Das heutige Training war super und es hat allen gut gefallen. Da es so kalt war gingen die einen schon mal ins Restaurant und der Rest sammelte noch die Posten ein. Dieser Tag war

nicht so aufregend wie der erste doch ich glaube das war allen recht und vor allem Corina war sicher froh, dass sie nicht noch einmal ein neues „Büssli“ organisieren musste. Die Heimfahrt verlief reibungslos und wir kamen erschöpft und zufrieden in Chur an.

So danken wir allen die dieses TW möglich gemacht haben.



# Trainingslager Ostern, Solothurn

## Freitag: (Véronique Ruppenthal)

Wieder einmal fand über Ostern ein wunderschönes Trainingslager des Kaders statt. Bei der Besammlung am Bahnhof freuten wir uns auf vier



tolle Tage in Solothurn. Doch beim besteigen unseres „geliebten“ Theus - Büsslis hatten die meisten schon ein mulmiges Gefühl im Bauch, mussten wir doch letztes Mal wegen einer Panne eine geschlagene Stunde auf der Autobahnausfahrt warten, bis wir endlich befreit wurden... Aber ganz optimistisch, wie wir ja immer sind, machten wir uns bereit auf eine längere Fahrt. Schliesslich kamen wir am abgemachten Parkplatz an und trafen dort das Tessiner Kader. Nach einer zu aufwendigen Begrüssungszeremonie assen wir unseren mitgebrachten Lunch und bald ging es los mit dem ersten Training auf der Karte „Rappenkopf“, bei dem es drei verschiedenlange Bahnen gab. Es ging darum, die Grob-

/Feinorientierung zu trainieren. Kurz nachdem wir ins Ziel kamen, liess uns Corina auf der anderen Seite der Strasse zu einem „kurzen“ Sprint starten. Es war ein Lauf auf Zeit. Da die Startintervalle kurz waren, gab es viele Trams. Schliesslich waren alle im Ziel und wir fuhren los um unser neues Heim für die nächsten drei Nächte in Beschlag zu nehmen. Wir wurden in ein Frauen- und in ein Männerzimmer aufgeteilt. Sofort schnappte sich jeder eine (oder mehrere) Matratzen und besetzte für sich den besten Schlafplatz. Die Küchenmannschaft fing schon bald an zu kochen und wir anderen wurden zum Stretching mit Annetta gerufen. Danach assen wir alle zusammen die Pasta mit Tomatensauce und nach dem Auswerten und dem sonstigen Zusammensein, gingen wir schlafen.





### **Samstag: (Cornelia Camathias)**

Heute Samstag fing der Tag für unser Trainer Team schon um 2:30 Uhr an. Sie mussten in einer anderen Hütte für Ruhe sorgen, da ihnen das nicht gelang, bekamen die anderen



noch Besuch von der von uns alarmierten Polizei. Dies bekamen jedoch nicht alle mit.

Nach dem Frühstück brachen wir zum Kompasslauf auf. Währenddessen war das Tessiner Büssli einkaufen, da sie aber mit dem Büssli nicht in die Tiefgarage kamen, parkierten sie draussen. Bei ihrer Rückkehr erwartete sie die Securitas. Aber mit einem Osterhasen an die Parkplatz-Besitzerin war die Sache erledigt.

Da ich nach einem Sturz am Nachmittag nicht mehr mitmachte und mit Simon und Metz bei den Büsslis blieb, verpasste ich leider nicht nur Staffelstarts sondern auch den Feuerwehr-Einsatz. Die anderen hatten eben nicht nur Posten

gefunden sondern auch ein kleines Feuer. Wieder im Pfadiheim wurde

Fussball gespielt, gedehnt, gegessen und ausgewertet. Aber das Beste des Tages kam für die Meisten erst noch: Der Eishockeymatch SCB gegen den HCD.

### **Sonntag: (Sabine Egli)**

Auch an Ostern hatten die Leiter kein Mitleid mit uns und wir mussten schon um 7.30 Uhr aus den Federn. Gestärkt traten wir den Langstrecken-OL an. Es gab je eine lange-, mittlere- und kurze Bahn. Ich absolvierte die kurze, welche aber trotzdem einige Routenwahlen aufwies. Doch was wäre Ostern ohne Osterhasen und Eier. Darum wurden wir am Nachmittag in Zweiergruppen eingeteilt, um uns beim Osterhasen-OL oder auf Italienisch „Caccia al coniglio“ zu beweisen. Es mussten abwechslungsweise zwei Posten auswendig angelaufen werden und der Buchstabe beim Posten notiert



werden. Mit allen Buchstaben musste ein Wort gebildet werden. Das Siegerteam wurde mit einem Schokihasen ausgezeichnet, welchen es grosszügig teilte. Abends wurden wir mit einer vorzüglichen Gaumenfreude beglückt. Zu etwas

späterer Stunde veranstalteten wir noch eine kleine Disco, von welcher ich mich jedoch bald verabschiedete um das Bett aufzusuchen.

**Montag: 09.04. (Sabine Egli)**

Véronique und ich standen schon eine Stunde vor den anderen auf, um uns heimlich (nur Cornelia wusste davon) zum morgendlichen Training aufzumachen. Die am Vortag vereinbarte Strecke war glücklicherweise nicht all zu steil. Pünktlich zum Frühstück waren wir wieder zurück. Nach dem Frühstück gings ans Putzen. Nach getaner Arbeit machten wir uns zum letzten Training auf, die Meisterprüfung. Beim letzten Training mussten wir die wieder aufgefrischten Taktiken,

einen Posten anzulaufen, anwenden. Das Mittagessen bestand aus allen möglichen Sachen, die wir in den letzten Tagen noch nicht verspeist hatten. Gesättigt verabschiedeten wir uns vom Tessiner Kader und machten uns auf den Heimweg, welcher uns noch Umstände bescherte. Immer wenn wir auf der Autobahn beschleunigten, erklang ein seltsames Geräusch, welches wir mit lauter Musik übertönen wollten. Doch als eine Frau im Wagen nebenan wild zu gestikulieren begann und es im Büssli allmählich komisch roch, wurde es uns zu bunt. Fluchtartig verliessen wir die Strasse bei der Raststätte in Würenlos. Beim Aussteigen bemerkten wir erst den



# Plauschwoche 2007



Wie jedes Jahr in den Frühlingsferien fand im April die Plauschwoche in Chur und Umgebung statt. Obwohl die Schulen der einzelnen Dörfer nicht zur gleichen Zeit Ferien hatten und die Emser nicht dabei sein konnten, waren rund 30 Kinder, Jugendliche und Eltern im Wald unterwegs. Aufgeteilt in eine Anfänger- und eine Fortgeschrittenengruppe konnte jeder etwas erleben: Die Anfänger er- oder überlebten ihren ersten Einzel- OL während einige Fortgeschrittene zum ersten Mal selber Posten setzten oder die Challenge bei einer eher schwierigen Bahn suchten. Als Highlights dieser Woche (zumindest aus sportlicher Sicht) kann sicher der allseits beliebte Schleckmaul- OL oder die Schlussstaffel genannt werden.

Nochmals herzlich Gratulation an

Rauch, der unter dem Büssli hervorqualmte. Corina fing die vorbeifahrende Polizei ab, welche uns einen netten jungen Herrn vom TCS schickte. Leider konnte er das Leid des Theus Schrottkarren auch nicht lindern und wir wurden nach Dietikon abgeschleppt. Dieser kleine Abstecher kostete uns satte 300 Fr. (Herr Theus ist nicht Mitglied beim TCS!), aber was solls er wird ja für die Unkosten aufkommen und dazu noch alle Bahnbillete nach Chur bezahlen müssen. Von nun an ging unsere Reise nämlich mit dem Zug weiter. Ca. zwei Stunden nach geplanter Ankunft sind wir müde aber unversehrt in Chur eingetroffen. Nun möchte ich mich noch bei allen Leitern ganz herzlich für das tolle und lehrreiche Osterlager bedanken.



unsere Sieger- Staffel mit Gianna, Nina und Lisha!

Doch nicht nur OL- technisch war einiges los während dieser Woche. Das Wetter meinte es erneut sehr gut mit uns OL- Läufern. Es scheint ganz so, als ob Petrus auch gerne mal an der Plauschwoche teilnehmen würde! So konnten wir die Mittagszeit mit verschiedenen Aktivitäten verkürzen. Essen, mit Hilfe eines Brunnens den ganzen IIs Aults- Wald unter Wasser setzen,



Fussball spielen oder die neuen Kollegen besser kennenlernen und Freundschaften vertiefen sind nur einige davon. Nicht zu vergessen auch der Mittags- Cup, bei dem die Teilnehmer in Viererteams unabhängig von den gewöhnlichen Gruppen durchmischt wurden und verschiedene Aufgaben zu bewerkstelligen hatten. Für einige

Lacher sorgten zum Beispiel das Tannenzapfensammeln, oder auch der Auftrag, möglichst viele verschiedene Dinge aus dem Wald mitzubringen. So konnten auch Entdeckungen gemacht werden, für die man während einem normalen OL (zumindest die Meisten unter uns) kaum Zeit hat.

Zum Schluss bleibt mir nur einen herzlichen Dank an unsere fleissigen Postensetzer (Cornelia, Sabine, Ralf, Esther und Willi) auszusprechen. Vergessen darf ich natürlich auch nicht Claudia W. und Heidi, welche die ganze Woche die Anfänger in unseren Sport einführten. Ich freue mich bereits auf eine ebenso tolle Plauschwoche 2008, hoffentlich erneut mit so vielen motivierten Neueinsteigern und alten Hasen!

Romina Ferrari

# sCOOL! - NEWS

## sCOOL - Karten: Die perfekte Grundlage für den OL in der Schule!

„Was ist eine richtige OL-Karte? Warum darf ich nicht ins olivgrüne Gebiet? Was bedeuten die grünen Blümchen und Sternchen auf dem Schulhaus-Spielplatz? Was heisst sCOOL?“ - Fragen über Fragen.

„Machen wir richtig OL?“, wollen die Schülerinnen und Schüler wissen.  
„Ja klar! Mit einer richtigen Karte, mit richtigen Posten, mit SPORTident.“



Wenn wir Lehrkräfte und Kinder für unsern Sport begeistern wollen, dann ist „nur das Beste“ gut genug. Deshalb wurden 2006 und 2007 für die Etappen der sCOOL-Tour de Suisse und die sCOOL-Anlässe der OLG Chur die Karten Celerina, Felsberg, Flims, Lenzerheide, Trimmis, Tuma Platta und das Montalinschulhaus in Chur auf den neusten Stand gebracht.



Kartenlesen und Sport sind in Graubünden Themen im Lehrplan der 4. Klasse. Darum hat der Orientierungslauf auch in der Ausbildung der Lehrpersonen seinen Platz. Nach dem Umbau der Pädagogischen Hochschule im kommenden Sommer werden wir die sCOOL-Karte fertig stellen, damit die zukünftigen Lehrpersonen von Anfang an „richtigen OL“ machen.



Seniorenport OL? Trail-O? Was beim SOLV ein Thema ist, wird in der OLG Chur bereits umgesetzt. Schon zum 2. Mal haben sich die Bewohnerinnen und Bewohner der Alterssiedlung Kantengut mit *ihrer* sCOOL-Karte auf Postensuche gemacht. Nicht die Siegerzeit, sondern der Spass, die Bewegung und die Gemeinschaft waren bei diesem Anlass das Wichtigste. Wenn die Senioren den Postenstandort beim Geissenstall, am Teich und bei der Rutschbahn erkannt hatten, waren die Helfenden mit Rollstuhlschieben gefordert. Das nächste Mal benutzen vielleicht Kinder aus dem Schulhaus Masans oder angehende Lehrkräfte die sCOOL-Karte Kantengut .....

Miss sCOOL Christina Wehrli



Fotos:  
Ruth Wolf

# Zebakäs

## OLG Chur-Necessaire beliebt

Das OLG-Necessaire, das die erfolgreichen Nachwuchsläufer des letztjährigen Herbstcup als Preis erhielten, scheint sehr beliebt zu sein. Während des NWK-Lagers in Solothurn mussten sich drei sogar merken, auf welcher „Etage“ ihr Necessaire gelagert ist...

## Grosse Autozug-Reservation

Die Gruppenreservation für die Clubreise nach Slowenien umfasste 7 Autos und 32 Personen. Im SBB-Reisebüro war die Angestellte ziemlich erstaunt über die grosse Reservation und musste zum Schluss mit einem leichten Kopfschütteln zugeben: „Also eine Gruppenreservation für den Autozug – das habe ich wirklich noch nicht gehabt!“

## In welchem Kanton sind Sie?

Nachdem sie während des Postensetzens im Pfaffenweiher einen Mottbrand entdeckt hatte, wollte Annetta dies der Feuerwehr mitteilen. Diese wollten zuerst wissen, in welchem sie sich denn befinde. Nach der prompten Antwort „Solothurn“ (schliesslich war man ja in Solothurn im Lager), meinte die Feuerwehr, dass sie Annetta in diesem Fall mit der Feuerwehr Solothurn verbinden müsse. Da erinnerte sich Annetta wieder an die Erdwälle mit den Grenzsteinen, die quer durch den Pfaffenweiher verliefen und die Kantonsgrenze markierten. Ein Blick auf die OL-Karte brachte Klarheit: Der Brand befand sich 150 m neben der Kantonsgrenze im Kanton Bern...



**Bieler Sport Bonaduz**  
run bike nordic

7402 Bonaduz | Tel. 081 650 20 50  
www.bielersport.ch | bieler@bielersport.ch