

# CHALCHOFA

## CLUBORGAN DER OLG CHUR

- 4 -

### Redaktion

---

**Madlaina Schaad**  
Giacomettistr.112  
7000 Chur  
081/353 16 66

**Annetta Schaad**  
Giacomettistr.112  
7000 Chur  
081/353 16 66

**Walter Büchi**  
Voa Principala 14  
7077 Valbella  
081/353 95 49

Berichte bitte an **chalchofa@gmx.ch**

Der „Chalchofa“ erscheint sechs mal jährlich.

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe **Freitag 2. Sept. 2005**

<b>Infos</b>	Mutationen	2
	Termine	2
	News	3
	Sport rauchfrei	5
	Ausschreibung Bündner OL Weekend	6
	Ausschreibung Vaduz, Weesen	8
	Ausschreibung Arge Alp	9
<b>Internationales</b>	Jugend-EM Šumperk	10
	Pfingstweekend Trivigno	14
	Junioren-WM und 5 Giorni Tenero	16
<b>Nachwuchs</b>	Trainingslager des NWK im Tessin	22
	Rangliste Jugendmeisterschaft GR/GL	24
	NWK-TrainerIn gesucht	25
<b>Mitteilungen</b>	Heiratsanzeige	26
<b>Zebakäs</b>	Archiv	27
	Zebakäs	28



## Mutationen

### Neueintritte

Luca Berger, 1993, Via Plauncas 5, 7403 Rhäzüns  
Daniel Schürch, 1994, Chrüzgasse 22, 7203 Trimmis, 081 353 48 59  
Fabian Joos, Montalinstr. 12a, 7203 Trimmis  
Pia Graf, Adlerweg 3, 7000 Chur  
Vivian Kleger, 1997, Hauptstr. 106, 9052 Niederteufen, 071 333 37 33  
Nadja Ryffel, 1992, Chrüzgasse 22, 7203 Trimmis  
Aline Erhart, 1992, Galbutz 11a, 7203 Trimmis

### Adressänderungen

Philipp, Sarah, Gian-Reto Kleger, Hauptstr. 106, 9052 Niederteufen, 071 333 37 33  
Martha Federspiel, Kundmatt 742, 4245 Kleinlützel, 061 771 90 72  
Urs Krähenbühl: kraehenbuehl1@econophone.ch  
Romina Ferrari: rominaferrari@hispeed.ch

## Termine Juli-September 2005

### Regional:

Dienstags	OLG-Kartentraining	<a href="http://www.solv.ch/olg-chur">www.solv.ch/olg-chur</a>	Chalch 05/2
6./7. August	Bündner Weekend	<a href="http://www.solv.ch/olg-davos">www.solv.ch/olg-davos</a>	Chalch 05/4
20. August	OL für alle, Vaduz	<a href="http://www.solv.ch/olg-chur">www.solv.ch/olg-chur</a>	Chalch 05/2
27. Sept.	offenes Abendtraining, Sand	<a href="http://www.solv.ch/olg-chur">www.solv.ch/olg-chur</a>	Chalch 05/2
3. Sept	OL für alle, Fürsti	<a href="http://www.solv.ch/olg-chur">www.solv.ch/olg-chur</a>	Chalch 05/2
14. Sept.	Churer OL-Schüali	Infos bei Nina	

### National:

29.-31. Juli	Aargauer 3-Tage-OL	<a href="http://www.bussola-ok.ch/3tageol2005">www.bussola-ok.ch/3tageol2005</a>	
27. August	Sprint-SM SPM, Herisau	<a href="http://www.solv.ch/spm-mom05">www.solv.ch/spm-mom05</a>	
28. August	Mittel-SM MOM, Gais	<a href="http://www.solv.ch/spm-mom05">www.solv.ch/spm-mom05</a>	
11. Sept.	Lang-SM EOM, Solothurn	<a href="http://www.eom2005.ch">www.eom2005.ch</a>	
17. Sept.	Nacht-SM NOM, Schwyberg	<a href="http://www.olcskog.ch/nataplus">www.olcskog.ch/nataplus</a>	
18. Sept.	A** Burgerwald	<a href="http://www.olcskog.ch/nataplus">www.olcskog.ch/nataplus</a>	
25. Sept.	Zürcher Mannschafts-OL	<a href="http://www.zuercherol.ch">www.zuercherol.ch</a>	
2. Oktober	A** Dietikon		
8./9. Okt.	Arge Alp, Lombardia	<a href="http://www.argealp2005.it">www.argealp2005.it</a>	Chalch 05/4

### Meldeschluss:

25. Juli	Bündner Weekend 5./6. August, über <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a>
2. August	Appenzeller Weekend 27./28. Aug., bei Wetzsteins (über <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a> bis 8. Aug.)
4. August	EOM 11. Sept., bei Wetzsteins (über <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a> bis 16. Aug.)
11. August	NOM 17. Sept., bei Wetzsteins (über <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a> bis 26. Aug.)
22. August	A** Burgerwald über <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a>
26. August	Arge Alp, bei Werner Wehrli
ca. 5. Sept.	A** Dietikon
7. Sept.	Churer OL-Schüali
12. Sept.	Zürcher Mannschafts-OL

## News

### Philipp Jugendeuropameister!

Philipp Sauter hat an der Jugend-EM Ende Juni in Sumperk (CZ) zusammen mit Martin Hubmann und Matthias Kyburz die Goldmedaille in der Staffel gewonnen. Matthias übergab zusammen mit dem Ungarn an der Spitze. Philipp lief darauf hin Bestzeit und konnte mit über drei Minuten Vorsprung an Martin übergeben. Dieser konnte den Vorsprung sogar auf über fünf Minuten ausbauen. Herzliche Gratulation! In den beiden Einzelläufen lief es Philipp weniger gut. Im Sprint kostete ihn ein Fehler eine Minute und er platzierte sich mit vierzig Sekunden Rückstand auf das Podest auf Rang 16. Über die Mitteldistanz fiel Philipp nach mehreren Fehlern auf Rang 26 von über 80 Teilnehmern zurück.

Einen Bericht von Philipp zur Jugend-EM findest du auf Seite 10.



*Martin, Philipp und Matthias freuen sich sichtlich über ihren Sieg. (Foto Ari Lüthi)*

### Sieg für Lechners

An der Laufparade zeigten einige Mitglieder, dass sie auch im Laufen schnell sind. In der Kategorie Familie siegten Michael, Ladina und Karl Lechner. Ruth, Philipp und Sarah Kleger wurden in derselben Kategorie Vierte. Einen weiteren Sieg durfte Fabio Lechner mit seinen zwei Kollegen in der Kategorie Schüler 2 feiern. Auch in der Hauptkategorie Racer schlugen sich die OLG-ler gut. Yvonne Gantenbein, Ursi Ruppenthal und Corina Lüscher erreichten den guten dritten Platz. Adrian Puntschart, Thomas Popp und Thierry Jeanneret wurden Siebte.

In der Kategorie Schülerinnen 1 platzierte sich Michelle Ruppenthal mit ihren beiden Kolleginnen auf dem dritten Rang. Bei den Schülerinnen 3 wurde das reine OLG Chur-Team mit Véronique Ruppenthal, Flavia Diggelmann und Nadia Ryyfel Vierte.



### **sCOOL-Bronze für Véronique und Flavia**

Véronique Ruppenthal und Flavia Diggelmann (Schulhaus Tuma Platta Domat/Ems) haben am sCOOL-Cup-Final in Bubendorf in der Kategorie B (Mädchen 5./6. Klasse) den 3. Rang erreicht. Für diesen Final, der in den Schweizerischen Schulsporttag integriert war, haben sich jeweils die Sieger des Bündner sCOOL-Cups selektioniert.

### **Yve 13. am Graubünden Marathon**

Am Graubünden Marathon von Chur aufs Rothorn wurde Yvonne Gantenbein sehr gute 13. Vorstandsmitglied Walter Büchi erreichte bei den Herren den 95. Rang. Beim Rothorn Run (Lenzerheide – Rothorn) wurde Sabin Schlatter Sechste.



### **OLG Chur/Glarner OLG verteidigt SOM-Gold**

Ursi Ruppenthal, Brigitte Wolf und Angela Wild (Glarner OLG) konnten ihren Staffel-Schweizermeistertitel vom Vorjahr (damals in der Besetzung Wolf, Wild und Monika Zimonyi) erfolgreich verteidigen. Die drei Südostschweizerinnen siegten mit über vier Minuten Vorsprung.

*Ursi, Angi und Brigitte laufen zu Gold ein.*



Ebenfalls stark liefen unsere Junioren. David Ruedlinger (OLK Rafzerfeld), Simon Egli und Simon Sauter mussten sich erst im Zielsprint geschlagen geben. Um neun Sekunden verpassten sie die Goldmedaille.

*Simon Egli und Simon Sauter freuen sich über Silber.*

### **SM-Gold für Wicki, Wegmüller und Gantenbein**

Yvonne Wicki, Caroline Wegmüller und Yvonne Gantenbein haben an der erstmals ausgetragenen Staffel-Schweizermeisterschaft im Bike-O in der Elitekategorie mit über fünf Minuten Vorsprung Gold gewonnen. Über die klassische Distanz doppelte Yve Gantenbein mit der Silbermedaille nach.

Yve hat sich für die anfangs September in Banska Bistrica (Slowakei) stattfindenden Bike-O-WM qualifiziert. Viel Glück!

### **OLG Chur gewinnt bei sport.rauchfrei**

Die OLG Chur hat beim Wettbewerb „Sport rauchfrei“ den 8. Rang in der Kategorie über 100 Mitglieder gewonnen. Dazu wurden wir einmal an einen Dienstagtraining auf Rauchfreiheit getestet. Die Urkunde und der Check findest du auf nächsten Seite.

**sport.rauchfrei**

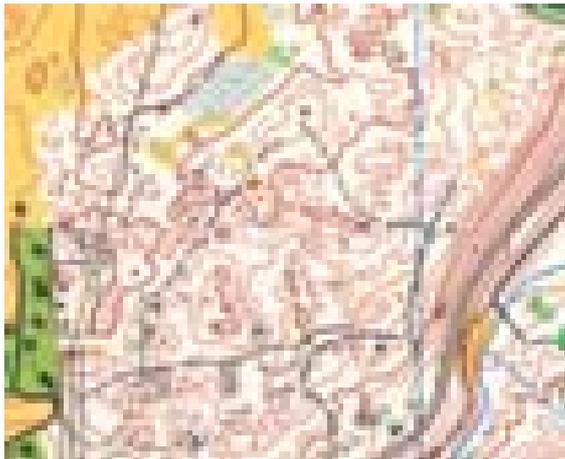


Ausschreibung/ Annonce/Announcement/Invito/Invid

## 34. Bündner OL Weekend

19. Davoser OL (41\*),  
Samstag, 6. August 2005

7. Silvaplaner OL (42\*)  
Sonntag, 7. August 2005



Zugwald 1:10'000



Überarbeitete Karte God Surlej 1:10'000

Anmeldung; [www.go2ol.ch](http://www.go2ol.ch)  
Infos: [www.solv.ch/olg-davos](http://www.solv.ch/olg-davos)





## Ausschreibung

	34. Bündner OL Weekend	
	19. Davoser OL (41*)	7. Silvaplanner OL (42*)
Datum	Samstag 6. August 2005	Sonntag 7. August 2005
Ort	Davos-Laret	Champfer
Veranstalter	OLG Davos	SC Corvatsch
Laufleiter	Urs Krähenbühl	Riet Gordon
Besammlung	Ab 12.00 Uhr Davos Laret Erster Start: 13.00 Uhr	Schulhaus Champfer, ab 8.30 Uhr Erster Start ab 9.30 Uhr
Bahnlegung/Kontrolle	Dieter Wolf/Yvonne Gantenbein, Thierry Jeanneret	Claudio Wetzstein, Jan Kamm, Claudia Wetzstein
Laufkarte	OL Karte Zugwald 1998, 1:15'000 und 1:10'000	OL Karte God Surlej, überarbeitung 2005, 1:10'000 (Laserkopie)
Auskunft	Anita und Urs Krähenbühl, Tel. 081 413 74 77 kraehenbuehl1@econophone.ch	Riet Gordon, 081 253 68 06 (abends) riet.gordon@gmx.ch
Kategorien	alle nach WO, ausser H/D20, zusätzlich: OL, OK, OM	
Anmeldung	Per Internet: <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a> bis am 25. Juli 2005	
	Anmeldung am Lauftag möglich (+ Fr. 5.-).	Beschränkte Anzahl Nachmeldungen möglich (+ Fr. 5.-) -> eingedruckte Bahnen
Startgelder	H/D 10/12/14/16/18 Fr. 10.- alle übrigen Fr. 15.- Offene Bahnen + Fr. 3.- für zusätzliche Karte	
Start	Fliegende Starliste 13.00 – 16.00 Uhr	Fliegende Startliste 09.30 bis 12.00
Parkplätze	Wenig Parkplätze, Fr. 5.- Bitte ÖV benutzen	Parkplätze ca. 1.5km zum WKZ, oder bei Signalbahn dann mit Bus bis Champfer
ÖV	Extrahalte in Davos-Laret um 11.42 und 14.42 Resp. 16.15 und 18.15	Halbstündige Busverbindungen ab St. Moritz Bahnhof (Bus Nr.1 oder 4) ab xx.08 resp. xx.36
Versicherung	Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Die Organisatoren lehnen jede Haftung ab.	
Medien	Madlaina Schaad, Giacomettistr. 112, 7000 Chur, madlainaschaad@hotmail.com	
Unterkunft	Selber organisieren oder über Davos Tourismus, 081 415 21 21 <a href="http://www.davos.ch">www.davos.ch</a> oder Kurverein Silvaplana, 081 830 60 00, <a href="http://www.silvaplana.ch">www.silvaplana.ch</a>	



## Übernachtung Bündner Weekend Davos/Champfèr

Für das nächste Bündner Weekend organisieren Schaads eine einfache Übernachtungsmöglichkeit in Filisur. Einige Betten und Matratzen sind vorhanden. Der Rest schläft auf Mätteli. Gedacht ist diese Unterkunft hauptsächlich für unsern Nachwuchs, aber auch andere Junggebliebene sind willkommen.

Kosten: 15.- inklusive Znacht und Zmorga.

Anmeldung bis Montag 1. August bei Nina Schaad (nischaad@hotmail.com, 081 353 16 66)

## OL für Alle in Vaduz

- Wann:** Sa 20.8.2005, Besammlung von 13.00 – 15.00 Uhr
- Wo:** Schulhaus Äule in Vaduz, markiert ab Vaduz Post und Parkhaus Marktplatz
- Anreise:** - **mit ÖV:** mit SBB bis Sargans oder Buchs und ab dort mit dem Bus bis Vaduz Post  
- **mit Auto:** Autobahnausfahrt Sevelen, weiter Richtung Vaduz, Gratis-Parkplätze im Parkhaus Marktplatz
- Besonderes:** Sprint-Kategorie (Siegerzeit 12'-15') für die optimale Vorbereitung auf die Sprint-SM! Einfache Organisation, mit Sport-Ident
- Auskunft:** Simon Sauter, 081 252 90 83, [simonsauter@gmx.ch](mailto:simonsauter@gmx.ch)

## 2. Städtli-OL Weesen 2005

- Datum** Mittwoch 24. August 2005
- Start** Speerhalle Weesen, 17:00 bis 20:00 Uhr
- Kategorien** Lauf A (Sportler): Damen, Herren  
eignet sich als letztes Training vor der Sprint-SM  
Lauf B (Plausch): Juniorinnen (bis 20 Jahre), Junioren (bis 20 Jahre), Damen, Herren, Gemischte Mannschaften  
Lauf C (Schüler): Schülerinnen (bis 17 Jahre), Schüler (bis 17 Jah.)  
einfacher Lauf auf dem Schulareal („sCOOL“)  
In jeder Kategorie kann als Einzelperson oder als Gruppe gestartet werden.
- Startgeld** Erwachsene: Fr. 5.00 / Person  
Jugendliche (bis 16 Jahre): Fr. 3.00 / Person  
Karte: + Fr. 2.00 / Karte  
Zuschlag bei Nachmeldung: + Fr. 2.00 / Person
- Anmeldung** bis 20.08.2005 an : Bruno Huber, Höfenstrasse 26, 8872 Weesen  
Telefon 055 616 10 81, E-Mail: [info@architektur-huber.ch](mailto:info@architektur-huber.ch)  
unter Angaben von Vorname, Name, Strasse, PLZ, Ort, Jahrgang, Kategorie

Die gesamte Ausschreibung ist unter [www.solv.ch/olg-chur](http://www.solv.ch/olg-chur) --> OLG-News (15.06.1005)





# Jugend-EM (EYOC) in Šumperk

*Philipp Sauter*

### **Mittwoch 22. Juni – Erster Anreizeversuch**

Am Mittwoch begann mein Abenteuer. Da ich morgen um halb acht in der Früh am Zürcher Flughafen sein musste, wollte ich bereits am Mittwochabend nach Zürich reisen und dort übernachten. Also fing nachmittags nach der Schule der grosse Stress an. Alle Kleider, Schuhe, Hygieneartikel, OL-Utensilien, die ID, die tschechischen Kronen und natürlich das Schwiizerfähnli einpacken. Doch erstaunlicherweise gelang mir das ziemlich schnell (ich als Teilzeit-Chaot habe daran wohl weniger Anteil als meine Mutter...), so dass ich noch in den Genuss einer Portion Pasta kam. Danach verabschiedete ich mich von meiner Familie und Papa fuhr mich zum Bahnhof.

Doch als wir auf dem Perron standen, war dort weit und breit kein Zug zu sehen und das blieb für die nächsten 10 Minuten so. Wir wechselten aufs gegenüberliegende Gleis, dort stand immerhin ein Zug. Dort teilte uns eine Zugbegleiterin mit, dass in der ganzen Schweiz auf dem Netz der SBB der Strom ausfällt. Also gingen wir mit einem mulmigen Gefühl nach Hause. Was tun, wenn morgen der Stromausfall nicht behoben ist?

### **Donnerstag 23. Juni – Reise nach und durch Tschechien**

Um halb sechs klingelte der Wecker und widerwillig stand ich auf. Glücklicherweise hatten die Ingenieure der SBB ganze Arbeit geleistet und ich kam pünktlich um halb acht in Zürich an. Doch im HB herrschte immer noch Chaos und Verspätung.

Den Flughafen erreichte ich als Allerletzter der Schweizer Delegation. Mit einer Hightech-U-Bahn fuhren wir ins wunderschöne Dock Midfield hinaus. Pünktlich um Viertel nach neun hoben wir ab und nach einer Stunde wunderschönen Fluges landeten wir sanft in Prag. Sofort kümmerten sich unsere Betreuer um das Mieten der Busse, während wir Zeit hatten herumzualbern (wobei besonders zu erwähnen ist, dass zwei Athleten die Passkontrolle mit vertauschten Pässen passierten!). Danach marschierten wir zu den drei Bussen, die übrigens fast genau gleich aussahen wie diejenigen, die wir Bündner bei unserer Reise vor vier Jahren gemietet hatten.

Uns stand nun eine fünfstündige Fahrt nach Šumperk bevor. Leider sind die tschechischen Strassen teilweise etwa so ausgebaut wie die Strasse ins Safiental, zudem sind auf der Strasse ins Safien keine „Autos“ mit 30 Stundenkilometer unterwegs. Gewöhnungsbedürftig sind auch die Leute am Strassenrand, die eine Mitfahrgelegenheit suchen. Fesselnd ist dagegen aber die weitläufige Landschaft, die von Feldern überzogen ist.

In Šumperk bezogen wir unsere Zimmer und trafen die Vorbereitungen für unser erstes Training, das wir danach schonend absolvierten. Nach dem gewöhnungsbedürftigen Abendessen sammelten wir unsere Eindrücke und gingen schlafen.

### **Freitag 24. Juni – Sprint**

Das Programm war an diesem Tag wieder einmal so voll gestopft, dass man am Abend so richtig Lust hatte schlafen zu gehen. Am Morgen liefen wir mit einem Stadtplan das Laufgebiet des Sprints ab, der dann am Nachmittag auf dem Programm stand. Ich garantiere euch, dass es schon ein spezielles Gefühl ist, alle Schlüsselstellen des Laufgebietes bereits im Voraus besichtigen zu dürfen; denn normalerweise ist das unter uns Orientierungsläufern ja verpönt. Aber um einen



Heimvorteil der Tschechen oder sonstige Chancenungleichheit zu vermeiden, hat man das zugelassen. Šumperk ist aufgeteilt in einen typisch östlichen anmutenden Teil, mit vielen Häuserblocks, den typischen Plattenbauten, und Parks und Gartenanlagen. Der andere Teil war die schöne Altstadt, die auf einem Hügel gebaut ist und sich für Routenwahlen geradezu anbot.



*Philipp (2. von rechts) und das Schweizerteam an der Eröffnungsfeier*

Am Nachmittag fahren wir zur Eröffnungsfeier, die mit vielen äusserst interessanten tschechischen Grussworten von zahlreichen Verbandsfunktionären gespickt war. Anschliessend mussten sich alle Athleten in Quarantäne begeben, damit man von den vorher gestarteten Läufern keine Informationen erhalten konnte. Zwanzig Minuten vor dem Start durften die Athleten sich in die Aufwärmzone begeben. Dann der Start. Mir gelang abgesehen von einem Fehler ein guter Lauf, schlussendlich belegte ich den 16. Rang. Das Schweizer Team erreichte 2 Diplomränge und zahlreiche Topten-Ränge, aber keine Podestplatzierungen. Zufrieden fahren wir zurück und machten uns an die Vorbereitungen für den nächsten Tag.

### **Samstag 25. Juni – Klassische Distanz**

Heute war das Programm recht individuell, da von 10 bis 13Uhr gestartet wurde. Nach einer viertelstündigen Fahrt trafen wir im WKZ ein. Das Laufgelände war im Startbereich typisch tschechisch: relativ gut belaufbare, grobe Geländeformen, mit einigen Felsen und Kahlschlägen. Nach der Hälfte des Laufs gelangte man in einen Hang, der ansatzweise dem Fürsti ähnelte. Trotz zahlreicher Tipps von Teamkollegen, Trainern und physischer Topverfassung gelang es mir aber nicht, ein solides Rennen zu laufen. Nach gutem Start und zwischenzeitlicher Führung (!) suchte ich lange im Grünen, und danach stand ich völlig neben den Schuhen. Auf



## Internationales

den beiden folgenden Teilstrecken verlor ich viel, konnte mich aber wieder fangen als es in den Fürstiteil übergang. Es resultierte der 26. Schlussrang, erstaunlich gut. Auch heute gibt es keine Medaillen fürs Schweizer Team, aber fünf Diplome (davon drei ärgerliche Ledermedaillen!).

Nach der Rückfahrt fand in Šumperk die Rangverkündigung des Sprints und des Klassischen statt. Speziell daran war nur die Russische Nationalhymne, die satte vier Minuten dauerte! Doch wir konnten uns rechtzeitig in die Unterkunft verziehen bevor der Himmel zu weinen begann.

Am Abend fand in der Eingangshalle die Disco statt. Leider waren nicht alle Nationen anwesend, was aber der Stimmung keinen Abbruch tat. Der Tanzstil der Tschechen war gewöhnungsbedürftig, doch noch extremer war die Musik: Rammstein (deutsche Hardrockband) und Konsorten waren viel angesagter als unser westlicher Schnulzpop. Als sich bei den Ersten Rückenbeschwerden und Fusschmerzen bemerkbar machten, entschieden wir, schlafen zu gehen.

### Sonntag 26. Juni – Staffel - der Medaillentag

Der Staffeltag ist der wichtigste an internationalen Anlässen, das hatte man uns eingetrichtert. Bei den Vorbereitungen war die Anspannung deutlicher zu spüren als in den Tagen zuvor, jeder wollte sein Bestes geben. Die Wettkampfanlage war im Park eines Heilbades eingebettet, der zugleich den Schlussteil des Wettkampfs darstellte. Ich glaube, der

Gärtner des Bades in Ragaz würde ausrasten, wenn 500 Leute durch seine Büsche und Blumen trampeln würden, aber die „spinnen“ eben, die Tschechen. Der Waldteil des Wettkampfs war ein Musterbeispiel für die hiesigen Wälder.

Heute kamen sie endlich, die Medaillen fürs Schweizer Team! Zuerst sorgten die D16 mit einem beherzten Auftritt für eine Silbermedaille (die Tschechinnen waren einfach unschlagbar, weil gedopt: 185cm, 80kg) und dann doppelte die geniale H16-Staffel mit Gold nach. Matthias Kyburz kam direkt hinter



*Matthias, Philipp und Martin laufen zu Gold ein!*

der Spitze zur Übergabe und schickte mich ins Rennen. Anfangs musste ich den Spitzenläufer ziehen lassen, doch bei den Gabelungen war ich technisch sicherer. Trotz einer Suchaktion konnte ich schlussendlich mit drei Minuten Vorsprung übergeben. Und unser Martin Hubmann lief auf der Schlussstrecke Bestzeit.

Die Freude war natürlich riesig und so sangen wir die Schweizer Nationalhymne bei der Siegerehrung mit Innbrunst. Nach dem verdienten Siegerbad in der



Schwefelbrühe machten wir uns sofort auf nach Prag, da wir dort nochmals übernachten sollten. Nach sechs Stunden fröhlicher, aber anstrengender Fahrt erreichten wir die Ausläufer Prags, was aber nicht heisst, dass wir auch im Hotel waren! So irrten wir hungrig und müde in Prag umher, und erschwerend kam hinzu, dass wir die anderen zwei Schweizer Busse aus den Augen verloren hatten (später hörten wir, dass diese durch die Fussgängerzone fahren wollten). Nach einer Stunde fanden wir dann unser Hotel, stellten unser Gepäck ab und gingen sofort wieder in die Altstadt um etwas zu essen. Leider war der Pizzaboden rabenschwarz und der Käse wie Gummi, aber das tat der Stimmung auch keinen Abbruch mehr.

### **Montag 27. Juni – Heimreise**

Nach dem Verschlingen der Pizza begaben wir uns zur Karlsbrücke, wo Delegationsleiter Ari eine Wette einlösen musste... Danach liefen wir durch Prags lebhaftes Nachtleben zur Unterkunft zurück und durften für sagenhafte drei Stunden schlafen, bevor wir zum Flughafen fuhren. Um 7.30 hoben wir ab und um neun Uhr waren wir zurück auf Schweizer Boden. Die Churer Empfangsdelegation war mit Annetta Schaad, Martin Wehrli und meinen Eltern die Grösste überhaupt (worauf ich richtig stolz bin)!

Am Abend feierten wir dann ja bekanntlich bei uns zuhause noch lange, und ich war danach froh, schlafen gehen zu können. Aber natürlich möchte ich mich bei der OLG für die Organisation dieses tollen Fests ganz herzlich bedanken.



### **Pfingst-Weekend in Trivigno, 14./15. Mai** *Annetta Schaad*

Grosse Aufregung am Pfingstsamstag: da Thomas Popp über Nacht krank geworden war, fehlte uns plötzlich ein Auto. Claudia rechnete schon damit, zu Hause bleiben zu müssen, als uns Pitsch Mosimann und Eveline Wetli, die ab Pontresina zwei freie Plätze hatten, schliesslich aus der Klemme halfen. So waren wir sehr froh, als unsere bunt zusammen gewürfelte Gruppe (Philipp und Sarah Kleger, Claudia Hartmann, Seraina Denoth Steinauer sowie Gian-Reto, Nina und Annetta Schaad) alle mit einem Autoplatz den Berninapass in Angriff nehmen konnten. Je mehr wir uns aber dem Süden näherten, desto schlechter wurde leider das Wetter. Unsere Reise führte uns von Tirano in den Touristenort Aprica und von dort weiter in die Höhe nach Trivigno, dem Langlaufgebiet von Aprica auf 1800 m ü M, welches luftlinienmässig nur knapp 10 km von der Schweizer Grenze entfernt liegt. Unsere letzte kleine Hoffnung, dass Trivigno über der Nebelgrenze liegen könnte, wurde spätestens jetzt zerstört. Wenigstens regnete es nur und schneite nicht.

Neben Startnummern und Ferrari-Werbung erhielten wir als Belohnung für die Internetanmeldung weisse Handschuhe, die sehr den Handschuhen der Verkehrspolizisten glichen. Philipp, der als erster Churer starten musste, musste auch schon gleich los an den Start. Der OL (italienische Sprint Meisterschaft) fand auf einer 1:5000er-Karte in hügeligem und teilweise ein wenig steilem Gelände statt. Obwohl es nur ein Sprint war, lohnte es sich zu laufen, denn die Zielverpflegung war um einiges üppiger als bei uns. Neben warmen Tee, Guazli und Rosinen durfte jeder



*Nina am Sonntag im Zieleinlauf mit super Aussicht.*



Finisher Orangensaft, Gatorade und Joghurts mitnehmen. Leider fehlte dabei ein Löffel und so übten wir uns im Joghurt ausschürfen. Ausgezeichnet lief Ursi Wolf (sie war mit Dieter Lupo Wolf schon ein Tag früher angereist), die bei den D35 siegte. Philipp verpasste das Podest als Vierter bei den H16 nur knapp. Nach der Rangverkündigung gings zurück nach Aprica, ins Hotel Meuvle Stelvio, dem günstigsten Hotel in diesem Nobeltouristenort. Mit einer richtig italienischen Pizza liessen wir den Abend ausklingen.

Nach Kappe am Samstag war am Sonntag eindeutig Sonnenhut angesagt. Wir wurden auch mit einer super Aussicht vom Zielgelände aus belohnt. Auf dem Programm stand ein Coppa Italia-Lauf (bei uns würde man das Nationaler Lauf nennen). Das Gelände war mit Sümpfen durchzogen und die Vegetation erinnerte mich irgendwie an den Ofenpass.

Mit Gianni, Philipp und Annetta standen gleich drei Churer auf dem Podest. Als Preise durften wir uns über Milch, Mozzarella und eine CD eines einheimischen Männerchors freuen. Die Rangverkündigung erinnerte mich an die Eröffnungsfeier der OL WM 2003. Waren es damals Schweine, die dem Bundesrat Schmid während seiner Rede die Show stahlen, so waren es diesmal zwei Hunde, die während der Rangverkündigung ungewollt für Unterhaltung sorgten. Die Hunde waren so intelligent, dass sie merkten, dass die „Podesttötschli“ eigentlich Bäume sind. Und was macht ein Hund, wenn er auf einen Baum trifft?



*Glücklich, wer Erster oder Dritter wurde...*

Uns stand nur noch die Rückreise in die Schweiz bevor, wobei sich das als schwieriger herausstellen sollte, als angenommen. So drehten wir in Tirano, das sich wegen des traditionellen Pfingstmarktes in einem Ausnahmezustand befand, noch ein paar Ehrenrunden, bevor wir den Einstieg ins Puschlav fanden. Prompt wurden wir an der Grenze gefragt, ob wir was zu verzollen hätten. Dank Ninas Charme kamen wir aber trotz einigen Litern Milch, einigen Päckchen Mozzarella und einigen Joghurts gut über die Grenze.



## Junioren-WM (JWOC) und 5 Giorni in Tenero

Samstag 9. Juli – Anreise

Joel Kramm

Am Samstagnachmittag um 14:10 Uhr fuhr das Postauto nach Bellinzona. Vom OLG Chur fuhren dort Annetta Schaad, Philipp und Sarah Kleger und ich, Joel Kramm. Während der Fahrt nach Bellinzona spielten ich und Philipp Super Trumppf, erzählten Witze und sprachen über Dies und Jenes. Doch dies war – laut einem Zitat von Sarah Kleger, die mit Annetta Schaad auf der anderen Seite des Ganges sass – noch nicht alles: „Immer wenn ich zu ihnen hingeschaut habe, waren sie am Essen!“. Beim Umstieg auf dem Bahnhof von Bellinzona gab es keinerlei Schwierigkeiten.



Auch während der Zugfahrt geschah nichts nennenswertes. Es gab keinen Streik und das SBB Stromnetz funktionierte sogar.

Als wir in Tenero ankamen halfen wir einander das Gepäck zum Zeltplatz, der zum Glück nicht weit vom Bahnhof entfernt war, zu schleppen. Dort gesellten wir uns zu Nina Schaad, und es kamen mit der Zeit immer mehr Mitglieder des OLG Chur. Zuerst stellten wir das

*Dienstag: Während die Jungs die Beine hochlagern ...*

Küchenzelt auf, darauf folgten die Party- und die privaten Zelte. Als alles montiert war gab es schon bald Essen: Hamburger und Kartoffelpüree. Wir bekamen Startnummern und ein Büchlein mit Infos für die einzelnen Läufe.

Alles in Allem ging der Tag schnell vorbei, und man ging in die Zelte, um zu versuchen zu schlafen, was nicht allen gelang.



*... und die „ältere“ Generation (sorry Philipp) sich bei einem Schwatz vergnügt ...*



## Sonntag 10. Juli – Postfinance Sprint

*Corina Lüscher und Romina Ferrari*

Das erste Gewitter auf dem Zeltplatz ist überlebt, alle Zelte stehen noch. Wir geniessen unser erstes Morgenessen unter tessiner Sonne.

Nach und nach machen sich alle auf den Weg Richtung Bellinzona, wo heute der Postfinance Sprint stattfindet.

(Erklärung: Für das Juniorenrennen darf jedes Land zwei Läufer stellen, später starten Eliteläufer, die sich am Samstag qualifizieren mussten.)

Nach einigen erfolglosen Versuchen in Bellinzona eine gute Gelateria zu finden, bekommen wir von „Giovanni“ aus einer altbekannten Bar einen genialen Tipp: ein gemütliches Café direkt beim Überlauf. Von hier aus können wir die Teilnehmer anfeuern und uns mit feinen Gelati abkühlen!

Nach der Rangverkündigung fahren wir mit dem Treno zurück in unser komfortables Sportzentrum. Unterdessen sind die Zelte wie Pilze aus dem Boden geschossen und das OL-Campingleben kann beginnen!

Der Rest ist schnell erzählt: Super Nacht und denn Pfusa!

## Montag 11. Juli – 1. Etappe Bellinzona

*Véronique Ruppenthal, Sabine Egli und Sarah Kleger*



*... gehen die Girls abwaschen!*

Die Teilnehmer des JWOC hatten heute Ruhetag. Die heutige Etappe des 5-Tage-OLs fand in Bellinzona statt. Die ersten Läufer starteten um 10 Uhr und bemühten sich nach ein paar Posten die zur Burg hinauf führende Treppe so schnell wie möglich zu besteigen. Wir freuten uns, wegen des heissen Wetters, auf den Getränkeposten auf der Burg. Über eine lange Mauer führte der Weg wieder hinunter in die Stadt,

wo noch die letzten Posten auf uns warteten. Danach spurteten wir ins Ziel. Als wir unsere Sachen zusammen gepackt hatten, eilten wir auf den Bahnhof um so schnell wieder beim Sportzentrum in den See zu springen. Ein paar unserer OLG erzielten ein gutes Resultat, wie Véronique, die die erste Etappe „souverän“ gewann. Am Abend um 20:30 Uhr durften wir uns die Eröffnungsfeier ansehen, die sehr toll gestaltet wurde.



### Dienstag 12. Juli – JWOC Mittel Quali, 2. Etappe Tesserete

*Simon und Philipp Sauter*

Aufstehen um 8.30, wie immer sind wir die Letzten, Fahrt nach Tesserete, Quali der JWOC-ler „lügen“, Affenhitze, „schwitz schwitz – suff suff“, Überbevölkerung im spärlich gesäten Schatten, Startzeit im ersten Startblock, superschöner Wald, geniale Bahnen, unheimlicher Durst, keinen Etappensieg der OLGler, Mäse muss anderen Grund für Apéro suchen, feiner Gaumenschmaus unser Starkochtruppe um Corina, Essen erhält 75 Gault milieu-Punkte (Aussprache: „Gohmiljö), starkes Gewitter am Abend, Rangverkündigung mit gewohnt guter Stimmung, erster Bar-Besuch, Stimmung ist noch nicht sehr gut, hängt wahrscheinlich mit dem Regen zusammen, zu Bett gehen zur Geisterstunde



*OL-Sammelbildli für Gross und Klein! (Fotos von Annetta Schaad)*

### Mittwoch 13. Juli – JWOC Mittel Final, 3. Etappe Taverne

*Annetta Schaad*

Am Vormittag stand der Mitteldistanz-Finallauf auf dem Programm. Unsere Frühaufgestandenen hatten einen ausgezeichneten Platz auf einem Hügel im Schatten mit super Aussicht auf den Zieleinlauf reserviert. Einige machten es sich sogar im benachbarten VIP-Zelt bequem. Nach einem spannenden Rennen durften wir Fabian Hertner als neuen Weltmeister feiern. Welch ein Schweizer Auftakt!

Bald waren auch schon wir an der Reihe. Das Gelände war äusserst schwierig, was den einen besonders gut gefiel, den andern jedoch überhaupt nicht. Auch wir mussten uns auf dem gleichen (harten) Zieleinlauf wie die Junioren abkämpfen. Für einige war ein schneller Zieleinlauf das Tagesziel und sie gaben deshalb besonders



Gas. Schnellster Churer war (im Vergleich zu den Junioren mit dem Handicap von viel weniger Hopp-Rufen) Philipp Sauter mit 1:04. Bei den Frauen war Brigitte Wolf die Schnellste Churerin mit 1:20 nur eine Sekunde vor der 13-jährigen Sarah Kleger. (Zum Vergleich: Sebastian Hägler als schnellster Junior hatte 51 Sekunden, Weltmeister Fabian Hertner 2 Sekunden länger.)



## Donnerstag 14. Juli – JWOC Lang Argegno, Ruhetag

*Annetta Schaad*



*Luxusmorga auf dem Zeltplatz*

Endlich kamen wir zu unserm verdienten Ruhetag. Die Sonne und die damit verbundene Hitze im Zelt liess uns jedoch nicht lange ausschlafen. Dafür wurden wir vom Küchenteam Ruppenthal mit Frühstückseiern verwöhnt. Welch ein Luxus auf dem Zeltplatz!

Den Tag verbrachten wir dann ziemlich unterschiedlich. Die einen hatten das Wort „RUHETag“ wohl falsch verstanden und probierten alle möglichen Sportarten aus. Andere erholten sich am See, besuchten den Markt in Locarno oder machten einen Ausflug ins Swiss-Miniature. Die eingefleischtesten Fans machten sich auf nach Losone, um das Langdistanzrennen der Junioren mitzuverfolgen. Mit 300 Startenden ging der Wettkampf über 7 Stunden. Doch das Durchhalten bis auch der (Dritt-) Letztgestartete im Ziel war, lohnte sich: Andreas

Rüedlinger holte die zweite Schweizer Medaille (2. Platz).

Auf jeden Fall durften wir den ganzen Tag über viel Sonne geniessen, wenn auch unsere Jüngsten dafür ein bisschen zu wenig Sonnencreme benutzen...



### Freitag 15. Juli – 4. Etappe Cademario

*Luca Berger*

Cademario, das war schön und gleichzeitig einfach, das heisst, viele Wege und Anhaltspunkte.

Dann kam natürlich noch der schöne Zieleinlauf dazu, in dem man noch einen Gang höher schalten konnte. Aber das wars dann auch schon.

Die Militärautos brachten uns ins Tal, wo schon mehrere Busse warteten um uns nach Tenero zu bringen. Dann war auch dieser zweitletzte Lauftag zu Ende.



*Am Freitag wurden Steinauers einen Tag lang für einen Beitrag auf TSI gefilmt.*

### Samstag 16. Juli – JWOC Staffel, 5. Etappe San Bernardino

*Corina Lütscher und Romina Ferrari*

Schon steht uns die letzte Etappe bevor. Viele Zelte werden bereits am Morgen zusammengepackt. Nur wenige Hartgesottene bleiben und kämpfen am Abend auch noch an der sechsten Etappe mit.

Aber erst der Reihe nach.

Früh schon machen wir uns auf Richtung San Bernardino, wo heute die Junioren-WM-Staffel ausgetragen wird. Zur Begrüssung erwartet uns Regen. Doch schon bald zeigt sich das Wetter wieder von der guten Seite. Das spüren auch die Schweizer, welche nach und nach Ränge gut machen. Die gute Schlussbilanz: Zwei vierte Ränge und somit Diplome für die Schweizer Juniorinnen und Junioren.



Auch wir Bündner fühlen uns in heimischem Gelände wohl und vielen gelingt ein guter Lauf.

Jetzt heisst Abschied nehmen. Die meisten von uns ziehns zurück ins weiche Bettchen. Wir Übriggebliebenen fahren mit Manuela, der einzigen Militärbüsslifahrerin zurück nach Tenero. (Von wegen „Frau am Steuer...ungeheuer!“....Hut ab Manu!)

Später feiern wir zusammen mit den teils sehr „speziell“ gekleideten WM-Teilnehmern eine super Woche nel Ticino!

## Resultate

### Gesamt-Topfen-Ränge:

- H10: 9. Claudio Rohrbach
- H16: 1. Philipp Sauter
- H18: 1. Simon Sauter  
3. Simon Egli
- HAL: 3. Jan Kamm
- HAK: 4. Mirco Mattle  
6. Markus Sauter
- D12: 2. Véronique Ruppenthal  
9. Sabine Egli
- DE: 3. Brigitte Wolf
- DAL: 8. Ursi Ruppenthal  
9. Gabriela Diethelm
- D55: 4. Esther Mattle
- D60: 5. Ruth Wolf  
8. Nina Schaad



### Etappen-Podestplätze:

- H16: 1., 2., 3. Philipp Sauter
- H18: 3x1., 2x2. Simon Sauter
- HAL: 1., 2. Jan Kamm
- HAK: 2., 3. Markus Sauter  
2. Mirco Mattle
- H60: 1. Urs Kamm
- D12: 2x1., 3. Véronique Ruppenthal
- DE: 2x3. Brigitte Wolf
- DAL: 1. Monika Zimonyi
- D60: 2., 3. Ruth Wolf



# Trainingslager des NWK im Tessin

Ralf und Andy Schäpper

### Freitag 6. Mai 2005

Die Anreise ins Tessin verlief völlig reibungslos. Als wir auf dem Monte Ceneri ankamen waren die Ticinesi schon da. Nun absolvierten wir den ersten Lauf mit der Karte „Cima di Medeglia“. Das Ziel dieses OL's war, dass man sich im voraus überlegte, welche Variante wähle ich zum nächsten Posten z.B. Grob- und Feinorientierung. Kompass laufen oder auswendig..... . Alle Tessiner gingen nach Hause, ausser der Guglielmetti Clan. Wir fuhren mit dem Guglielmetti Clan zum nächsten Training und liefen drei kleinere Sprints, bei denen es hauptsächlich darum ging, den ersten Posten sicher anzulaufen, was für die Staffel von Bedeutung sein könnte.

Nach getaner Arbeit ging's ab in die Jugi nach Bellinzona. Nach einem feinen Abendessen teilte uns Gaby mit, dass wir heute Abend noch ein Mentaltraining vor uns haben. Da parallel die Eishockey WM lief und die Schweiz an diesem Abend gegen Russland spielte, waren wir nicht sehr erfreut darüber. Da Gaby uns nicht gesagt hat, mit wem wir das Mentaltraining abhalten werden. Rätselten wir eine Weile herum. Plötzlich kam Michael Granacher alias „Gaga“. Wir waren total überrascht! So machten wir uns mit „Gaga“ auf den Weg, um unser Mentaltraining abzuhalten. Wir waren alle sehr verwundert, als wir vor einer Minigolfanlage standen. Nach einer spannenden und lustigen Minigolf-Partie machten wir uns auf den Heimweg. Wir machten einen kleinen Abstecher in eine Bar, in der die Eishockey-Partie lief. Leider spielten die Schweizer nicht so, wie wir es uns vorstellten. Nach so einem schönen und erlebnisreichen Tag waren alle erschöpft und schliefen schnell ein.

### Samstag 7. Mai 2005

An diesem Morgen stand ein Postennest OL und am Nachmittag ein Long-Jogg auf dem Programm. Nachdem wir die Postennester gefunden hatten assen wir Brötchen mit Käse und zum Dessert gab es Guatzli und Kuchen. Wir hatten ein schwedisches Spiel dabei, bei dem es darum ging den Gegnern die Holzkeulen umzuwerfen. Bei diesem Spiel hatten wir sehr viel Spass und es gab auch hitzige Diskussionen mit den feindlichen Spielern. Nachdem alle vom Long-Jogg bzw. vom Posten einziehen zurück waren machten wir uns auf den nicht ganz ungefährlichen Heimweg. Die Strasse und die Kurven waren sehr eng. Ab und zu hatten wir schon ein mulmiges Gefühl im Bauch, aber Gaby fuhr uns sicher nach Bellinzona zurück. Wir konnten es vor allem, wegen dem Glacésüchtigen Simon Egli nicht lassen noch einen Umweg in die Baby-Bar zu machen, wo alle ihr verdientes Gelato



Höchste Konzentration beim schwedisches Kubb-Spiel. (Fotos Annetta Schaad)



bekamen. Zum Abendessen gab es Lasagne und Kuchen. Danach spazierten wir auf eine der schönen Burgen von Bellinzona. Dort hielten wir ein richtiges und sehr wichtiges Mentaltraining ab. An diesem Tag kam der Sport nicht zu kurz und so spielten wir auf einer der Burgwiesen „Boccia“, bei dem es sehr lustig zu und her ging. Auf dem Heimweg machten wir noch Bekanntschaft mit dem hilfsbereiten und sportlichen „Kapuzenmann“ alias Philipp Sauter, der uns auf dem Heimweg begleitete.

## Sonntag 8. Mai 2005

Heute stand die lang ersehnte Staffel (Tessiner Staffetta), an welcher mehr als 250 OL-Läufer teilnahmen, auf dem Programm. **1. Staffel** „Cinghiali“: Philipp Sauter, Andy Schöpfer, Ralf Schöpfer **2. Staffel** Michael Granacher, Véronique Ruppenthal, Gabriela Diethelm **3. Staffale** Romana Ferrari, Annetta Schaad, Madlaina Schaad. Aber bis wir auf dem „Monte Motti“ ankamen mussten wir praktisch jede Kurve zweimal anfahren, weil unser Büssli einfach zu lang war.

Auf dem „Monte Motti“ angekommen waren wir erstaunt über die schöne Aussicht die man von dort oben hatte.

Es war ein sehr spezielles Laufgelände, denn es war eigentlich nur ein kleines Plateau auf dem sie einen schönen Schlaufen-OL gesetzt haben. Rangmässig sah das ganze so aus. Die Staffel „**Cinghiali**“ erreichte den **4. Rang**, die Staffel von **Gaby, Michi** und **Véronique** belegten den **6. Rang**.

Nach diesem schönen Lauf assen wir mit den Ticinesi zusammen Polenta, die es in verschiedenen Variationen gab. Obwohl Anetta lieber einen Pastateller wollte, bekam auch sie nur Polenta.

Endlich machten wir uns auf einen historischen Heimweg ins Bündnerland. Leider waren wir nicht die Einzigen, die zurückfahren, sondern noch tausend andere Autos. Im Stau zu stehen war kein Zuckerschlecken, auch wenn in unserem Mietwagen eine Klimaanlage die ganze Zeit lief. Normalerweise braucht man mit dem Velo vielleicht so viel Zeit, wie wir mit dem Auto, sage und schreibe 6 Std von Bellinzona nach Chur.

Simon Sauter machte sogar zum ersten Mal in seinem Leben auf der Hauptstrasse Liegestützen.

Alle waren froh, glücklich und gesund ihr zu Hause erreicht zu haben.

Ein herzliches Dankeschön an unsere gute Busfahrerin GABY DIETHELM!



*Simon beim Auslaufen auf der Autobahn.*



## Zwischenrangliste Bündner/Glarner Jugendmeisterschaft

<u>Kategorie</u>	<u>Name</u>	<u>1. Lauf</u>	<u>2. Lauf</u>	<u>3. Lauf</u>	<u>4. Lauf</u>	<u>5. Lauf</u>	<u>6. Lauf</u>	<u>S- lauf</u>	<u>Total</u>
<b>D 12</b>	Ruppenthal Véronique	100	81	100					281
	Egli Sabine	74	62	82					218
	Diggelmann Flavia		93	88					181
	Camathias Cornelia		100	64					164
<b>D 14</b>	Kleger Sarah	100	100	100					300
	Erhard Aline		81						81
	Camas. Delia		81						81
	Ryffel Nadja		81						81
<b>D 16</b>								0	
<b>D 18</b>	Lechner Ladina	100							100
	Klaas Fabienne		100	0					100
<b>H 12</b>	Möller Erich	100	100						200
	Berger Luca		97						97
	Joos Dominik		0						0
	Kleger Vivian		0						0
<b>H 14</b>	Graf Curdin	100	100	88					288
	Schäpper Andy		100	100					200
	Kramm Joel	82	32						114
	Scherrer Luca		89						89
	Joos Fabian		1	85					86
	Jäger Beat		46						46
	Barnbech Daniel		0	4					4
	Thöny Raffael		1						1
<b>H 16</b>	Sauter Philipp		100	100					200
	Kleger Philipp	100		80					180
	Lechner Michael	96	1	59					156
	Egli Christian	94							94
	Schäpper Ralf	87		0					87
<b>H 18</b>	Egli Simon		100	70					170
	Sauter Simon			100					100
	Caflisch Stefan		0	34					34

1. Lauf	Churer Stadt-OL	12.02.2005
2. Lauf	Emser-OL	11.06.2005
3. Lauf	Flimser-OL	12.06.2005
4. Lauf	Davoser-OL	06.08.2005
5. Lauf	Silvaplanner-OL	07.08.2005
6. Lauf	Glarner OL Tag	29.10.2005
7. Lauf	Schlusslauf ZH-Oberland-OL	30.10.2005

Es zählen die 3 besten Resultate, plus zusätzlich der Schlusslauf!



# NWC GR/GL

Die Hauptaufgabe des Nachwuchskaders GR/GL liegt in der gezielten Förderung des OL-Nachwuchses der Kantone Graubünden und Glarus.

Das Nachwuchskader unterstützt die Jugendlichen auf dem Weg ins Nationale Juniorenkader.

Zudem sollen die Nachwuchssportler auf einen möglichen Einsatz für den OL-Sport als Funktionär vorbereitet werden (Vereins-, Verbands- oder SOLV-Ebene).

Das Nachwuchskader GR/ GL kann immer wieder mit guten Leistungen aufwarten. Die kontinuierliche Nachwuchsarbeit (Lager, Trainings) scheint sich auszuzahlen.

Infolge neuer Herausforderungen der bisherigen Trainerin, ist die folgende Funktion ab Mitte November neu zu besetzen:

## Trainer/ Trainerin des Nachwuchskaders GR/ GL

---

Informationen zur Aufgabe sind sowohl bei der jetzigen Trainerin Gabriela Diethelm 081 / 356 06 79 wie auch beim Präsidenten des Bündner OL- Verbandes Pierluigi Schaad 081 353 16 66 erhältlich.

Interessenten melden sich bitte so bald wie möglich bei P. Schaad.



**Stets für einen  
guten Service  
bemüht!**



*Monika Fimonyi*

*Jan Kamm*

**Miar hürotend am Samschtig, 8. Oktober 2005 in Madulain**

Liabi Churer OLGler,  
zu üserem Apéro sind lahr herzli iglada.

*Miar treffend üs öppe am 15.30 Uhr in Morteratsch bi dr  
Alpschauchäserei.*

*Üsers Dihei: Chesa Perini, 7523 Madulain*

---

Der Vorstand würde sich über deine Teilnahme am Hochzeitsapéro freuen. Bitte melde dich bis spätestens am 13. August 2005 an bei Walter Büchi, 079 772 85 88 oder [twbuechi@bluewin.ch](mailto:twbuechi@bluewin.ch)



## Archiv: Chalchofa 87/6

Im Chalchofa 87/6 philosophierte Hansueli Leuenberger alias „HU50“ über OL, Sport, Ehrgeiz und Senioren. Auch heute noch lesenswert:

### SPORT IST AUCH POESIE

Tagefähr zwischen Posten 6 und 7 passierte es, Bill Gould, der Schotte, Gesamtanglistenerster seiner Kategorie lief plötzlich links an mir vorbei...Nichts wie dranhleiben, durchfuhr an mich. Die Chance, meinen Clubkollegen Mia, der bis vor dieser letzten Etappe im Gesamten noch vor mir lag, ein- und Überholen zu können, war erplötzlich da. Ohne die Karte noch einen Blick zu würdigen rannte ich dem Schotten hinterher. Kurz vor dem Ziel musste ich ihn dann doch noch stehen lassen, aber die Supertzeit war geschafft.

Und dann kam das ungeduldige Warten auf die Rangliste, welche mir meinen Triumpf nochmals bestätigen, und die Wunden der Schläppen vom 1. und 2. Lauftag heilen sollten. Die Reaktion eines angefahrenen, nur noch auf Zeit und Rang ausgerichteten Seniors machte sich bei mir auf bestialische Weise bemerkbar.

Einige Wochen später las ich in "Läufer" - die Abonnenten dieser Fachschrift mögen mir die Wiederholung verzeihen - auszugweise folgende Aussagen eines ehemaligen Spitzenläufers:

Im Alter von etwa 40 Jahren erreicht jeder Ausdauerportler seine Leistungsgrenze. Man sollte dann aufhören, sich etwas zu beweisen, aufhören um Rekorde und Bestzeiten zu laufen. Keiner kann dem Alter davonrennen, jeder wird von den Gesetzen der Natur eingeholt. In einem gewissen Alter sollte man sich nur noch mit sich selber messen oder die Wettkämpfe als ein Spiel ansehen. Mein Hauptanliegen ist, den Leuten zu verstehen zu geben, dass Sport nicht nur Leistung ist. Sport ist auch Freude. Sport ist auch Kultur. Und was ich in meinem Innersten mitbringe: Sport ist auch Poesie. Wenn die Leistung zu sehr in Vordergrund steht, geht die Poesie verloren.....

Als ich diese Zeilen gelesen hatte, fand ich mein Getöse an Thuner 3 Tägeler völlig daneben.

Wetea, Du brauchst mir die Rangliste nicht mehr zu schicken.....



### Zebakäs

#### Rechnen ist schwierig...

An der SOM gibt's für die Senioren bekanntlich spezielle Kategorien, z.B. H160 (bedeutet: Alter der drei Läufer zusammengezählt mindestens 160). Dieses Rechnen scheint nicht einfach zu sein. Mäse verschickte an alle H40-Läufer ein Mail: Wer möchte mit mir H160 laufen? Man rechne  $3 \cdot 40$  ...

#### Romina und Corina starten an JWOC?

Als Romina und Corina an den Mitteldistanzlauf der Junioren-WM fahren wollten, erwischten sie den falschen Bus. Anstatt zum Zielgelände wurden sie (in der Meinung, sie würden an der Junioren-WM teilnehmen) an den Start gefahren.

## Goldschmiede van den Dries



Seit 20 Jahren ein Name für Schmuck  
**Goldschmiede van den Dries**

Steinbruchstrasse 12, Chur 081 252 57 59

*Neben der Baustelle vom neuen Churer Stadthaus*