

# CHALCHOFA

Cluborgan der OLG Chur  
1. Ausgabe 2017



*Delia Giezendanner (Mitte) gewinnt Silber an der Ski-OL-Jugend-EM-Staffel  
(Foto: Christian Aebersold)*

## Redaktionsschluss

Freitag, 31. März 2017  
Berichte an [chalchofa@olg-chur.ch](mailto:chalchofa@olg-chur.ch)

## Redaktionsteam

Véronique Ruppenthal  
Via Rudera 4, 7013 Domat/Ems  
081 633 41 28  
  
Cornelia Camathias  
Masanserstrasse 181, 7000 Chur  
081 353 55 85

Mutationen, Termine	2
News	3
GV	5
Ausschreibungen	22
Ranglisten	29
Berichte	32

# Trainingsangebot der OLG Chur

## **Hallentraining**

Was: Konditionstraining „Superkondi“ mit Unihockey-Spielrunde

Wann: jeden Dienstag von 20:20 bis 21:50 (bis zu den Frühlingsferien)

Wo: Turnhalle Stadtbaumgarten, Chur

Ausschreibung: Seite 23

Was: Circuittraining mit OL-spezifischer Einheit und Unihockey-Spielrunde

Wann: jeden Freitag von 17:45 bis 19:00 (bis zu den Sommerferien)

Wo: Turnhalle Sand, Chur (Doppelhalle unten)

Ausschreibung: Seite 23

## **Kartentraining**

Das wöchentliche Kartentraining findet ab dem 28. März wieder statt. Seite 22

## **Lauftraining**

Es gibt kein offizielles Lauftraining mehr.

*Spontane Trainingsmöglichkeiten werden via OLG-Chur-WhatsApp-Chat bekanntgegeben. Wer in den Chat aufgenommen werden will oder möchte, dass ein Training mal vor seiner eigenen Haustüre startet, kann sich gerne **bei Adrian Puntschart melden: 079 584 62 52**. Wir freuen uns darauf, deine Lieblingstrainingsrunde kennenzulernen!*

## **News**

### **Ski-OL-Medaille und -Diplom für Delia**

An der Jugendeuropameisterschaft im Ski-OL von Mitte Februar in Finnland war auch eine Churerin im Einsatz. Delia Giezendanner hat sich fürs fünfköpfige Schweizer Team in der Kategorie Damen-17 selektioniert. Ihr bestes Einzelresultat erlief sie sich im Sprint mit dem fünften Rang, wofür sie mit einem Diplom ausgezeichnet wurde. Gar zu einer Medaille reichte es in der Staffel: Zusammen mit Eliane Deininger (St. Gallen) und Lea Widmer (Zürich) holte Delia die Silbermedaille. Über die Mitteldistanz wurde sie 17., in der Langdistanz 24. (Bericht Seite 39)

### **Langs-SM-Titel für Caro**

Mit mehr als zwei Minuten Vorsprung konnte sich Caroline Maissen-Wegmüller im September als Langdistanz-Schweizermeisterin feiern lassen. Die Rhäzünserin blieb im physisch harten Wettkampf im thurgauischen Ermatingen ohne grössere Zeitverluste und gewann die Kategorie Damen 35 souverän. Für drei weitere Podestplätze sorgten Delia Giezendanner (3. Damen-14), Ursi Ruppenthal (3. Damen 40) und Margrit Wyss (3. Damen 65).

### **Silber im Sprint für Ursi**

An den Schweizermeisterschaften über die Sprintdistanz durfte sich Ursi Ruppenthal die Silbermedaille umhängen lassen. Sie musste sich Ende Oktober im waadtländischen Jura in der Kategorie Damen 40 nur von einer Konkurrentin geschlagen geben. Die Sprint-SM fand seit langem wieder einmal im Wald statt.

### **Delia gewinnt Staffel-SM**

Zusammen mit zwei Tessinerinnen hat Delia Giezendanner die Schweizermeisterschaft im Staffel-OL gewonnen. In der Kategorie Damen-14 distanzten sie die restlichen rund 20 Teams um drei Minuten und mehr. Die Staffel-SM fand Anfang Juli in Spreitenbach statt.

### **Auch im Team läuft Delia aufs Podest**

Delia Giezendanner hat an der Schweizermeisterschaft im Team-OL den dritten Rang in der Kategorie Damen-14 belegt. Ihr Team klassierte sich nur eine Sekunde hinter den Zweitplatzierten. Delia lief an der Team-SM im Aargau im November zusammen mit zwei Kolleginnen aus dem Tessin.

### **Drei Churer im NWK GR/GL**

Delia Giezendanner, Simon Rüegg und Elena Schuler werden dieses Jahr im regionalen Nachwuchskader Graubünden/Glarus (NWK GR/GL) vertreten sein. Für Christian Scherrer und Livia Giezendanner besteht beim Erreichen individueller Leistungsaufgaben die Möglichkeit, fürs Sommer-Trainingslager nachselektioniert zu werden. Da das Kader in Graubünden nicht mehr geführt wird, können sich die Athleten dem Zentralschweizer OL-Nachwuchskader anschliessen.

### **Fünf Ski-OL Schweizermeister**

Schweizermeister in der Ski-OL-Kurzstanz nennen dürfen sich neu Delia Giezendanner bei den Damen-17, Annetta Schaad bei den Damen A, Beatrice Auer bei den Damen B, Ursi Ruppenthal bei den Damen 40 sowie Thierry Jeanneret bei den Herren 40. Die Ski-OL-SM fand Anfang Januar in Davos statt.

### **Bündner Meisterschaft am 6. August in Flims**

Der BüOLV Vorstand hat an der letzten Vorstandssitzung beschlossen, dass der Lauf des Bündner Weekends vom Sonntag 6. August 2017 in Flims als Bündner Meisterschaft gilt. Als Meisterschaftslauf wurden dabei die Kategorien DAL und HAL bezeichnet. Zu den Meisterschaftsläufen zählen weiter die folgenden Junioren- und Seniorenkategorien: D/H 10, D/H 12, D/H 14, D/H 16 und D/H 18 sowie D/H 35, D/H 45 und D/H 55.



*10. Churer Stadt-OL, Fotos von SungHee und Juno Kim*



## **Einladung zur 47. ordentliche Generalversammlung der OLG Chur**

**Freitag, den 17. März 2017, 18:30 Uhr  
Gewerbliche Berufsschule Chur (GBC)**

### **Traktanden**

1. Genehmigung des Protokolls der Generalversammlung vom 13. Februar 2016 (publiziert als Beilage im Chalchofa 01/17)
2. Entgegennahme der Jahresberichte des Präsidenten und des Technischen Leiters (publiziert im Chalchofa 01/17)
3. Genehmigung der Jahresrechnung 2016 und Revisorenbericht
4. Vorstandswahl, Wahl Rechnungsrevisoren
5. Jahresprogramm 2017
6. Festsetzung der Mitgliederbeiträge
7. Anträge von Mitgliedern
8. Budget für das Jahr 2017
9. Ehrungen
10. Varia

Im Anschluss an die GV offeriert die OLG Chur einen kulinarischen Ausklang!

**Wir freuen uns, dich an diesem Abend begrüßen zu dürfen.**

OLG Chur  
05. Februar 2017  
der Vorstand

## 46. ordentliche Generalversammlung der OLG Chur



Protokoll vom 13. Februar 2016, 18.00 Uhr, in der Aula der  
Gewerbeschule in Chur

---

### Traktandenliste

1. Genehmigung des Protokolls der Generalversammlung vom 13. Februar 2015
  2. Entgegennahme der Jahresberichte des Präsidenten und des Technischen Leiters
  3. Genehmigung der Jahresrechnung 2015 und Revisorenbericht
  4. Revision der Statuten
  5. Genehmigung Reglemente (Beschluss GV 2015)
  6. Ersatzwahl Vorstand
  7. Jahresprogramm 2016
  8. Festsetzung der Mitgliederbeiträge
  9. Anträge von Mitgliedern
  10. Budget für das Jahr 2016
  11. Ehrungen
  12. Varia
- 

Der Präsident, Chris Kim, eröffnet die 46. Generalversammlung der OLG Chur um 18:04 Uhr. Speziell werden Andrea Florin (Vorstandsmitglied Bündner Verband für Sport) sowie die Ehrenmitglieder namentlich willkommen geheissen.

Der Präsident dankt der Gewerbeschule Chur im Speziellen, da die OLG Chur jeweils unentgeltlich ihre Generalversammlung in den Räumlichkeiten der Gewerbeschule Chur abhalten darf.

Die Einladung zur 46. Generalversammlung erfolgte rechtzeitig und die Traktandenliste wurde im Chalchofa 2015-3 und 2016-1 publiziert.

Gemäss Präsenzliste sind 52 Mitglieder anwesend, 27 Mitglieder haben sich entschuldigt. Die entschuldigten Ehrenmitglieder werden namentlich erwähnt.

Als Stimmzähler werden Ursi Ruppenthal und Markus Wenk einstimmig gewählt.

Die Traktandenliste (publiziert im Chalchofa 2016-1) wird ohne Änderungen genehmigt.

#### **1. Genehmigung des Protokolls der 45. Generalversammlung vom 13. Februar 2015**

Das Protokoll der 45. Generalversammlung wird mit einer Enthaltung genehmigt.

#### **2. Entgegennahme der Jahresberichte des Präsidenten und des Technischen Leiters**

Die Jahresberichte des Präsidenten und des technischen Leiters wurden gemäss Statuten im Chalchofa 2016-01 publiziert.

#### Jahresbericht Technischer Leiter:

Der Jahresbericht des Technischen Leiters wird ohne Ergänzung mit Applaus von der GV genehmigt.

Chris Kim bedankt sich bei Adrian Puntschart für seinen Einsatz.

### Jahresbericht des Präsidenten:

Der Jahresbericht des Präsidenten wird ohne Ergänzung mit Applaus von der GV genehmigt.

### **3. Genehmigung der Jahresrechnung 2015 und Revisorenbericht**

Zu der Bilanz, der Erfolgsrechnung und den Details zur Erfolgsrechnung (beigelegt im Chalchofa 2016-1) erläutert Claudia Wetzstein die wichtigsten Positionen.

#### Erklärungen zur Bilanz:

Die OLG verfügt per Ende 2015 über Flüssige Mittel von rund CHF 146'000.- gegenüber rund CHF 125'000.- Ende 2014. Die Erhöhung der liquiden Mittel ist hauptsächlich auf die sehr erfolgreiche Laufrechnung des Jahres 2014 mit dem nationalen Weekend in Arosa zurück zu führen.

In der Bilanz wird neu die Position „Rückstellung Ski-O-Weekend“ geführt, welche nicht in der Erfolgsrechnung aufgeführt ist. Dies aufgrund direkter Rückstellung.

#### Erklärungen zur Erfolgsrechnung:

Die Erfolgsrechnung der OLG schliesst mit einem Gewinn von CHF 22'655.94 ab, budgetiert war ein Verlust von CHF 19'075.-. Das Vereinskaptal der OLG Chur beläuft sich nun auf CHF 126'565.87 gegenüber dem Vorjahresvermögen von CHF 103'909.93.

Claudia Wetzstein erläutert die wichtigsten Abweichungen der Erfolgsrechnung, die gegenüber dem Voranschlag stark zu Buche geschlagen haben:

1. Aufwand Arge Alp:  
Aufgrund eines erhöhten Kantonsbeitrag und den einzelnen Teilnehmerbeiträgen für den Arge Alp, wurde der budgetierte Aufwand über CHF 4000.- nicht benötigt.
2. Aufwand Plauschwoche  
Durch die erhöhte Teilnehmerzahl der Plauschwoche wurde die Erfolgsrechnung lediglich mit CHF 355.75 anstatt den dafür vorgesehenen CHF 2'000.- belastet.
3. Ertrag Beiträge J+S  
Durch die erfreuliche Entwicklung des OLG Chur Nachwuchses konnten mehr J+S Beiträge geltend gemacht werden wie ursprünglich prognostiziert. Dadurch wurde der Erfolgsrechnung ein Betrag in Höhe von CHF 2'788.- anstatt CHF 500.- zugeführt.

#### Laufrechnung:

1. OL für Alle schliesst mit einem Gewinn von CHF 2'905.90 (Budget CHF 1'000. Verlust) ab.  
Zurückzuführen ist dies auf einen nicht einkalkulierten Beitrags des Kantons an den OL für Alle.
2. Churer Stadt OL schliesst mit einem erfreulichen Gewinn von CHF 4'380.80.
3. Das nationale Weekend in Arosa schliesst mit einem sehr erfreulichen Gewinn von CHF 29'329.60 (Budget CHF 10'000.-) ab. Der hohe Beitrag des Kantons, der Sponsoren sowie die Festwirtschaft – haben massgebend dazu beigetragen.

Gesamthaft schliesst die Laufrechnung mit einem Gewinn von CHF 39'418.48 (Budget CHF 20'000) ab.

Die Kartenrechnung konnte im vergangenen Vereinsjahr die Erwartungen aufgrund des nationalen Weekends im Juni übertreffen. Gesamthaft schliesst die Kartenrechnung mit einem Gewinn von CHF 31'181.- (Budget CHF 22'000.-).

Anmerkungen: Auf dem Beiblatt steht AUFWAND Laufrechnung und Aufwand für Kartenrechnung, dies wird für das nächste Jahr angepasst.

Hansjürg Bollhalder liest den Revisorenbericht von Ruth Wolf und ihm selbst vor. Daraus geht hervor, dass die Rechnung nach den gängigen Kriterien geprüft wurde und die Buchführung den Gesetzen

und Statuten entspricht. Die Rechnungsrevisoren empfehlen der GV daher die Rechnung 2015 zu genehmigen und dem Vorstand damit Décharge zu erteilen.

Abstimmung: Die Jahresrechnung 2015 sowie der Revisorenbericht werden einstimmig von der Generalversammlung genehmigt. Dem Vorstand wird damit Décharge erteilt.

Der Präsident dankt Claudia Wetzstein und den Rechnungsrevisoren für die geleistete Arbeit.

#### **4. Revision der Statuten**

Die letzte Revision der Statuten wurde im Jahr 2001 vorgenommen. Aufgrund der Weiterentwicklung als Verein schlägt der Vorstand der GV die neu überarbeiteten Statuten zur Genehmigung vor, die eine inhaltliche sowie grammatikalische Justierung vorsehen. Der Vorschlag der Statuten wurde im Chalchofa 2016-01 als Beilage versendet.

Ergänzend zu der publizierten Ausgabe werden nachfolgende zusätzliche Anpassungen an den Statuten gemacht:

Ergänzung:

- Artikel 18, Absatz g), „Materialverwaltung“ dies aufgrund der Streichung des Artikel 17; Absatz d),

Anpassungen:

Die Betitelung „Vereinsorgan Chalchofa“ wird bei den nachfolgenden Artikeln neu als Vereinspublikation bezeichnet:

- Artikel 4
- Artikel 17h
- Artikel 18d

Abstimmung: Die vorgeschlagenen Änderungen inkl. der oben erwähnten Änderungen werden von der GV einstimmig genehmigt.

#### **5. Genehmigung Reglement (Beschluss GV 2015)**

An der letztjährigen Generalversammlung wurde das Reglement Beiträge für Staffel- und Teamwettkämpfe zur formellen Überarbeitung zurückgewiesen. Der Vorstand hat im Laufe des Jahres 2015 das Reglement überarbeitet und legt es in der Form wie im Chalchofa 2016-01 abgedruckt der GV zur Genehmigung vor.

Abstimmung: Das überarbeitete Reglement Beiträge für Staffel- und Teamwettkämpfe wird von der GV einstimmig genehmigt.

#### **6. Ersatzwahl Vorstand**

Der Präsident informiert die GV, dass Erich Möller seine Demission aus dem Vorstand der OLG Chur per GV 2016 aus beruflichen Gründen eingereicht hat. Erich Möller hat seit 2011 die Geschicke der OLG Chur aktiv mitgetragen. Als Nachfolger wird Conradin Meili präsentiert. Mit Conradin Meili kann der Vorstand der GV – auch als nachhaltigen Wert für die Jugendquote - einen engagierten Nachfolger präsentieren und zur Wahl in den Vorstand der OLG Chur vorschlagen.

Es folgt eine kurze Diskussion, ob zwei Familienmitglieder im Vorstand vertreten sein dürfen. Aus den Statuten geht keine Einschränkung hervor. Aus diesem Grund steht der Wahl von Conradin Meili in den Vorstand der OLG Chur nichts im Weg.

Abstimmung: Conradin Meili wird von der GV mittels Applaus in den Vorstand der OLG Chur gewählt.



## 7. Jahresprogramm 2016

Das provisorische Jahresprogramm wurde im Chalchofa 2016-01 publiziert.

Neu wird zur besseren Übersichtlichkeit nur noch ein Jahresprogramm erstellt und nicht wie bis anhin, in zwei Blöcke aufgeteilt. Zusätzlich wird ein separates Jahresprogramm für den Nachwuchs erstellt. Das Jahresprogramm wird mit dem Fokus auf die vom Verein unterstützten Wettkämpfe und Weekends vorgestellt. Anstelle des HAK-Cups wird dieses Jahr der Bündner Cup mit dem Ziel der Förderung regionaler Anlässe lanciert.

Änderung zum provisorischen Jahresprogramm:

Der Abend OL im Engadin am 11.08.2016 wird nicht stattfinden und wird daher aus dem definitiven Jahresprogramm entfernt.

Abstimmung: Das Jahresprogramm 2016 wird einstimmig genehmigt. Das Jahresprogramm wird auf der Homepage und im Chalchofa veröffentlicht.

### Ausblick 2017:

OL Lager in Arcegno:

Der Präsident informiert die GV über das geplante Lager in Arcegno im Jahr 2017. Die Lagerleitung steht. Somit steht der Durchführung bis auf genügend Teilnehmer nichts im Wege.

Bündner OL Weekend:

Wie bereits an der letzten Generalversammlung bestimmt, wird im Jahr 2017 ein regionales Bündnerweekend stattfinden.

### Ausblick 2018:

Meisterschafts-Weekend LOM+Nat.:

Im Jahr 2018 ist laut Gebietsplanung des SOLV ein Weekend mit der LOM und einem Nationalen OL im Unterengadin vorgesehen. Die OLG Chur wird durch einige Mitglieder in der Organisation der Läufe vertreten sein. Die GV stimmt der Zusage als Helfer für die Durchführung der beiden Läufe zu.

Bündner OL Weekend:

Wie im Jahr 2017 soll auch im Jahr 2018 ein Bündner OL Weekend eingeplant werden.

### Ausblick 2019:

Der Präsident informiert die GV über die Grobplanung für das Jahr 2019. Im Jahr 2019 wird voraussichtlich der Arge Alp wieder in Graubünden stattfinden. Zusätzlich ist im Rahmen des Bündner Cup's und der Förderung regionaler Anlässe ein Bündner OL Weekend angedacht.

### Ausblick 2020:

Der Präsident informiert die GV, dass die Gebietsplanung des SOLV's für das Jahr 2020 ein Meisterschaftsweekend mit SOM und einem Nationalen OL für die Region GR/GL vorsieht. Details zu diesen Läufen sind noch keine bekannt. Zusätzlich steht das Bündner OL Weekend ebenfalls wieder auf dem Programm.

## 8. Festsetzung der Mitgliederbeiträge

Mitgliederzahlen vom 01.01.2016:

220 Mitglieder (Vorjahr 220), davon 33 Gönner/-innen und 11 Ehrenmitglieder. Eine Stagnation der Mitgliederzahlen in den letzten Jahren lässt sich feststellen. Ziel ist es die jüngeren Semester weiter zu fördern und so die Mitgliederzahlen nachhaltig zu erhöhen.

Der Vorstand beantragt, die Mitgliederbeiträge unverändert zu lassen.

Abstimmung: Der Antrag die Mitgliederbeiträge unverändert zu lassen, wird von der GV einstimmig genehmigt.

Schüler, Lehrlinge, Studenten	CHF 30.-
Übrige	CHF 50.-
Gönner	mind. CHF 40.-

## 9. Anträge von Mitgliedern

Beim Vorstand ist ein Antrag fristgerecht eingetroffen. Der eingegangene Antrag wurde im Chalchofa 2016-01 abgedruckt.

*Antrag von Philipp Kleger betreffend „Startgeldübernahme durch die OLG Chur auch für Einzel-Schweizermeisterschaften im Ski- und Bike-OL“*

*Ausgangslage:*

*Jährlich finden im Ski-OL wie auch im Bike-OL 1-2 Schweizermeisterschaften statt, bei einem jeweiligen Startgeld von ungefähr 25 Franken. Zurzeit werden diese Beträge von der OLG nicht übernommen.*

*Begründung:*

*Da man auch an diesen Wettkämpfen für die OLG Chur startet und es nicht zu viele Athleten sind, finde ich könnte man die Startgebühren für diese Mitglieder wie im Fuss-OL üblich ebenfalls übernehmen. Somit würde man die verschiedenen Disziplinen gleich behandeln. Vor allem sollte man beachten, dass es sich nur um 1-2 Wettkämpfe im Ski-OL sowie Bike-OL handelt. Somit weniger als die Hälfte der Fuss-OL SM's.*

*Antrag:*

*Ich stelle den Antrag, dass die Startgebühren für Mitglieder die an den Ski-OL/Bike-OL SM's für die OLG Chur starten, von der OLG übernommen werden.*

Der Präsident informiert, dass der Vorstand der OLG Chur den Antrag aufgrund der nachfolgenden Gründe zur Annahme empfiehlt:

- OL ist OL, sportgerätenabhängig
- Gleichbehandlung mit Fuss-OL (Kaderbeiträge, Jugendfund)
- Grosse Erfolge (vor allem Ski-OL)
- Solide finanzielle Lage Verein

Abstimmung: Der Antrag wird von der GV einstimmig genehmigt. Der Antrag ist ab sofort gültig und betrifft bereits das Vereinsjahr 2016.

Zusätzlich informiert der Präsident darüber, dass die Startgelder für Schweizermeisterschaften neu automatisch aufgrund der Rangliste an die Teilnehmer überwiesen werden und keine Rückforderung mehr notwendig ist.

## 10. Budget für das Jahr 2016

Claudia Wetzstein stellt der GV das vom Vorstand genehmigte Budget für das Jahr 2016 vor (Beilage zum Chalchofa 2016-01). Sie präsentiert ein Budget, das auf Basis des provisorischen Jahresprogramms erstellt wurde.

Die Generalversammlung wird darüber informiert, dass beim provisorischen Budget die Budgetposition „SOW 2016 Engadin“ vergessen wurde.

Ausführungen zum Budget:

**Startgelder/Weekends/Anlässe:**

Aufgrund der komfortablen finanziellen Situation der OLG Chur legt der Vorstand der OLG Chur dieselben Unterstützungsbeiträge wie letztes Jahr für die Weekends vor. Dieser Budgetposten soll im 2016 allerdings besser ausgeschöpft werden. Ein minimaler Selbstbehalt je Teilnehmer bleibt jedoch immer bestehen.

**Aufwand Nachwuchsbetrieb:**

Aufgrund der erhöhten Jugendquote und einer detaillierten Abrechnung, kann auch dieses Jahr mit einer höheren J & S Entschädigung gerechnet werden. Der budgetierte Betrag erhöht sich von CHF 500.- im Jahr 2015 auf CHF 2000.- für das Jahr 2016.

**SOLV Kaderbeitrag:**

Aufgrund der gesunkenen Anzahl von Kaderathleten oder potentiellen Beitragsberechtigten reduziert sich der Budgetposten von CHF 4000.- auf CHF 2000.- gegenüber dem Vorjahr.

Der Voranschlag für das Jahr 2016 budgetiert einen Verlust von CHF 5'850.-.

**Abstimmung:** Das Budget 2016 wird einstimmig von der Generalversammlung der OLG Chur genehmigt

## 11. Ehrungen

Ehrung	Übergabe
Jugenförderungsfond:  Delia Giezendanner Anlass Ski-OL Kurz Ski-OL Lang Resultat 1. D14 2. D14	Bea Auer
Schweizer Meister:  <b>Ski-OL</b> Lukas Stoffel Michelle Ruppenthal Delia Giezendanner Ursi Ruppenthal Yvonne Welti  <b>Fuss-OL</b> Philipp Kleger Margrit Wyss	Adrian Puntschart
Laufleitung: Philipp Sauter Laufleitung Schlusslauf Claudio/a Wetzstein Laufleitung Nat. OL Arosa	Chris Kim Claudio Senn Meili

Der Verbandssportpreis geht dieses Jahr an Florian Attinger und wird von Frank Schuler, aufgrund der Abwesenheit von Florian Attinger an Ursi Ruppenthal, überreicht.

Cornelia Camathias bedankt sich bei Ruth Wolf und Chris Kim für die Organisation der Clubweekends.

Chris Kim verabschiedet Erich Möller aus dem Vorstand und dankt für seine 5 Jahre Vorstandsarbeit.

## **12. Varia**

### Anmerkungen des Präsidenten:

- Der Präsident dankt Albert Bilgerig für das interessante Referat im Vorfeld der GV.
- Der Präsident informiert über die Durchführung der DV des SOLV am 5. März 2016 in Chur
- Vorinformation zu Schweiz.bewegt Der Anlass findet am 11. September 2016 in Chur statt.

Der Präsident lädt zum anschliessenden Nachtessen ein.

Er schliesst die 46. Generalversammlung der OLG Chur um 19:54 Uhr.

Für das Protokoll:

Erich Möller  
Aktuarat

# Jahresbericht des Präsidenten 2016



Die heutige schnelllebige Zeit verlangt zunehmend agiles Handeln und schnelle Lösungen. Dennoch bleiben Kontinuität und Nachhaltigkeit feste Erwartungen. Ein Spagat der zur Zerreihsprobe wird und die Ehrenamtlichkeit ins Wanken bringt. Hierbei fordere ich alle auf, unsere Grundhaltung und Werte, unsere Erwartungen und Ansprüche laufend objektiv zu hinterfragen und sich nach Möglichkeiten aktiv einzubringen. Nur mit eurer Unterstützung wird unser Verein befähigt sich stetig weiterzuentwickeln und fit für die Zukunft zu bleiben.

Höchst erfreulich trägt nun auch die Nachwuchsarbeit zusehends Früchte. Es herrscht Aufbruchsstimmung und es knistert in der Motivationskiste. Junge Sprosse gehen erwartungsvoll in und kommen begeistert aus dem Wald zurück. Es gilt nun die Euphorie zu kontrollieren und die Nachwuchsstrukturen langfristig in einen stabilen Betrieb zu überführen. Dabei legen wir den Fokus auf die Ausbildung, einerseits zur Qualitätssteigerung im Leiterteam und andererseits zur Festigung von Grundkenntnissen und Spassvermittlung im OL.

2016 hat der OL in Graubünden einmal mehr grossartige Events erlebt. Der erste Bündner OL Cup hat an fünf kleinen aber feinen Veranstaltungen mit Elia Gartmann einen strahlenden Champion hervorgebracht. Die Junioren-WM im Unterengadin hat eindrücklich die hohe organisatorische Qualität und die hervorragende Nachwuchsarbeit in der Schweiz mit den tollen Erfolgen in die (OL)-Welt hinausgetragen. Und die Swiss Orienteering Week - im Oberengadin - hat die OL-Familie wiederholt für einmalige Aktivferien in Graubünden beherbergt.

Die Aufzählung des reichhaltigen Angebots ist bei Weitem nicht abschliessend und belichtet nur ein kleines Spektrum aus dem vielschichtigen Schaffen. Grosse Passion für den OL-Sport und unzählige vOLuntari-Stunden sind eine Grundvoraussetzung dafür. Herzlichen Dank!

Das lange Suchen hat ein Ende. Seit November haben wir an der Alexanderstrasse 2 ein zentrales Materiallager bezogen. Die Idee ist, dieses Materiallager im self check out/check in Betrieb zu führen. Dabei ist Disziplin, Ordnungssinn und Respekt von den Nutzern gefragt. Das Material soll in demselben Zustand zurückgebracht werden, indem es den Materialkeller verlassen hat. Eine entsprechende Anleitung liegt auf. Die Zugänglichkeit 365-52-7-24 ist mit Schlüsseldepots gelöst. Besten Dank an Marc Thoma, welcher sich als erster Offizier des Materiallagers verantwortlich zeichnet.

Allen, welche 2016 mit Freude und Spass ihre ganz persönliche Zufriedenheit im Clubleben und beim OL gefunden haben, gratuliere ich von Herzen. Verbreitet den Spirit - ihr seid unsere Vorbilder!

Denjenigen, welche mit gesundheitlichen oder medizinischen Einschränkungen zu kämpfen hatten, wünsche ich eine schmerz- und beschwerdefreie Zukunft, auf dass sich ihre persönlichen Ziele bald wieder erfüllen. Ich freue mich über jedes Lächeln von euch.

Lasst uns kurz mit unseren Clubkameraden zusammenstehen, welche im 2016 Abschied von ihren Lieben nehmen mussten. Der Schmerz ist gross, ihr seid aber nicht allein. Freundschaften im Verein geben allen Halt und Zuversicht in diesen schweren Stunden.

Zu guter Letzt möchte ich meinen herzlichen Dank an meine unermüdlich engagierten Vorstandskolleginnen und -kollegen und an die allzeit einsatzbereiten Vereinsmitglieder aussprechen – ihr seid der OLG Chur und mir persönlich immer grossartige Stützen!

Ich freue mich auf die weitere Zusammenarbeit für unsere geliebten Sport.

Bis bald im Wald – oder im OL-Lager in Arcegno.

Februar 2017, Chris Kim

# **Jahresbericht Technischer Leiter 2016**

An den Anfang gehört der Dank an alle, die als Trainingsleiterin oder Trainingsleiter für ein umfangreiches und vielfältiges Trainingsangebot der OLG Chur gesorgt haben. Obwohl es nicht immer einfach war, genügend Leiter für die Kartentrainings zu finden, konnten letztlich doch alle geplanten Trainings durchgeführt werden.

## **Kartentrainings**

Wie letztes Jahr in Aussicht gestellt, haben wir in diesem Jahr die Kartentrainings besonders auf die Jugendlichen und AnfängerInnen ausgerichtet. Die Integration dieser Zielgruppe in das normale Training mit den erfahrenen Clubmitgliedern gelingt immer besser. Insgesamt 19 Kartentrainings wurden durchgeführt, wobei ich den Sprintcup hier dazuzähle. Die Teilnehmerzahl lag durchschnittlich bei ca. 30. Für die Planung und Realisierung der interessanten Bahnen waren 10 TrainingsleiterInnen besorgt (letztes Jahr waren noch 15 Clubmitglieder darin involviert). Es wäre schön, wenn im nächsten Jahr wieder mehr Leiterinnen und Leiter gefunden werden könnten. Der Aufwand ist zwar relativ gross, doch man lernt dabei auch sehr viel. So möchte ich den Jungen und Anfängern ans Herz legen, sich doch auch einmal an einem Training zu versuchen. Niemand wird böse sein, wenn mal ein Posten an einem falschen Standort stehen würde. Erfahrene OL-Läufer sagen dieser Trainingsform 'falsch stehende und fehlende Posten' ;) .

## **Donnerstags-Lauftraining**

Das ursprünglich als Kadertraining gedachte Lauftraining am Donnerstag wurde bis zum Herbst gleich wie im letzten Jahr weitergeführt: abwechslungsweise an 4 verschiedenen Orten. Leider war die Teilnehmerzahl erneut rückläufig, bis ich schliesslich im Herbst oft der Einzige war, der am Treffpunkt erschienen ist. Ab den Herbstferien wurde dann der publizierte Trainingsplan storniert und ich habe via OLG-Chat die Trainings spontan angekündigt. Auf Grund der Tatsache, dass doch meist jeweils 1-2 Jugendliche am vereinbarten Trainingsort erschienen sind, habe ich diese bis zum Jahresende weitergeführt. Wie es mit diesem Training weitergeht, werde ich im Laufe des nächsten Jahres zusammen mit den Verantwortlichen für den Nachwuchs entscheiden.

## **Hallentraining**

Die Hallentrainings wurden wiederum so weitergeführt wie im letzten Jahr: Im Winter dienstags und freitags, während der Freiluftsaison nur freitags. Mit durchschnittlich 14 bzw. 18 TeilnehmerInnen wird die Zahl mittlerweile so hoch, dass in Bälde eine Alternative für die anschliessende Unihockey-Runde gesucht werden muss. Erfreulich: Annetta Schaads OL-Spiele locken nun auch viele der ganz Jungen regelmässig ins Training (ab Herbst waren es im Durchschnitt 12).

## **HAK-Cup**

Der HAK-Cup wurde dieses Jahr nicht mehr durchgeführt. An seiner Stelle trat der Bündner Cup unter der Leitung des BüOLVs.

## **5er Staffel**

Die beiden teilnehmenden Churer Staffeln an der 5er Staffel im Basler Jura (Löwenburg) wurden leider beide nicht klassiert ☹ ...

## **Sprint-Cup**

Eine erfreuliche Neuerung gab es in diesem Jahr am Sprint-Cup. Flavio Poltéra, regelmässiger Teilnehmer an unseren Karten-Trainings aber nicht Clubmitglied, hat die vier Läufe hervorragend organisiert und durchgeführt. Nebst den jeweils üblichen 2 Bahnen in Bonaduz, Ems, Untervaz und Chur Rheinau präsentierte er nach jedem Lauf gleich auch mögliche Routenwahlen mit den dazugehörigen Lauftrecken. Und kurz nach Laufende konnte auch schon auf die Ranglisten zugegriffen werden. Noch einmal ein herzliches Dankeschön. Auf der Gesamttrangliste findet man 70 Namen. Gewonnen wurde der Sprintcup zum dritten Mal hintereinander von Mäse Ruppenthal. Er setzt damit den Trend fort: der Sieger des Sprintcups ist jedes Jahr älter.

## **Weihnachtslongjogg**

Der traditionelle Weihnachtslongjogg wurde dieses Jahr wieder von Ruppenthals geplant und führte von Landquart nach Maienfeld und zurück. Ein herzliches Dankeschön gebührt der Familie Scherrer für die anschliessende Verköstigung.

## **Ausblick**

Die Karten- und Hallentrainings werden im nächsten Jahr wohl im gewohnten Rahmen weitergeführt.

Für das wöchentliche Lauftraining sollte bald eine Lösung gefunden werden, die wieder mehr Jugendliche zur Teilnahme animiert, denn wir Bündnerinnen und Bündner mögen zwar kartentechnisch konkurrenzfähig sein, läuferisch sind wir es definitiv nicht (glücklicherweise gibt es wenige Ausnahmen).

Ich wünsche allen gute Gesundheit und viel Erfolg für das kommende OL-Jahr.

Chur, Januar 2017

Adrian Puntschart



## **Traktandum 7, Anträge von Mitgliedern**

Fristgerecht hat der Vorstand einen Antrag an die GV eingereicht. An der GV wird darüber kurz diskutiert und anschliessend beschlossen.

Geschätzte Mitglieder der OLG Chur

Die Junioren-Weltmeisterschaften 2016 (JWOC) im Unter- und die Swiss Orienteering Week 2016 (SOW) im Oberengadin hat dem Verein dank grossem Helfereinsatz einmal mehr eine tolle finanzielle Entschädigung von rund CHF 41'489.- in die Kasse eingebracht. Die JWOC und SOW sollen vollständig ehrenamtlich bleiben, das heisst, dass keine Direktzahlungen an die Helfer erfolgen sollen.

Markus Wenk als Chef Wettkämpfe und Monica Pfister als Chef Events haben für die SOW, Philipp Sauter, Gianreto Schaad und Marcel Schiess haben für die JWOC massgeblich zu diesem Resultat beigetragen.

Nach Rücksprache mit diesen fünf Edelhelfern, beantragt der Vorstand der GV vom 17. März 2017 den Betrag auf CHF 50'000.- aufzustocken und diesen für eine Clubreise an den O-Ringen 2018 „Höga Kusten“ in Schweden dem OL-Sport wieder zurückzugeben. Aufgrund der sehr gesunden Finanzlage des Clubs ist ein Einsatz von CHF 50'000.- für einen derartigen Anlass ohne weiteres zu verkraften.

Eine Vorreservation für eine gemeinsame zentrale Unterkunft bis 65 Personen ist bereits erfolgt.

Wir freuen uns auf ein tolles Vereinserlebnis mit euch.

Für den Vorstand der OLG Chur  
Chris Kim



# Jahresprogramm 2017 OLG Chur

*provisorisch 170214, vorbehaltlich Beschluss GV vom 17.03.*

Im Jahresprogramm der OLG Chur findest du eine Zusammenstellung von clubrelevanten Veranstaltungen, welche Helfereinsätzen bedürfen oder wo eine Teilnahme vom Verein finanziell gefördert wird. Zudem sind sämtliche nationalen Fuss-OL-Veranstaltungen aufgeführt.

**Bü-M** Bündner Meisterschaft  
**Bü-Cup** Bündner Cup: A1-A3 und B1-B3 Bahnen mit einer Gesamtrangliste  
**FIN-WE** Finanzielle Unterstützung an Clubweekend durch Verein  
**FIN-ÖV** Finanzielle Unterstützung an die An-/Abreise mit öffentlichem Verkehr durch Verein  
**FIN** Übernahme Startgeld durch Verein; bei Mannschaftsevents mindestens ½ Teammitglieder OLG Chur

**GR-GL** Lauf zur Bündner-/Glerner-Schülermeisterschaft  
**Jugend OLG** Empfohlene Veranstaltung für OL-Jugend OLG Chur  
**OL-TG GR** Empfohlene Veranstaltung für OL-Talentgruppe GR  
**NWK GR/GL** Empfohlene Veranstaltung für Nachwuchskader GR/GL  
**HELP** Mithilfe in der Lauforganisation erwünscht

	<i>Wann</i>	<i>Was</i>	<i>Support</i>	<i>Organisator</i>	<i>Laufgelände</i>	<i>Jugend OLG</i>	<i>OL-TG GR</i>	<i>NWK GR/GL</i>
Sa	07.01.	10. Davoser Ski OL	FIN-WE	Ski-O-Swiss/OLG Davos	Davos Frauenkirch	-	X	X
So	08.01.	11. Davoser Ski OL, SM kurz	FIN, FIN-WE					
So	19.02.	Stadt OL	HELP, GR/GL, Bü-Cup	OLG Chur	Chur	X	X	X
Fr	17.03.	GV OLG Chur		OLG Chur	GBC Chur	X	X	X
Sa	18.03.	NOM	FIN	OLG Pfäffikon	Egg-Hard	-	X	X
So	19.03.	1. Nat OL, middle		OLC Winterthur	Guegenhard			
Sa	08.04.	1. OL für Alle	HELP, GR/GL, Bü-Cup	OLG Chur	Bonaduz	X	X	X
Sa-Sa	22.04.-29.04.	OL-Lager		OLG Chur	Arcegno, TI	X	X	X
Mi	10.05.	OL-Schüeli, kant. SST, sCOOL	HELP	OLG Chur	Fürstenwald Chur	X	X	X
Sa	13.05.	2. OL für Alle	HELP	OLG Chur	Fürstenwald Chur	X	X	X
Mo	05.06.	Zuger OL	GR/GL	OLV Zug	Dorf Rotkreuz	X	X	X
Sa	10.06.	3. OL für Alle	HELP, Bü-Cup	OLG Chur	Trin	X	X	X
Sa	24.06.	SPM	FIN	Bussola OK	Windisch	-	X	X
So	25.06.	LOM		OLK Argus	Saalhöchi			
Mi	21.06.	Engadiner OL		CO Engiadina	Susch-Lavin	X	X	X
So	02.07.	5er Staffel	FIN	OLC Kapreolo		X	X	X
Do	06.07.	Engadiner Abend OL		CO Engiadina	Sils/Segl	X	X	X
Do	13.07.	Engadiner Abend OL		CO Engiadina	God Tais / Staz	X	X	X
Sa	22.07.	Engadiner OL		CO Engiadina	Diavolezza	X	X	X
Do	27.07.	Engadiner Abend OL		CO Engiadina	S-chanf	X	X	X
Di	01.08.	Engadiner OL		CO Engiadina	Scuol	X	X	X

Do	03.08.	Engadiner Abend OL		CO Engiadina	God da Staz	X	X	X
Fr	04.08.	Bündner OL Weekend	HELP HELP, GR/GL HELP, Bü-M	OLG Chur	Dorf Falera Curnius-Falera Foppa-Runca	X	X	X
Sa	05.08.							
So	06.08.							
Mi	09.08.	Davoser Abend-OL		OLG Davos	Laret	X	X	X
Do	10.08.	Engadiner Abend OL		CO Engiadina	God da Staz	X	X	X
Fr	11.08.	Aargauer 3-Tage OL		OLK Wiggertal	Langholz Ost Langholz West Sagihubel	X	X	X
Sa	12.08.							
So	13.08.							
Sa	12.08.	Swiss Int. Mountain Marathon	FIN	OK SIMM	Flumserberg	-	X	X
So	13.08.							
Do	16.08.	Davoser Abend-OL		OLG Davos	Kurpark	X	X	X
So	20.08.	2. Nat OL, long	FIN-ÖV	OLG Kakowa	Wasserfallen	-	X	X
Mi	23.08.	Davoser Abend-OL	Bü-Cup	OLG Davos	Wolfgang	X	X	X
Sa	26.08.	Urner OL SOM	FIN-WE FIN, FIN-WE	OLG KTV Altdorf O-92 Piano di Magadino	Andermatt Gotthard	-	X	X
So	27.08.							
Mi	30.08.	Davoser Abend-OL		OLG Davos	Flüalapass - Wägerhus	X	X	X
Sa	02.09.	3. Nat OL, middle 4. Nat OL, long	FIN-WE	ANCO	Bois de la Baume Les Cernets	-	X	X
So	03.09.							
Sa	09.09.	MOM 5. Nat OL, long	GR/GL, FIN	OLG St. Gallen/Appenzell OL Regio Wil	Schwägalp Säntisalp	-	X	X
So	10.09.							
So	24.09.	Zürcher OL		Sportamt Kanton ZH		X	X	X
Sa	30.09.	6. Nat OL 7. Nat OL	FIN-WE	OLG Bern (WC-Finale)	Furggenhorn Waldspitz	-	X	X
So	01.10.							
Sa	14.10.	Arge Alp	FIN-WE	Bundesland Vorarlberg	Vorarlberg, AUT	-	X	X
So	15.10.							
Sa	21.10.	8. Nat OL, sprint 9. Nat OL, long		OLG Goldau	Rigi-Kaltbad Rigi-Kulm	-	X	X
So	22.10.							
Sa	28.10.	Schlusslauf GR/GL	GR/GL, Bü-Cup	CO Engiadina	Susch-Lavin	X	X	X
So	05.11.	TOM	FIN	OLG Biberist	Buechhof	-	X	X
Sa	02.12.	Chlaus OL			abends mit Chlaus-Höck	X	X	X
So	24.12.	Longjogg		OLG Chur		X	X	X

Ergänzende Veranstaltungen zum Jahresprogramm findest du in der Terminliste SOLV unter [www.o-l.ch](http://www.o-l.ch)

Eine Jahresübersicht im A4 Format kann auf der Webseite heruntergeladen werden ([www.olg-chur.ch](http://www.olg-chur.ch) -> Downloads -> Jahresprogramm).

# Kalender Ausbildung und Jugend 2017

*provisorisch 170214, vorbehältlich Beschluss GV vom 17.03.*



**OLTE GR**



Bündner Orientierungslauf Verband  
 Associazziun grischuna da cursa d'orientaziun  
 Associazione grigionese di corsa d'orientamento

**ZesOLNak** Regionales Nachwuchskader Zentralschweiz  
**GR/GL** Lauf zur Bündner-/Glerner-Schülermeisterschaft  
**Bü-Cup** Bündner Cup: A1-A3 und B1-B3 Bahnen mit einer Gesamttrangliste  
**FIN-ÖV** Finanzielle Unterstützung an die An-/Abreise mit öffentlichem Verkehr durch Verein

**Jugend OLG** Empfohlene Veranstaltung für OL-Jugend OLG Chur  
**OL-TG GR** Empfohlene Veranstaltung für OL-Talentgruppe GR  
**NWK GR/GL** Empfohlene Veranstaltung für Nachwuchskader GR

	Wann	Was	Detailinfo	Ort/Laufgelände	Bemerkung	Jugend OLG	OL-TG GR	NWK GR/GL
Di	10.01.-11.04.	Hallentraining	Superkondi	TH Stadtbaumgarten	ohne 28.02., 20:20 – 22:00	-	X	X
Fr	13.01.-23.12.	Hallentraining	Circuit mit O-Tech, Spielen	TH Kanti Sand	ohne SoFerien, 17:45 – 19:30	X	X	X
Sa/So	Jan./Feb.	Wintersporttag	Sportart offen	offen	ganztags, Spontantermin	X	X	X
So	19.02.	Stadt OL und Elterninfo	GR/GL, Bü-Cup	Chur	OLG Chur, Info 15:00 – 16:30	X	X	X
Di	02.05.-27.06.	Trainingskurs Wald		div. Gelände GR		X	X	X
Sa	08.04.	OL für Alle	GR/GL, Bü-Cup	Bonaduz	OLG Chur	X	X	X
Sa - Sa	22.-29.04.	OL-Lager OLG Chur		Arcegno, TI	für jung & alt, div. OL-Formen	X	X	X
Sa	22.04.	4. TMO	PISTE D/H12-14	Nivo, TI		X	X	X
Mi	03.05.-28.06.	Trainingskurs Wald		Fürstenwald, Chur		X	X	X
Mi	10.05.	OL-Schüeli	Schulsporttag GR & sCOOL	Fürstenwald, Chur	1.-9. Klasse	X	X	X
Sa	13.05.	OL für Alle		Fürstenwald	OLG Chur	X	X	X
So	14.05.	Galgener OL	PISTE D/H12-14	Höhronen		-	X	X
Mo	05.06.	Zuger OL	GR/GL, PISTE D/H12-16			X	X	X
Sa	10.06.	OL für Alle	Bü-Cup	Trin	OLG Chur	X	X	X
Sa	24.06.	SPM	PISTE D/H12-20	Windisch	org. Übernachtung OLG Chur	-	X	X
So	25.06.	LOM	PISTE D/H12-20	Saalhöchi				
So	02.07.	5er-Staffel				X	X	X
Fr-So	04.08.-06.08.	Bündner OL Weekend	GR/GL PISTE D/H12-16, Bü-M	(Sa) Curnius-Falera (So) Foppa-Runca	OLG Chur	X	X	X
Fr-So	11.08.-13.08.	Aargauer 3-Tage OL		Kanton Aargau	übernachten im Zelt	X	X	-
So	20.08.	2. Nat OL long		Wasserfallen	FIN-ÖV	-	X	X
Di	22.08.-03.10.	Trainingskurs Wald, Sprint-Cup		div. Gelände GR		X	X	X
Mi	23.08.	Davoser Abend OL	Bü-Cup			X	X	X

Sa So	26.08. 27.08.	Urner OL SOM	PISTE D/H12-14 Staffel-SM	Andermatt Gotthard	Weekend OLG Chur	-	X	X
Mi	30.08.-04.10.	Trainingskurs Wald, Sprint Cup		div. Gelände GR		X	X	X
Sa So	02.09. 03.09.	3. Nat OL middle 4. Nat OL long	PISTE D/H12-20 PISTE D/H18-20	Bois de la Baume Les Cernets	Weekend OLG Chur	-	X	X
Sa So	09.09. 10.09.	MOM 5. Nat OL long	GR/GL, PISTE D/H12-20 PISTE D/H16-20	Schwägalp Säntisalp		-	X	X
So	24.09.	Zürcher OL				X	X	X
Sa So	30.09. 01.10.	6. Nat OL 7. Nat OL	Weltcup-Finale Grindelwald	Furggenhorn Waldspitz	Weekend OLG Chur	-	X	X
Sa So	15.10. 16.10.	Arge Alp	Staffel Einzellauf	Vorarlberg	Weekend BüOLV	-	X	X
Sa	21.10.	8. Nat OL sprint	PISTE D/H12-20	Rigi		-	X	X
Di	24.10.-19.12.	Hallentraining	Superkondi	TH Stadtbaumgarten	20:20 – 22:00	-	X	X
Sa-So	28.10.-29.10.	Schlusslauf GR/GL (28.10.)	GR/GL, Bü-Cup	Susch-Lavin	Weekend Nachwuchs	X	X	X
Sa	02.12.	Chlaus-OL und -Höck			OLG Chur	X	X	X
So	24.12.	Longjogg				-	X	X

**Lauftraining:** jeweils donnerstags (ohne Ferien Stadt Chur), Ort und Zeit gemäss WhatsApp-Gruppen-Chat OLG Chur (Infos bei Adrian Puntschart)

**OL-TG GR:** weitere Trainings-Weekend können noch dazukommen, allenfalls als Joint Venture mit anderen Lokalen Talent Stützpunkten (LTS)

PISTE-Tag im Herbst wird noch bestimmt

# Kartentraining 2017

Nr.	Datum	Karte	Besammlungsort*	Verantwortlich
-----	-------	-------	-----------------	----------------

\* Karte mit den genauen Besammlungsorten unter:  
<http://www.olg-chur.ch/aktivitaeten/kartentraininghallentraining/besammlungsorte-trainings.html>

	Sa 18.3.:	NOM		
	So 19.3.	1. Nat. OL		
	Umstellung Sommerzeit 26.03.2017			
1	28.03.	<b>Fürstenwald</b>	Hundeparkplatz Trimmiser Rüfi	.....
2	4.04.	<b>Ils Aults</b>	P Schafweide Domat/Ems	.....
	Sa 8.4.	1. OfA Bonaduz		
3	11.04.	<b>Crest'Aulta Bonaduz</b>	Blockhaus Bot Mulins Weihermühle	.....
	Frühlingsferien 17.04.-30.4.			
	Lager OLG Chur Arcegno 22.04.-29.04.			
4	2.05.	<b>Fürstenwald</b>	P Waldhausstall	.....
5	9.05.	<b>Bot Fienna Trin</b>	Panzersperre Trin Digg	.....
	Mi 10.5.	Churer OL Schüali		
	Sa 13.5.	2. OfA Fürstenwald		
6	16.05.	<b>Bot Tschavir</b>	Parkplatz Ziavi, Bonaduz	.....
7	23.05.	<b>Ils Aults</b>	P Schafweide Domat/Ems	.....
8	30.05.	<b>Foppa</b>	P Runcs	.....
9	6.06.	<b>Uaul Grond/Waldhaus</b>	Flims Waldhaus P Caumasee	.....
	Sa 10.06.	3. OfA Trin		
10	13.06.	<b>La Mutta</b>	P Staderas	.....
11	20.06.	<b>Bot Fienna Trin</b>	Panzersperre Trin Digg	.....
	Sa 24.06.	SPM		
	So 25.06.	LOM		
12	27.06.	<b>Bot Tschavir (mit Bräteln)</b>	P Sportplatz Tuleu	.....
	Sa 2.07.	Ser Staffel		
	Sommerferien 1.7.-20.08.2017			
	04.-08.08.	BüWE Flims		
	Fr-So 11.08.-13.08.	Aargauer 3-Tage OL (Übernachten im Zelt)		
	Sa/So 12./13.08.	SIMM Flumserberge		
	Sa 19.08.	Jugendcup		
	So 20.08.	2. Natl. OL		
13	22.08.	<b>Bonaduz</b>	Parkplatz Vita Parcours	.....
14	29.08.	<b>Trin</b>	Panzersperre	.....
	Jagd: 02.09.2017 bis und mit 10.09.2017, sowie 18.09.2017 bis und mit 29.09.2017			
	Sa 02.09.	3. Natl. OL Le Cernil Weekend OLG		
	So 03.09.	4. Nat. OL		
15	5.09.	Sprintcup ....	Schulhaus	.....
	So 10.09.	5. Nat. OL		
16	12.09.	Sprintcup ....	Schulhaus	.....
17	19.09.	Sprintcup ....	Schulhaus	.....
	So 24.09.	Zürcher OL		
18	26.09.	Sprintcup .....	Schulhaus Rheinau	.....
	Sa 30.9.	6. Natl OL / Weltcup		
	So 01.10.	7. Natl. OL		
19	03.10.	<b>Fürstenwald</b>	Waldhausstall	.....
	Herbstferien 07.10.-22.10. 2017			
	Sa/So 14./15.10.	ARGE ALP		
	Sa 21.10.	8. Natl. OL		
	So 22.10.	9. Natl OL		
	Sa/So 28.10./29.10.	Schlusslauf Susch (Weekend OLG)		
	So 5.11.	TOM		

Stand 09.01.2017

<b>Startzeit:</b>	18.00 bis 18.30	Bitte startet frühestmöglich und erkundigt euch, wann eingesammelt wird.
<b>Trainingsform</b>	meist Normal-OL	
<b>Mitfahrgelegenheit:</b>	über WhatsApp Gruppenchat "OLG Chur"	
<b>Einsteiger / Gäste</b>	sind herzlich willkommen.	
<b>Auskunft</b>	Adrian Puntschart; apuntschart@bluewin.ch; 079 584 62 52	
<b>Anregungen</b>	Rückmeldungen zu den Trainings und Ideen für die Trainingsgestaltung sind gewünscht.	

# Hallentraining



Du hast die Wahl !



**Dienstag von 20:20 bis 21:50**

in der Turnhalle Stadtbaumgarten.

Hallentraining mit Spielrunde

**Bis 21. März 2017 und ab 24. Oktober 2017**

und/oder

**Freitag von 17:45 bis 19:00 und länger**

in der Turnhalle Sand (Doppelhalle unten).

Circuittraining 40-45', für Jugendliche mit OL-spezifischer Einheit  
anschliessend Unihockey

**Ganzjährig (ausser Weihnachts- und Sommerferien)!**

Keine Anmeldung nötig, kostenlos

**Organisation via WhatsApp-Chat 'OLG Chur'**

**Auskunft:**

Adrian Puntschart

079 584 62 52

apuntschart@bluewin.ch



## 2. Bündner OL Cup 2017 mit Gesamtrangliste

	Lauf 1	Lauf 2	Lauf 3	Lauf 4	Lauf 5
Datum	Sonntag 19. Februar	Samstag 8. April	Samstag 10. Juni	Mittwoch 23. August	Samstag 28. Oktober
Ort	Chur	Bonaduz	Trin	Davos Wolfgang	Susch oder Lavin
	10. Churer Stadt-OL	OL für alle	OL für alle	24. Davoser OL	Schlusslauf
Veranstalter	OLG Chur	OLG Chur	OLG Chur	OLG Davos	CO Engiadina
Karte	Churer Altstadt	Crest'Aulta	Bot Fiena	Drusatscha	Susch-Lavin
Massstab	1:4'000	1:10'000	1:10'000	1:10'000	1:10'000
Startzeiten	11.00 - 13.00	13.00 - 15.00	13.00 - 15.00	16.00 - 19.00	11.00 - 13.00

### Bahnen:

- A 1 schwierig
- A 2 mittelschwer lang
- A 3 mittelschwer kurz
- B 1 einfach für OL-Neulinge lang
- B 2 einfach für OL-Neulinge kurz
- B 3 sehr einfach für Kinder

### Rangliste (pro Lauftag):

- Pro Bahn: Rangliste nach Zeit (es kann auch in Gruppen gestartet werden)
- Keine Rangverkündigung, 5 Preise werden ausgelost

### Cupwertung:

- Cup Gesamtrangliste alle 6 Bahnen zusammengefasst, 4 von 5 Läufen zählen
- Rangverkündigung am 28. Oktober 2016 in Susch oder Lavin, Preise für die ersten 15!
- Keine Teilnehmerbeschränkung, alle Teilnehmenden sind preisberechtigt

### Preise:

- an jedem Lauf des 2. Bündner OL Cups werden 5 Preise verlost
- Preise für die ersten 15 der Gesamtrangliste (alle Bahnen zusammengefasst)

### Weitere Auskünfte zu den Läufen:

- Siehe Ausschreibung der einzelnen Veranstaltungen [www.olg-chur.ch](http://www.olg-chur.ch), [www.engadinol.ch](http://www.engadinol.ch), [www.olg-davos.ch](http://www.olg-davos.ch) sowie Cup-Ausschreibung und Reglement [www.bueolv.ch](http://www.bueolv.ch)
- Auskunft: Frank Schuler, Bahnhofstrasse 7, Postfach 101, 7001 Chur;  
[bueolv@bluewin.ch](mailto:bueolv@bluewin.ch), P: 081 284 59 09, G: 081 258 38 15

**Kantonale Sportförderung**

[www.graubündensport.ch](http://www.graubündensport.ch)

**SWISSLOS**

graubündner SPORT



**Graubündner  
Kantonalbank**



# OL-Schüali sCOOL-Cup GR Kant. Schulsporttag GR **Mittwoch, 10. Mai 2017**

- Wo** 7000 Chur, Fürstenwald, Besammlung beim Waldhausstall
- Zeit** ab 14:00 Uhr bis ca. 17:30 Uhr
- Wer** Schüler/innen 1. - 9. Klasse aus Graubünden  
Start in Zweiertteams
- Anmeldung** ab sofort bis am Dienstag **11. April 2017** unter:  
[www.graubuendensport.ch](http://www.graubuendensport.ch)  
>Aktuelles>Sport>Schulsporttag>Orientierungslauf
- Weisungen + Startliste** werden ab Mittwoch 26. April 2017 publiziert unter:  
[www.graubuendensport.ch](http://www.graubuendensport.ch), [www.scool.ch](http://www.scool.ch) oder [www.olg-chur.ch](http://www.olg-chur.ch)
- Startgeld** CHF 3.00 pro Teilnehmer  
Zu bezahlen bei der Besammlung beim Waldhausstall
- Wettkampftart**
- | <b>Klasse</b> | <b>Kategorie</b> | <b>OL-Form/Vorkenntnisse</b>      |
|---------------|------------------|-----------------------------------|
| 1. – 3.       | Mädchen/Knaben C | Schnur-OL, ohne OL-Kenntnisse     |
| 4. – 6.       | Mädchen/Knaben B | Normal-OL, wenig Kartenkenntnisse |
| 7. – 9.       | Mädchen/Knaben A | Normal-OL, wenig Kartenkenntnisse |
- *gemischte Teams starten in der Kategorie Knaben*  
- *Siegerteams der Kategorien A qualifizieren sich für den*  
***Schweizerischen Schulsporttag am 07. Juni 2017 in Freiburg***
- Preise** viele tolle Preise
- Versicherung** Haftung ist ausgeschlossen
- Begleitung** wird empfohlen, für den Schweizerischen Schulsporttag Pflicht
- Auskunft** Claudia Hartmann, Tel: 079 779 35 91  
E-Mail: [cl.hartmann@hotmail.com](mailto:cl.hartmann@hotmail.com)

Co - Sponsoren



Partner



Prof.  
Otto Beisheim  
Stiftung

# Übernachtungsangebot OL Weekend Rigi 21./22. Oktober 2017



Samstag, 8. Nationaler OL, Sprintdistanz  
Sonntag, 9. Nationaler OL, Langdistanz

Wir haben für die Übernachtung an zwei verschiedenen Orten Reservationen vorgenommen, eine teurere und eine günstige Variante.

## **Hotel Rigi Kaltbad** (<http://www.hotelrigikaltbad.ch>)

- 2 DZ à CHF 270.00 pro Zimmer, inkl. Frühstück (4)
- Ein Mehrbettzimmer für vier Personen CHF 360.00 pro Zimmer, inkl. Frühstück (4)
- zuzüglich CHF 3.20 Tourismustaxe pro Person und Nacht
- Nachtessen, 3-Gang Menü nach Wahl, CHF 52.00 pro Person

## **Hostel Rotschuo Jugendherberge in Gersau** (<http://www.hostelrotschuo.ch>)

- 2 DZ und total 5 Mehrbettzimmer à 4, 6, und 8 Personen (Total 30)
- Preis pro Person in allen Zimmern CHF 35.00 inkl. Frühstück und Bettwäsche
- Abendbüffet für CHF 18.50 pro Person
- Zimmereinteilung erfolgt durch Ruth Wolf (Wünsche werden nach Möglichkeiten berücksichtigt)

Gersau ist z.B. ab Rigi-Kaltbad mit der Rigi-Bahn und dem Bus in ungefähr einer Stunde erreichbar.

Anmerkung:

Das Rigi-Wochenende ist kein finanziell unterstütztes Clubweekend im Kalender 2017. Dennoch wollen wir euch auch für solche Weekends eine gemeinsame Unterkunft mit Verpflegung anbieten.

Allfällige Annulationskosten bei Absagen müssen wir jedem Teilnehmer verrechnen.

## **Anmeldung für die Unterkunft**

Interessierte für die Übernachtungen melden sich bis spätestens:

**10. Juli 2017** mit folgenden Angaben bei Ruth Wolf [ruth.wolf@hispeed.ch](mailto:ruth.wolf@hispeed.ch).

*Name, Vorname, E-Mail Adresse, Geb. Datum, gewünschte Unterkunft*

Gemäss neuer Regelung gilt die Anmeldung erst nach **Eingang einer Anzahlung**.

*Anzahlung für dieses Angebot:*

- CHF 50.00 für Hotel Rigi Kaltbad
- CHF 20.00 für Hostel Rotschuo.

*Überweisung für dieses Angebot (bis 10. Juli 2017):*

auf Postcheckkonto von Ruth Wolf, Kantenstrasse 30, 7000 Chur 70-17289-6.

## **Laufanmeldungen individuell** via [www.go2ol.ch](http://www.go2ol.ch)

Für die Übernachtung Angemeldete erhalten von Ruth Wolf kurz vor dem Weekend per Mail weitere Informationen.

## **Übernachtungsangebot SPM / LOM, 24.6. - 25.6.2017, Jugi Brugg**

Anlässlich der SPM und LOM im Aargau habe ich in der Jugi Brugg für den Nachwuchs der OLG Chur Betten reserviert. Überzählige Plätze geben wir gerne an „Nichtnachwuchs“ weiter. (Total 30 Plätze, reicht sicher für alle ...)

Unterkunft im Mehrbettzimmer mit Halbpension, ohne Getränke: 50.- bis 60.-

Zimmerwünsche gegen Aufpreis.

Anmeldung ab GV, 10. März 2017, bei Ursi Ruppenthal mit Anzahlung 10.-/20.-

## **Übernachtungsangebot Urner-OL / SOM, 26.8. - 27.8.2017, Jugi Hospental**

Anlässlich des Urner OL's und der SOM auf dem Gotthardpass habe ich die Jugi Hospental für die OLG Chur reserviert.

Unterkunft in Mehrbettzimmer inkl. Halbpension, ohne Getränke: 50.-  
Zimmerwünsche gegen Aufpreis.

Anmeldung ab GV, 10. März 2017, bei Ursi Ruppenthal mit Anzahlung 10.-/20.-

## **Übernachtungsangebot 3. / 4. Nat OL, 2.9. - 3.9.2017, Auberge de Noiraigue**

Anlässlich des 3. / 4. Nat. OL in Val de Travers haben Juno und ich versucht, in der Auberge de Noiraigue (<http://www.aubergedenoiraigue.ch/>) zu reservieren. Wir hoffen es klappt dort ...

Doppel-, Dreier- und Mehrbettzimmer mit Halbpension: Preis noch offen.

Anmeldung ab GV, 10. März 2017, bei Ursi Ruppenthal mit Anzahlung 10.-/20.-

## **Übernachtungsangebot Weltcupfinal und 6. / 7. Nat. OL, 30.9. - 1.10.2017, Grindelwald, Hotel Sonnenberg**

Anlässlich des Weltcupfinals in Grindelwald habe ich das Hotel Bergsonne für die OLG Chur reserviert. Das Hotel verfügt über 29 Schafplätze in Einer-, Zweier- und Dreierzimmer.

Einzelzimmer mit Frühstück: 75.- (6x)  
Doppelzimmer mit Frühstück: 140.- (14x)  
Dreibettzimmer mit Frühstück: 190.- (1x)  
In 1-2 Doppelzimmern ist ein Zusatzbett möglich.

Es besteht die Möglichkeit, bereits am Freitag anzureisen oder bis Montag zu bleiben.

Anmeldung ab GV, 10. März 2017, bei Ursi Ruppenthal mit Angabe ab Freitag/Samstag, bis Sonntag/Montag und Anzahlung 10.-/20.-.

### ***Allgemeininfos zu den Weekends:***

*Eure Anmeldung ist erst gültig nach Eingang der Anzahlung:  
Jugendliche bis 16 Jahren 10.-, Erwachsene 20.-.  
Eure Anmeldung ist definitiv, bei einer Abmeldung sorgt ihr selber für Ersatz oder kommt für die Kosten auf.*

*Zimmerspezialwünsche werden nach Möglichkeits, gegen einem Aufpreis, berücksichtigt.*

*Bei Fragen: Ursi Ruppenthal, [u.ruppenthal@hispeed.ch](mailto:u.ruppenthal@hispeed.ch), 081 633 41 28, 079 228 62 51*

## Auszug der Gesamtrangliste Bündner Cup 2016

1. Elia Gartmann
2. Flavio Poltéra
3. Simon Rüegg
4. Delia Giezendanner
5. Gabriela Diethelm
6. Jörg Giezendanner
7. Marius Robinson
8. Livia Giezendanner
9. Elena Schuler
10. Beatrice Auer
11. Marcel Ruppenthal
12. Christian Scherrer
13. Eliane Auer
14. Florian Schneider
15. Enjo Schnellmann

Die vollständige Rangliste findet man online unter [www.olg-chur.ch](http://www.olg-chur.ch) -> Downloads -> Veranstaltungen -> Ranglisten -> 2016.

## Auszug der Rangliste Sprint-Cup 2016

Rang	Name	Vname	Punkte	
			Top 6/8	Gesamt
1	Ruppenthal	Marcel	5870	7662
2	Ruppenthal	Ursi	5745	7544
3	Kim	Chris	5610	5610
4	Robinson	Marius	5413	6913
5	Rüegg	Simon	5223	6868
6	Diethelm	Gabriela	5165	6674
7	Giezendanner	Delia	5012	5663
8	Thoma	Marc	4964	5524
9	Giezendanner	Jörg	4557	4557
10	Schuler	Elena	4451	4451
11	Giezendanner	Livia	4450	5713
12	Wetzstein	Claudio	4426	4426
13	Scherrer	Christian	4419	5726
14	Luzi	Curdin	4262	4262
15	Gartmann	Elia	4161	5099

Die vollständige Rangliste findet man online unter [www.olg-chur.ch](http://www.olg-chur.ch) -> Downloads -> Trainings

## Rangliste Bündner / Glarner Schüler- und 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 10</b>	<b>Auer Eliane</b>		90	95	46			150	<b>381</b>
	Wilhelm Gina		100		100			145	<b>345</b>
	Furrer Jael		91	100					<b>191</b>
	Robinson Una			97	46				<b>143</b>
	Gartmann Luisa					100			<b>100</b>
	Leutenegger Luna		94						<b>94</b>
	Marty Annika							85	<b>85</b>
	Munro Anna		75		0				<b>75</b>
	Dolf Lena		56						<b>56</b>
	Thoma Samea		54						<b>54</b>
	Pünchera Angelina		53						<b>53</b>
<b>D 12</b>	<b>Wilhelm Lynn</b>	100	100		100			150	<b>450</b>
	Thoma Laya							125	<b>125</b>
	Gartmann Sina			100					<b>100</b>
	Knight Lena				100				<b>100</b>
	Comte Anna		94						<b>94</b>
	Danuser Carla		80						<b>80</b>
	Thoma Samea				21				<b>21</b>
	Mathis Livia		0						<b>0</b>
<b>D 14</b>	<b>Giezendanner Delia</b>	100	100	100		100		150	<b>450</b>
	Schuler Nadja	49	36	24		29		57	<b>171</b>
	Thoma Laya				100				<b>100</b>
	Bricalli Valentina		12						<b>12</b>
	Frey Celine		1						<b>1</b>
<b>D 16</b>	<b>Giezendanner Livia</b>	86	100	100		96	71	150	<b>446</b>
	Schuler Elena	100	96	84	100	100	72	121	<b>421</b>
	Giezendanner Delia						100		<b>100</b>
<b>D 18</b>	<b>Scherrer Anja</b>	100		100	100		0	150	<b>450</b>
<b>H 10</b>	<b>Brenn Flurin</b>	100	91			100		150	<b>441</b>
	Meili Florentin	46	66	85	100			131	<b>382</b>
	Kühne Ramon		42	1	49			113	<b>205</b>
	Bonell Ivan		100						<b>100</b>
	Comte Gian Marco			85					<b>85</b>
	Dolf Lars		52						<b>52</b>
	Decurtins Hadrian		2						<b>2</b>
<b>H 12</b>	<b>Gartmann Elia</b>		100	100	100	100		150	<b>450</b>
	Tschenett Jérôme		72	59		32		122	<b>285</b>
	Kühne Elijah	100	0	1	16			121	<b>238</b>
	Rüegg Michael		67	66		58			<b>191</b>
	Buchli Linus		77	1			0		<b>78</b>
	Gartmann Enea			53					<b>53</b>
	Glutz Andrea			53					<b>53</b>
	Meyer Fadri					50			<b>50</b>
	Comte Gian Marco		50						<b>50</b>
	Marty Jim						4		<b>4</b>
	Buchli Marius			1					<b>1</b>
Infanger Nicolo						0		<b>0</b>	

## Rangliste Bündner / Glarner Schüler- und Jugendmeisterschaft

<b>H 14</b>	<b>Rüegg Simon</b>	100	59	100	100	100	100	150	<b>450</b>
	Schnellmann Enjo	85	35	56	82			134	<b>357</b>
	Scherrer Christian	90	2	77	74	99	53	70	<b>336</b>
	Luzi Linus							121	<b>121</b>
	Freuler Florian		100						<b>100</b>
	Rüegg Thomas		3		26	56			<b>85</b>
<b>H 16</b>	<b>Robinson Marius</b>	100	100	100	100		100	150	<b>450</b>
	Luzi Curdin							110	<b>110</b>
<b>H 18</b>	Puntschart Jan		100				100		<b>200</b>
	Pesti Florian			100					<b>100</b>

**fett = Bündner-Meister/in**

1. Lauf	Zimmerberg-OL	10.04.2016	6. Lauf	TMO Arcegno Ticino	18.09.2016
2. Lauf	OL für Alle Chur	30.04.2016	7. Lauf	Schlusslauf Davos	29.10.2016
3. Lauf	Churer-OL	04.06.2016	Es zählten die 3 besten Resultate, plus zusätzlich der Schlusslauf !		
4. Lauf	Emser-OL	05.06.2016			
5. Lauf	Engadin-OL	20.08.2016			



## Orientierungslauf-Kurse im Frühling 2017

*Nach den Frühlingsferien bis zu den Sommerferien bieten wir für Anfänger und Fortgeschrittene jeweils dienstags und mittwochs einen OL-Kurs für Schüler/-innen ab JG 2008 und Erwachsene an.*



**OL-Kurse**  
 Dienstag von ca. 18.00 bis 19.30 Uhr  
 (Umgebung von Chur)  
 Mittwoch von ca. 16.00 bis 18.00 Uhr  
 (Fürstenwald Chur)

**Kosten**  
 Bis 20-jährig Fr. 20.00 / Erwachsene Fr. 30.00  
 OLG Chur Mitglieder gratis  
 Zahlbar am ersten Kurstag

**Anmeldung/Auskunft**  
 bis **Freitag 24. März 2017** an Beatrice Auer.  
 Via Ruegna 52, 7016 Trin Mulin,  
 Tel. 081 630 40 73, [b.auer@rodesign.ch](mailto:b.auer@rodesign.ch)  
 Mit Angabe von Name, Adresse, Telefon,  
 Mail und Geburtsdatum

## H 80 plus

So bin ich sie denn schön artig hochgestiegen, die Alterskategorien als Orientierungsläufer. Von der Altersstufe H43 – so nannte man uns damals als Jungsenior – bis hin in die Kategorie H80. Nun, die letzten Jahre habe ich den OL Sport etwas vernachlässigt. Das Sehvermögen und das Laufvermögen haben etwas viel an Qualität eingebüsst. Bis zu jenem Tag, wo in unmittelbarer Nähe meiner Wohnung ein nationaler Lauf ausgeschrieben war. Da sagte ich mir alter Knacker, da mach ich nochmal mit. Nimmt mich doch wunder, ob ich's den andern Greisen nicht nochmal zeigen kann. Das Startprozedere dann etwas ungewohnt nach der langen OL Abstinenz. Es hatte enorm viel Volk um mich herum. Einige bekannte Gesichter, von denen ich gar nicht wusste, dass diese auch der Gilde der Orientierungsläufer angehören. Irgendwo zwischen altem Gemäuer gings dann los. Das mir von früher her eigentlich bekannt sein sollende Gelände etwas neu. Schroffe Felspartien, wie ich sie nicht in Erinnerung hatte, Dickichte wo früher keine waren, Überall Gewässer und riesige Waldlichtungen. Gräben von fast unüberwindbarer Grösse. Von viel Volk überall mit viel Speed unterwegs. Wie mir schien in eigenartigen Gewändern. Von Gusti Grüniger, der nach mir gestartet war, und als mehrfacher Schweizermeister eigentlich schon lange an mir hätte vorbei laufen sollen, keine Spur. Nach sehr langer Zeit ohne aber dabei gross ins Schwitzen gekommen zu sein, lief ich im Ziel ein. Man sagte mir ich hätte gewonnen! Bei der Rangverkündigung, bei der ich in ungewohnter Weise auf ein Podest steigen durfte, kam eine junge überaus hübsche Maid in Bündnertracht auf mich zu, setzte mir ein Eichenlaub aufs Haupt, überreichte mir einen riesigen Blumenstrauss und machte Anstalten mich zu küssen...

... da erwachte ich. Vor mir meine muntere Gattin, mit der Frage, ob ich heute nicht aufzustehen gedenke.

HU 80



# **SPM und 10. Nationaler OL in Le Lieu, 22./23. Oktober**

## **– oder wenn zwei verschiedene Generationen erzählen**

### **Aus jugendlicher Sicht:**

*von Nadja Schuler*

Am Samstag gingen die meisten, die noch nicht in der Nähe des WKZ übernachtet hatten, in aller Herrgottsfrühe, also um 7.09 Uhr, in Chur auf den Zug. (Während den Herbstferien ist das für Kantischüler in aller Herrgottsfrühe.)

Mit von der frühen Partie waren Christine und Silvio Sauter, Annetta, Markus, Adi und Angela, Simon, Hitsch und natürlich auch ich. In Lausanne stiessen wir auf einen Haufen anderer OL-Läufer die auch nach Le Lieu wollten. In Cossonay wurde der Zug dann definitiv von OL-Läufern überflutet.

Im WKZ blieb für mich nicht viel Zeit. Den Start lässt man nicht warten, die Freunde allerdings auch nicht, sodass ich meinen Freunden, denen ich über den Weg lief, noch flüchtig „hallo“ sagte. Pünktlich kam ich doch noch am Start an. Im Schein der warmen Herbstsonne wimmelte es unterwegs nur so von anderen Mitstreitern. Kriminell waren während dem Lauf vor allem die Zäune, die überall am Boden lagen. Nach dem Lauf blieb noch Zeit zum quatschen und Medea zum Umziehen zu bringen. Soweit ich weiss, kamen von der OLG Chur alle unverletzt aus dem Walde und den Wiesen, ausser Simon, der sich über sein schmerzendes „Wädli“ beklagte, mit dem er den Lauf schon begonnen hatte.

Gegen Ende des Nachmittags fuhren wir zu Familie Ruppenthal's Ferienhäuschen.

Die Laufauswertung kam nicht zu kurz – wie könnte es nach einem Lauf in einem Haus voller begeisterter OLG-Chur-Mitglieder auch anders sein? Fröhlich zogen sich dann die meisten in ihre Schlafgemächer zurück, Gerüchten zufolge verbrachte die eine oder andere Person die Nacht stehend im Gang, um genügend zu nächtigen, mit dem Ziel am Sonntag ausgeschlafen zu starten.

Nach einer erholsamen Nacht begann der Sonntag mit einem gemütlichen Zmorga. Adi und Mäse waren so freundlich, den Abwasch zu übernehmen. Als es für Simon und mich Zeit war, zum Start aufzubrechen, fand der liebe Petrus es lustig, uns einen ziemlichen Schiff und Kälte zu bescheren. Wer hat am Samstag nicht aufgeessen??? Wir haben es auf jeden Fall zusammen mit vielen weiteren Läufern zu spüren bekommen. Vielleicht dachte Petrus ja auch, wir könnten wieder einmal gegossen werden, ich weiss es nicht. Vom eigentlich schönen Wald sah ich ohne Brille (Brillen und Regen sind leider nicht kompatibel) nicht viel, doch immer noch genügend, um den Lauf fehler- und suchlos zu absolvieren. Nicht allen gelang das, denn jemand (ich werde jetzt mal keine Namen nennen) suchte den letzten Posten. Verletzungsfrei kam ich heute leider nicht aus dem Walde heraus... Doch keine Sorge, meine Verletzung ist weniger schlimm, als die von anderen. Müde und endlich ohne Regen reisten wir wieder nach Hause.

Und für alle, die nicht wissen wer diesen Artikel verfasst hat: Er stammt von NadjakibudschuiBus, also von meiner Wenigkeit.

### **Aus Senioren-Sicht:**

*von Angela Zindel*

#### Die Fahrt

Die Fahrt in den Jura ist lang und beginnt entsprechend früh am Morgen. Mit Kaffee und Schoggigipfeli der Bäckerei Merz und netter Unterhaltung mit Clubkollegen ist sie aber auch im Nu vorbei. Besonders bequem war, dass wir in Christian einen reich mit Bähnler-Genen ausgestatteten Reiseleiter dabei hatten. Er kennt alle Verbindungen und führte uns so züg-ig ans Ziel.

#### Das WKZ

Etwas schwieriger war es dann auch für Bähnler-Hitsch, im WKZ die anderen Churer zu finden. CC (Chris' Clubfahne) hätte die Suche vereinfacht... Jo nu, dafür war das Zelt bereits aufgestellt und die Startvorbereitungen konnten sofort beginnen.

#### Der Wettkampf (SPM)

Das Gelände war recht offen mit guter Sicht und unter Heimatschutz stehenden Mauern, die nur an den vorgegebenen Stellen überquert werden durften.

Wettkampf bedeutet für einige auch immer Wettkampf. Dieses Mal traf es Ursi und Simon. Simon hatte vom Powerwandern mit seiner Familie Wadenprobleme und absolvierte den Sprint tapfer hinkend. Ursi hatte sich beim Kauen von hartem Brot einen Kaumuskelkrampf zugezogen, eine pflaumengrosse Beule verformte ihre Backe. Dies hinderte sie aber nicht daran, ihr Rennen gegen eine sehr starke Konkurrenz auf dem 2. Rang zu beenden. Ursi ist damit Vizemeisterin im Sprint. Wir anderen waren sosolala. Rennrössli Silvio zog sein Rennen im gestreckten Galopp durch – eine Superzeit, nur leider 20m neben dem richtigen den falschen Posten gestempelt (am nächsten Tag wird er dann zeigen, dass er alles richtig machen kann und einen tollen 10. Rang erreichen).

Und Sprint-Ass Mäse lieferte zwar ein solides Rennen ab, aber seine schnellen Wädli lieben harten Teer und fanden im holprigen Juragelände nicht genügend Griff.



### Die Unterkunft

Nadja, Christian, Simon, Bea, Adrian und ich durften bei Ursi und Mäse in ihrem für eine Woche gemieteten Ferienhäuschen übernachten. Das Häuschen sieht aus wie ein Hexenhäuschen und liegt idyllisch direkt am See. Während Ursi an der Rangverkündigung war, servierte uns Mäse einen Apéro mit selbstgemachtem Sirup und Popcorn und Würmli. Später genossen wir ein feines Nachtessen mit Suppe und Älplermakronen von Ursi und a point gegrillten Würsten von Mäse. Zum Abschluss gab es dann noch Kaffee und Creme mit Beeren aus Ursis Garten.

### Der nächste Tag (10. Nationaler, Langdistanz)

Der Tag begann – logisch – mit einem feinen Zmorga. Und schon auf dem Weg ins WKZ durften wir wieder von Bähnler-Hitsch's Kenntnissen profitieren: Gestern waren wir beim Hexenhüsli mittels Halt-auf-Verlangen-Knopf aus irgendeinem Lokalzügli ausgestiegen, also müssten wir heute um einsteigen zu können wieder den Halt-auf-Verlangen-Knopf drücken. Bea und ich dachten aber nicht daran. Ohne Christian hätten wir schön blöd aus dem OL-Dress geguckt, wenn der Zug an uns vorbeigerauscht wäre.

Das WKZ war wieder am gleichen Ort. Mit Bussen wurden wir an den Start gefahren. Leider regnete es während des ganzen Wettkampfes und so kamen einige heftig schlotternd ins Ziel. Und Nadja, die Arme, hatte sich auch noch das Fussgelenk gegen Ende des Rennens verstaucht, doch aufgeben? Mais non!

Das Gelände war abwechslungsreich mit von Moos überwachsenen Kalksteinen, Wiesen und schmalen Wegen, auf denen überraschend viel Fallholz lag.

### Die Heimfahrt

Für die Heimfahrt übernahm Simon die Reiseleitung. Zwar sind wir einige Male mehr umgestiegen als auf der Hinfahrt, dafür hatte er Züge gefunden, die auch am Sonntagabend noch einen Sitzplatz haben. Und am HB in Zürich wartete er geduldig auf dem Gleis bis alle seine Schafe, die in alle Himmelsrichtungen weghühnerten um Kaffee und Sandwiches zu besorgen, wieder den richtigen Waggon gefunden hatten. Damit hat sich auch Simon für die nächste Reise als Leiter qualifiziert.

Ich fands schön und freue mich aufs nächste Mal!

# Berichte Ski-OL-Jugend-EM, Finnland

*Von Delia Giezendanner*

## **Sprint**

Der Sprint war der erste Wettkampf der EYSOC. Vor dem Start war ich ziemlich nervös, denn es war meine erste EYSOC. Mein Ziel war es, in den Scooterspuren Tempo raus zu nehmen, um Fehler zu vermeiden, und dafür auf den Skatingspuren ein hohes Tempo zu laufen.

Von den Eliteläufern, die am vorigen Tag bereits einen Wettkampf in diesem Gebiet hatten, wusste ich, dass es nicht sehr viele Scooterspurnetze gab. Darüber war ich sehr froh, denn ich hatte noch keine Erfahrung mit dem finnischen Scooterspurnetz.

Die ersten drei Posten waren technisch eher schwer. Doch dann kamen längere Posten, und somit auch länger Strecken auf Skatingspuren. In den steilen Steigungen im Zielgelände konnte ich nochmal alles geben. Das erste, was ich im Ziel hörte, war der Speaker, der sagte, dass ich nur 8 Sekunden hinter der Erstplatzierten lag. Ich war ziemlich erstaunt. Mir war zwar bewusst, dass die Besten erst am Schluss kamen, aber trotzdem war ich mit dem Lauf sehr zufrieden. Ich wartete, bis alle Läuferinnen im Ziel waren. Als ich erfuhr, dass ich Fünfte war, war ich überglücklich.

## **Langdistanz**

Heute stand die Langdistanz auf dem Programm. Sie startete mit einem Massenstart. Beim Start war ein ziemliches Gerangel, denn es starteten gleich zwei Kategorien zusammen. Am Start kam ich zwar gut weg, entschied mich aber dann für eine andere Route. Ich schaute noch mal kurz auf die Karte und merkte, dass die andere Route schneller gewesen wäre. Also kehrte ich die wenigen Meter um und nahm die andere Route. Das Problem war nun aber, dass vor mir alle langsamer waren und in den Scooterspuren kann man kaum überholen. So ging das weiter, bis ich zum dritten Posten einen ziemlich grossen Fehler machte. Ich lief um 90 Grad falsch, ein ziemlich langes Stück. Zum Glück merkte ich aber schnell, wo ich war. Nach diesem Fehler war ich ziemlich unsicher und machte noch einige Fehler.

Im Ziel war ich wirklich kaputt. 90 Minuten laufen und das bei -20 Grad war sehr anstrengend.

Elite, Junioren und Jugend waren alle gleichzeitig unterwegs. Das heisst, man musste immer aufpassen, dass nicht plötzlich jemand der Elite von hinten kommt und einen wegschupft.

Im Laufgebiet hatte es sehr wenig Schnee, die Abfahrten waren sehr eisig und schwer zu fahren. Im Schweizerteam gab es ziemlich grosse Materialschäden, mindestens 2 Skis waren gebrochen, ein Kartengestell kaputt und einige Skis voller Kratzer. Auf der Strecke lagen ebenfalls lauter kaputte Stöcke.

## **Mitteldistanz**

Die Mitteldistanz war im selben Gebiet wie der Sprint und im letzten Teil der Langdistanz. Die ersten Posten waren technisch schwer. Zum zweiten Posten bin ich ziemlich nah neben dem Posten durchgefahren. Ich habe gemerkt, dass ich falsch war, und habe gekehrt, bin aber wieder knapp neben dem Posten durchgefahren. Erst als ich stehen geblieben bin, wurde mir bewusst, was ich gemacht habe. Natürlich war es ziemlich ärgerlich, aber ich dachte mir, ich mache jetzt das Beste daraus. Mir unterliefen im Rest des Rennens keine riesigen Fehler mehr. Ich konnte aber nie ein wirklich hohes Tempo laufen.

Gegen Ende der Strecke holte mich eine Russin auf, mit der ich den Schluss der Strecke lief.

## **Staffel**

Mein Ziel an dieser EYSOC war es, im Staffelteam mitlaufen zu können. Dieses Ziel habe ich erreicht. So konnte ich am Sonntagnachmittag auf die zweite Strecke.

Eliane machte den Start. Sie übergab mir an fünfter Stelle mit drei Minuten Rückstand. Ich hatte eine gute Ausgangsposition. Nur wenige Sekunden vor mir startete eine Litauerin und gegen hinten hatte ich genügend Luft. Bereits zum zweiten Posten überholte ich die Litauerin. Dies gab mir ein gutes Gefühl. Ich lief weiter und etwa in der Mitte des Laufes sah ich auch die Finnin, welche an dritter Position lief. Ich schaffte es nicht, sie aufzuholen, aber ich konnte den Rückstand für Lea auf unter eine Minute verringern. Lea konnte die Schwedin und Russin überholen und die Finnin einholen. Sie schaffte es leider nach einer Laufpassage nicht, den einen Ski wieder schnell anzuziehen, und musste die Finnin laufen lassen. Ich war aber äusserst glücklich über den 2. Staffelrang bei meiner ersten Teilnahme an einer EYSOC.

Die ganze Woche war ein riesiges Erlebnis und ich konnte viele neue Erfahrungen sammeln.



Ski-O-Tour Davos (Selektionslauf), aufgenommen von Martin Jörg

# Herbst-Nachwuchsweekend, 29./30.10., Davos

von Elijah Kühne und Jérôme Tschenett

## Samstag



Nach einer langen Zugfahrt hatten wir einen guten OL. Die meisten von uns hatten eine gute Platzierung. Danach spielten wir draussen. Dann gab es Nachtessen, darauf folgte der

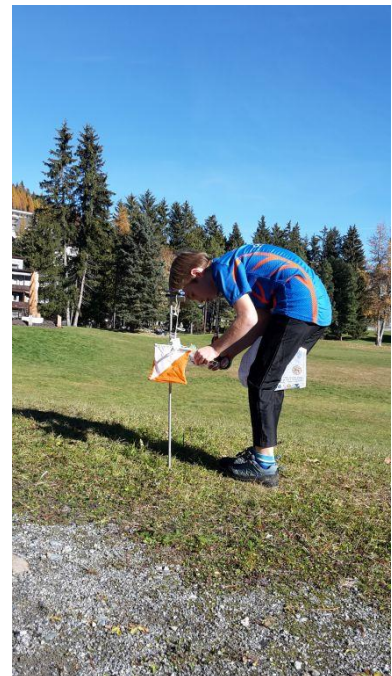
Nacht-OL. Um 22 Uhr gingen wir ins Bett.



## Sonntag

Um 7 Uhr sind wir aufgestanden und haben Frühstück gegessen. Dann hatten wir im Kurpark neben der Vaillant-Arena einen Jasskarten-

OL. Dann gingen wir ins Hallenbad schwimmen.



Fotos: SungHee Kim, Käthi Scherrer, Mäse Ruppenthal

# Chlaus-OL und Höck

Fotos von SungHee Kim und Ursi Ruppenthal



## Geburtsanzeige

Mit 2 Kindern dauert alles etwas länger... Unser Matteo ist nun bereits 1 Jahr alt.

**Das grösste  
Glück ist umsonst  
und doch  
unbezahlbar**



## **MATTEO**

**Am 27. Februar 2016 um 17.38 Uhr haben wir  
51 cm und 3720 gr Glück in unsere  
Arme geschlossen.**

**Wir sind dankbar und glücklich über unseren  
zweiten Sonnenschein.**

**Teo Giriken & Ladina Schaad & Alina  
Loëstrasse 75A, 7000 Chur**