

CHALCHOFA

Cluborgan der OLG Chur
4. Ausgabe 2006



'Hinter Gittern' am sCOOL-Cup 2006

REDAKTIONSSCHLUSS

1. September 2006
Berichte an chalchofa@gmx.ch

REDAKTIONSTEAM

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

Walter Büchi
Voa Principala 14
7077 Valbella
081 353 95 49

Mutationen	2
News	3
Termine	5
Nationaler OL in Trin	6
Arge Alp	10
Trainingslager NWK GR/GL	11
EYOC in Slowenien	13
Rollstuhl-OL	16
Impressionen	17
sCOOL-News	18
Zebakäs	20

Mutationen

Austritte

Manuela Gees, Chur

Eintritte

Chris Kim
Gartenweg 5
7203 Trimmis
081 353 45 53
chris.kim@sbb.ch

Sung-hee Kim
Gartenweg 5
7203 Trimmis
081 353 45 53
sunny.kim@freesurf.ch

Lisha Kim (97)
Gartenweg 5
7203 Trimmis
081 353 45 53

Mark Däppen
Galbutz 8
7203 Trimmis
081 353 61 53
familie.daepfen@bluewin.ch

Manuela Däppen
Galbutz 8
7203 Trimmis
081 353 61 53

Andrina Däppen (97)
Galbutz 8
7203 Trimmis
081 353 61 53

Marcel Schiess
Buchseeweg 16
3098 Köniz
031 971 98 68
marcel_schiess@bluewin.ch

Sara Bernhard (96)
Masanserstrasse 84
7000 Chur

Andri Bernhard (97)
Masanserstrasse 84
7000 Chur

Martina Willi (95)
Gassa suro 25
7013 Domat/Ems
081 633 41 56

Änderungen

Andreas Herzog
andreasherzog1@gmx.ch

Selina Näf
081 534 33 91
selinavaage@gmail.com

Familie Kleger
Bühlstrasse 7
7052 Niederteufen

Gönner neu

Markus Rohrbach, Bonaduz



www. s-sport.ch

Wir rüsten *Dich* aus. **der mobile Sport-Shop**

Ob Laufschuhe, Shirts oder Trainer,
bei uns bist Du an der richtigen Adresse.

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

Die aktuellen Wettbewerbsfragen findest Du in unserem Online-Shop: www.s-sport.ch

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

News

EM-Silber für Philipp Sauter

Nachdem er letztes Jahr Jugend-Europameister in der Staffel (H-16) geworden war, gewann Philipp dieses Jahr an der Jugend-EM in Skofja Loka (Slowenien) erneute eine Medaille. Über die Langdistanz musste sich Philipp nur vom Österreicher Christian Wartbichler geschlagen geben und gewann die Silbermedaille. In der Staffel erreichte Philipp zusammen mit Kaspar Hägler und Raffael Huber den sechsten Rang. Philipp lief auf der zweiten Strecke Bestzeit. Im Sprint unterliefen dem 17-Jährigen Fehler und er klassierte sich auf dem 51. Rang. Einen Bericht von Philipp zur Jugend-WM findest du weiter hinten im Chalchofa.



Foto Samo Vodopivec, www.eyoc2006.com

Viele Podestplätze an der Laufparade

Einige Churer OL-Teams waren an der Churer Laufparade unterwegs. Dank der Einkleidung der Teams mit dem neuen OLG-Dress wusste der Speaker schon schnell, welches die OL-Läufer sind. Viele OLG-Mitglieder liefen gar aufs Podest:

- | | |
|-----------------|--|
| Schülerinnen 1: | 1. Lisha Kim, Andrina Däppen |
| Schüler 1: | 1. Andri Bernhard |
| Schüler 2: | 3. Niccolo Däppen, Juno Kim, Sebastian Helbig |
| Schülerinnen 2: | 1. Sara Bernhard;
2. Claudine Ruppenthal, Michelle Ruppenthal |
| Schüler 3: | 3. Fabio Lechner |
| Schülerinnen 3: | 1. Véronique Ruppenthal, Sabine Egli, Flavia Diggelmann |
| Schüler 4: | 1. Fabian Joos |
| Familien: | 2. Ladina Lechner, Michael Lechner |
| Sie und Er: | 2. Yvonne Gantenbein, Thierry Jeanneret;
3. Martin Wehrli, Sandra Fontana |

Bündner Meisterschaft

An der diesjährigen Bündner Meisterschaft anlässlich des Nationalen OLs in Davos gingen alle Meistertitel an die OLG Chur. Herzliche Gratulation an die neuen Bündnermeister!



hinten v.l.n.r.: Claudio Wetzstein (H45), Curdin Michael (H35), Philipp Sauter (H18), Philipp Kleger (H16), Luca Berger (H14), Sarah Kleger (D14), Claudine Ruppenthal (D12);
vorne v.l.n.r.: Margrit Wyss (D55), Christine Sauter (D45), Ursi Ruppenthal (D35), Thomas Popp (HAL), Sabin Schlatter (DAL), Rebekka Schmid (D16), Erich Möller (H12), Michelle Ruppenthal (D10)
es fehlen: Florian Attinger (H10), Fredi Seiler (H55)

7 Churer Teams an der 5er-Staffel

An der diesjährigen 5er-Staffel in Opfikon waren die OLG Chur mit 7 Teams vertreten. Unser Top-Team mit Thomas Popp, Brigitte Wolf, Simon Egli, Véronique Ruppenthal und Philipp Sauter erreichte den 20. Rang. Auf den 29. Platz liefen Andreas Herzog, Yvonne Gantenbein, Adrian Puntschart, Sarah Kleger und unser Gastläufer Tom Hildebrand.

Termine August – Oktober 2006

Regional

26. Aug.	OL für Alle, Fürstenwald	www.solv.ch/olg-chur , Chalchofa 06/2
12. Sept.	Offenes Abend-Training, Churer Altstadt	Chalchofa 06/2
13. Sept.	Churer OL-Schüeli	
20. Sept.	Glarner OL, Saggberg	

National

13.-19.Aug.	OL Lager OLG Chur, Arcegno	Chalchofa 06/3
19./20.Aug.	Clubweekend Crans Montana Einzel/Sprint-SM EOM/SPM	www.solv.ch/covalais , Chalchofa 06/3
27. Aug.	Staffel-SM SOM, Leutwil	www.olkargus.ch
2./3. Sept.	Clubweekend Kandersteg	http://ol-kandersteg.resultservice.ch/ , Chalchofa 06/2
10. Sept.	Mittel-SM MOM, Bülach	www.olkrafzerfeld.ch/mom06
24. Sept.	Zürcher OL, Uster	www.zuercherol.ch
1. Okt.	A** Hoch-Ybrig	http://olg.go2ol.ch/anlaesse/index_anl.asp
7./8. Okt.	Arge Alp, Salzburg	Chalchofa 06/4
14. Okt.	Jugendcup-Staffel, Brambrüesch	
15. Okt.	A** Trin	Chalchofa 06/4

Meldeschluss

3. Aug.	Mittel-SM MOM bei Wetzstein; die OLG übernimmt das Startgeld (oder bis 21. August über www.go2ol.ch)
20. Aug.	Nationale Kandersteg über www.go2ol.ch
25. Aug.	Arge Alp bei Werner Wehrli
4. Sept.	A** Hoch-Ybrig über www.go2ol.ch
8. Sept.	Zürcher OL über www.zuercherol.ch
29. Sept.	A** Trin über www.go2ol.ch



Bieler Sport Bonaduz
run bike nordic

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



Patronatssponsor



**Graubündner
Kantonalbank**

8. Nat. OL - 2. OL Trin Ausschreibung

Datum:	15. Oktober 2006			
Veranstalter:	Trinser Sportvereine, OLG Chur			
Laufleiter:	Jürg Adam und Silvio Sauter			
Besammlung:	Schulhaus Trin			
Bahnleger:	Iris Andres, Peter Andres			
Kontrolle:	Riet Grordon			
Technischer Delegierter (SOLV):	Roger Letter			
Karte (alle Kat.):	Trin und Bot Fiena Trin, 1:10'000 (Stand WM 2003)			
Parkplätze Auto:	Parkplatz Valorca, zwischen Trin-Mulin und Flims (alle 20 Min. Bus zum Schulhaus - Fahrzeit ca. 5 Min.; Parkplatzgebühr Fr. 5.--/Auto)			
Parkplätze Busse und Kleinbusse:	Busse und Kleinbusse (12 und mehr Sitzplätze) – Porclis bei Trin Digg - Fussmarsch zum Wettkampfbereich 7 Min.			
Öffentlicher Verkehr:	Post Trin – Fussmarsch zum Wettkampfbereich 2 Min.			
Biofarm OL-Cup	Zählt in den Kategorien DE, HE, D20 und H20			
Kategorien/ Bahnen (Lkm, verkürzt ¹⁾):	H/D10	2.3	H/D35	9.8 / 4.9
	H/D12	3.0 / 2.4	H/D40	8.4 / 4.4
	H/D14	4.0 / 3.3	H/D45	6.7 / 4.2
	H/D16	4.9 / 4.0	H/D50	6.0 / 4.0
	H/D18	6.3 / 5.3	H/D55	4.9 / 3.2
	H/D20	8.7 / 7.4	H/D60	4.9 / 3.2
	H/D E	7.8 / 9.2	H/D65	4.6 / 2.9
	H/DAL	10.8 / 6.0	H70	3.4
	HAM	7.5	H75	2.9
	H/DAK	5.5 / 3.5	Offen Lang	5.5
	H/DB	6.5 / 3.2	Offen Mittel	3.8
			Offen Kurz	3.2

¹⁾ Ausnahmegenehmigung nach Art. 53 Abs. 2 WO

Hauptsponsoren:



trin

Surselva / Graubünden / Schweiz
www.trin.ch



Startgelder:	Jahrgang 1990 und jünger Fr. 12.- Jahrgänge 1989-1986 Fr. 17.- Jahrgang 1985 und älter Fr. 22.- Offen-Kategorien jeweils Fr. 12.-; Fr. 3.-- für zusätzliche Karte Versand von Laufunterlagen Fr. 5.--
Anmeldung Online: bis 29. Sept. 2006, 24.00 Uhr	www.go2ol.ch ; Überweisung des Startgeldes auf PC 90-98505-6 OLG Chur, Wettkämpfe 7000 Chur. Die Anmeldung ist erst nach Eingang der Zahlung gültig. ÖV/Kleinbus: ja/nein – bitte mitteilen.
Anmeldung Post oder Post-/Bankgiro: bis 25. Sept. 2006	Claudia Wetzstein, Signinastrasse 17, 7000 Chur Überweisung des Startgeldes auf PC 90-98505-6 OLG Chur, Wettkämpfe 7000 Chur, mit Angabe Name, Vorname, Adresse, Jahrgang, Verein, Kategorie, Si-Card-Nr., ÖV: ja/nein.
Anmeldungen offene Kategorien:	Auch am Lauftag bis 10.30 Uhr möglich
Weisungen/Startzeiten:	Versand ca. 1 Woche vor dem Lauf (Fr. 5.-) oder Internet (www.solv.ch/olg-chur/)
Zeitmessung:	SPORTident; Mietgebühr der Si-Card Fr. 2.- pro Lauf
Antidoping:	Nur wer die Antidopingerklärung zu Kenntnis genommen und unterschrieben hat, ist in den Kategorien D20, H20, DE, HE startberechtigt. Informationen und Formulare unter http://www.ol.ch/solv/doping-infos.html und vor Ort.
Auskunft:	Claudia + Claudio Wetzstein, Signinastrasse 17, 7000 Chur, 081 284 23 62 (19.00 - 21.00 h), E-Mail wetzstein@pop.agri.ch
Medien / Presse	Madlaina Schaad, Giacomettistr. 112, 7000 Chur 081 353 16 66, E-Mail madlainaschaad@hotmail.com
Versicherung:	Ist Sache der Teilnehmer. Jede Haftung seitens des Veranstalters wird abgelehnt.
Kinderhort:	Für Kinder ab 2 Jahren, wir bitten um Voranmeldung per E-Mail an wetzstein@pop.agri.ch .
Unterkunft:	Verkehrsverein Trin, vvtrin@bluewin.ch Verkehrsverein Graubünden, Tel: 081/ 254 24 24 E-Mail: contact@graubuenden.ch / www.graubuenden.ch

Patronatssponsor:



Hauptsponsoren:



trin

Surselva / Graubünden / Schweiz
www.trin.ch

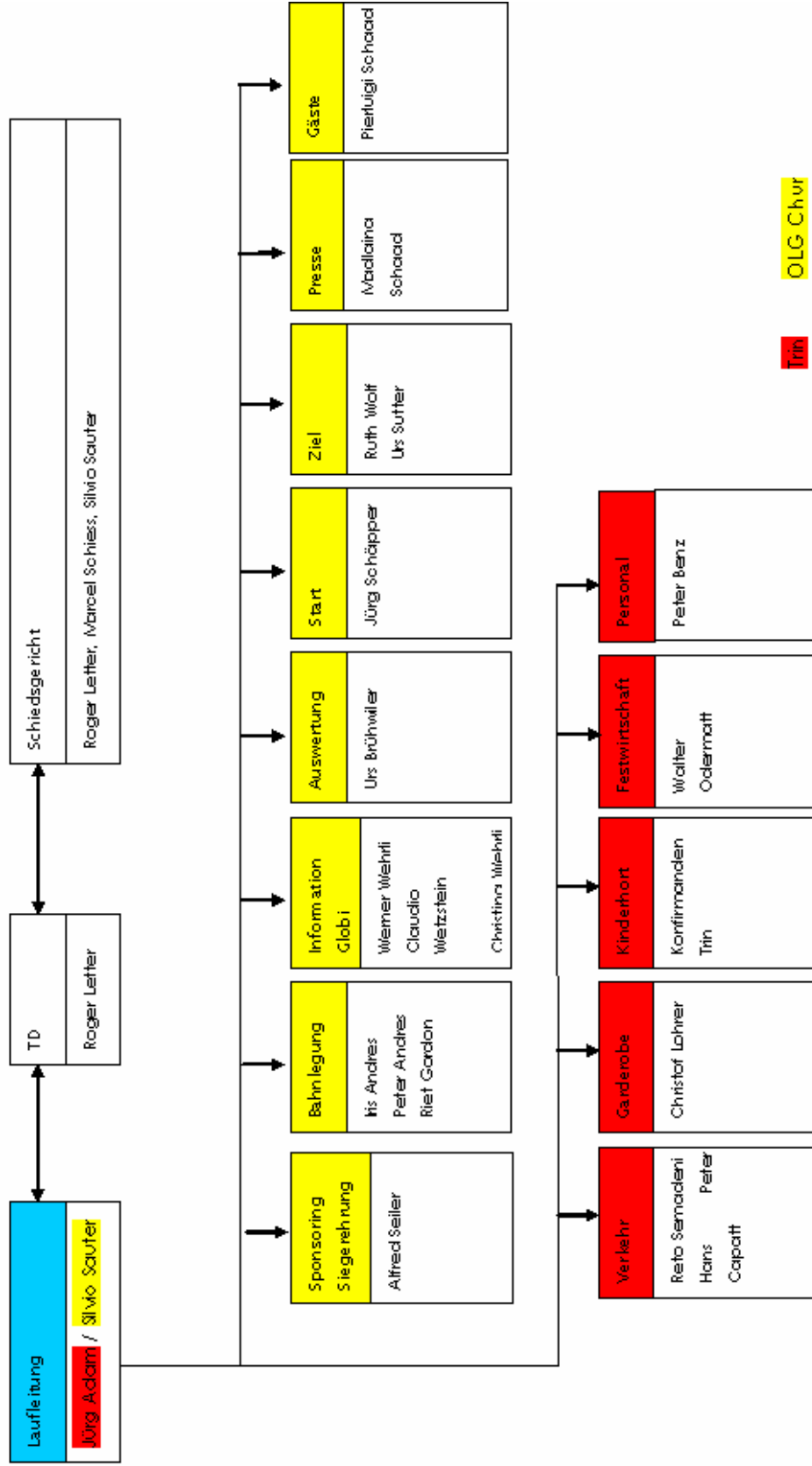


Haco swiss

graubünden **SPORT**

MIGROS
Genossenschaft Migros Ostschweiz

Nat. OL Trin, 15. Oktober 2006



Trin OLG Chur



Liebe OLG-ler

Für den 8. Nat. OL vom 15. Oktober 2006 suchen die verschiedenen Ressortchef noch emsige Helfer. Sofern ihr noch nicht angefragt worden seid, meldet euch bitte bei einem der Ressortchefs oder mir.

Information / Globi
Wehri
Auswertung
Start
Ziel

Werner Wehrlli / Claudio Wetzstein / Christina
Urs Brühwiler
Jürg Schäpper
Ruth Wolf / Urs Sutter

Du willst doch auch dabei sein in Trin – dem OL-Mekka der CH!

Silvio



ARGE ALP OL

7./ 8. Oktober 2006

ALPENCUP 2006

Salzburg

Für Graubünden startberechtigt sind Personen mit Wohnsitz im Kanton und Mitglieder von Bündner OL-Vereinen. **Achtung:** Bei Mehrfachmitgliedschaft zählt jener Verein, für den an der EOM 2006 gestartet wird!

Programm	Samstag	ca. 6.00	Busfahrt Chur – Salzburg
		ab 13.00	Sprint in zwei Läufen (2. Lauf: Jagdstart)
		anschliessend	Siegerehrung, gemeinsames Abendessen
	Sonntag	ab 10.00	Einzellauf (klassische Distanz)
		ca. 14.00	Siegerehrung und Abschluss
		anschliessend	Heimreise

Unterkunft im Haus der Jugend an der Josef Preiss Allee (2 - 6 Bettzimmer)

Kategorien Sprint: D/H 14, 18, 19 (= „Elite“), 35, 45
 klassische Distanz: D/H 12, 14, 16, 18, 20, Elite, 35, 40, 45, 50, 55

Karten Mönchsberg 2004, 1:5'000
 Schwaighofen-Berg 2006, 1:10'000

Kosten - jugendliche TeilnehmerInnen (1986 -) ca. Fr. 50.00
 - übrige TeilnehmerInnen (- 1985) ca. Fr. 80.00
 - Clubbeitrag (=Kostenreduktion) für Mitglieder der OLG Chur

Anmeldung bis Freitag, 25. August 2006
 unter Angabe von Name, Vorname, Jahrgang, SI-Nr., Mail- Adresse
 gewünschten Kategorien Sprint und klassische Distanz

an: Werner Wehrli, Ruchenbergstr. 25, 7000 Chur
 Telefon: Privat 081 353 51 79
 E-Mail: c.w.wehrli@hispeed.ch

Weisungen werden den TeilnehmerInnen später zugestellt
 (soweit möglich per E-Mail)



Trainingslager über Auffahrt

Donnerstag, 25. Mai 2006

Sabine Egli

Morgens um 8.00 Uhr versammelten wir (Sarah, Simon E., Philipp S., Sabine, Annetta, Martin und Gaby) uns am Bahnhof Neustadtseite. Nachdem wir alle Taschen im Auto einigermaßen anständig gelagert hatten fuhren wir mit unserem Chauffeur Martin Richtung Ems. Dort gabelten wir noch Romina, Andy, Ralf und Véronique auf. Nach einer staufreien Fahrt trafen wir in Novaggio unsere Tessiner Kollegen. Mit selbstgebackenen Kuchen und Cakes unterstützten wir ihre Festwirtschaft. Während die einen fleissig zum Gelingen der Staffetta beitrugen, spielten die anderen Fussball. Langsam mussten wir unsere Laufdress anziehen und unsere Teamkollegen aufsuchen. Die Startläufer machten sich bereit. Es erwartete uns ein anspruchsvoller, aber schöner Wald. Die Ablösungen verliefen reibungslos. So erreichten alle unsere Teams das Ziel. Nachdem wir den Tessinern noch beim Aufräumen geholfen hatten, erwartete uns im Pfadiheim die Abwartin des Hauses. Sie gab uns äusserst genaue Instruktionen wie das Haus geputzt werden musste. Pro Strich den wir an die Wand malten mussten wir 50 Franken bezahlen. Für ihre Ausführungen bezüglich Haus-ordnung benötigte Sie beinahe eine Stunde, ehe Sie wieder von dannen zog. So konnte unsere Meisterköchin Gaby mit etwas Verspätung endlich mit dem Kochen beginnen. Das Riz casimir schmeckte ausgezeichnet!

Freitag, 26. Mai 2006

Véronique Ruppenthal

Die erste Nacht haben alle überstanden und man konnte sich hungrig über das ausgewogene Frühstück hermachen. Das von Gaby aufgeforderte Küchenteam erledigte noch schnell den Abwasch und versorgte alles am richtigen Ort. Man beachte: Falsches Platzieren der Löffel, würde uns läppische 50 Franken kosten. Danach machten wir uns auf zum ersten Training in Taverne. Den Wald kannten wir schon vom 5 Tage OL letzten Sommer. Die einen wussten deshalb, was sie erwartete. Zu Mittag assen wir am Bach, den ich mit Sarah und Sabine durchwatete bis uns die Füsse fast abgefroren sind. Am Nachmittag stand ein spezielles Training auf dem Programm. Wir absolvierten, ebenfalls in Taverne, die Mitteldistanz Bahn der JWOC. Jene mit weniger Erfahrung fingen bei Posten 5 an. Leider war die tolle Holzbrücke im Zieleinlauf nicht mehr vorhanden, deshalb schafften es unsere Schnellsten nicht ganz an die Siegerzeit von Hertner heran. Danach: Heimkehr, zwei Minuten duschen, weil sonst das Wasser nicht für alle reichte, Besteck nachzählen (man erinnere sich an die 50 Franken), Nudelauflauf kochen, Tischlied singen, essen, auswerten, schlafen gehen.

Samstag, 27. Mai 2006

Sabine Egli

Nach einem ausgewogenen Frühstück machten wir uns auf den Weg nach Lugano. Dort trafen wir auf viele bekannte Gesichter unserer OLG. Der 2 Giorni war nämlich das von der OLG Chur organisierte Clubweekend. Die einen konnten ziemlich bald starten, während die anderen noch auf ihre Startzeit warten mussten. An den Start musste man ca.45 min laufen. Dort fühlte man sich schon müde und kraftlos, denn die Sonne brannte fast ununterbrochen auf uns herab. Der Wald bot uns eine willkommene Abkühlung. Die vielen Schluchten erschwerten den Lauf. Mir persönlich hat der Wald gar nicht gefallen, andere hingegen lieben die steilen Tessiner-Hänge. Nach dem Lauf machten wir uns so schnell wie möglich auf den Weg ins Pfadiheim. Weil in der Jugi schon alle Plätze vergeben waren und wir sowieso noch ein paar Betten frei hatten, kamen ein paar der OLG mit uns mit. Sarah, Véronique und ich mussten auf Anweisungen der Leiter die Dusche putzen. Die Abwartin war aber mit unseren Putzkünsten nicht zufrieden, sonst hätte sie den Boden nicht noch zweimal aufgenommen. Auch an diesem Abend erwartete uns etwas Feines zum Nachtessen: Tagliatelle al modo di Gabriela.

Sonntag, 28. Mai 2006

Véronique Ruppenthal

Morgens um sechs ist die Welt noch in Ordnung, doch eine halbe Stunde später wurden wir schon geweckt. Unsere optimale Wettkampfvorbereitung wurde brutal gestört durch: Dusche putzen, WC desinfizieren, Besteck zählen, Eingangshalle zwei Mal aufwischen und Matratzen glatt streichen. Leider mussten wir auch unsere Kunstwerke von den Wänden putzen, da wir sonst 50 Franken hätten bezahlen müssen. Da aber unsere Hausverwalterin wieder durch das ganze Haus stolzierte um zu kontrollieren, mussten wir mit unserer Putzaktion wieder von vorne beginnen. Schlussendlich bezahlten wir dann noch 8 Franken für einen kaputten Kochlöffel.

In Cadro angekommen holten wir die Postenbeschreibung und machten uns schon bald auf den Weg zum Start. Nach einem Teil im Wald, absolvierten wir einen Scoore OL in der Stadt. Man musste entweder sechs von sieben oder sieben von acht Posten anlaufen. Vom Kader schafften es Véronique und Sarah aufs Podest. Die in der Kategorie HAL gestarteten Philipp und Simon erliefen den 5. und 23. Rang. Anschliessend machten wir uns auf die Heimreise, leider ohne Glatschatscheria!

EYOC in Slowenien

Von Philipp Sauter

Das Abenteuer begann am Mittwoch, 28. Juni in Sargans und zwar um Mitternacht. Dies hatte mehrere Gründe. Zum einen hatte die Schweizer Delegationsführung entschieden, mit einem Car nach Škofja Loka zu fahren, was bei 20 Passagieren und einem 50iger-Bus ein angenehmes Platzangebot ergibt (was nicht bedeutet, dass ich geschlafen habe auf der Fahrt). Und weil die Gotthardroute wegen der Steinschläge gesperrt war, durften wir durch unser gelobtes Nachbarland fahren.

Nach kärglichem Schlaf aber mit umso besserer Moral kamen wir morgens um neun in Škofja Loka an. Škofja Loka ist eine Kleinstadt nordwestlich von Ljubljana und war der Austragungsort des EYOC. Sofort wurde der Fussballplatz mit einem Match gegen die Portugiesen eingeweiht, welchen die portugiesischen Grobmotoriker aufgrund unsäglichen Glücks gegen die sich schonenden Schweizer für sich entschieden. Bei dieser ersten sportlichen Betätigung erfuhren wir auch am eigenen Leib, wie heiss und feucht es hier war.

Danach durften wir endlich die Zimmer beziehen, die sich im 5. Stock des Wettkampfbereichs befanden, welches natürlich über keinen Lift verfügte (jaja, das Treppensteigen wurde eines unserer zeitintensivsten Hobbys). Und sogleich machten wir beim Mittagessen Bekanntschaft mit der Kantine des Hauses. Das Essen war

nicht gesundheitsschädigend, aber leider auch nicht viel mehr.

Danach bekamen wir auf einer Trainingskarte einen ersten Eindruck vom hiesigen Gelände. Es war oft Negativgelände mit vielen steinigen Gebieten, relativ wenigen Wegen und immer abends gab es ein Gewitter, leider auch während unseres Trainings.

Tag des Sprints

Freitag 29. Juni

Nach herrlichen 9 Stunden Schlaf war die Stimmung im Team schon viel aufgeräumter. Heute stand der Sprint im malerischen Stadtkern von Škofja Loka. Für den Sprint wird jeweils wie bei einem Skirennen die Strecke - ähhh Stadt - besichtigt. Nachmittags um 5 musste man sich dann in Quarantäne begeben. Spätestens jetzt merkte man, dass es sich hier nicht um einen gewöhnlichen OL handelte. Da ich eine späte Startzeit hatte, musste ich mich in Geduld üben und beinahe eineinhalb Stunden warten bis ich starten konnte. Offensichtlich wirkte sich das nicht ganz positiv auf meinen Lauf aus. Nach einem Drittel der Strecke überließ ich eine Abzweigung und forcierte danach das Tempo so sehr, sodass mir im Schlussteil ein übler Lesefehler unterlief. Das Resultat war ein 51. Rang und ein offensichtlich schlechtgelaunter Philipp.

Für die Glanzresultate waren andere zuständig im Schweizer Team: Matthias Kyburz wurde bei den H16 überlegen Europameister und Ladina Matter gewann bei den D16 die Bronzemedaille.

Tag des Klassischen

Samstag 1. Juli



Foto Samo Vodopivec, www.eyoc2006.com

Auch heute durfte ich ausschlafen, hatte ich doch wieder eine sehr späte Startzeit. Das heutige Laufgelände lag eine einstündige Autofahrt ausserhalb von Škofja Loka in den wilden Bergen, wo die Bären zu Hause sind. Wahrscheinlich hätte die Autofahrt dorthin noch länger gedauert, wenn der radikale Buschauffeur wenigstens einmal abgebremst hätte, zum Beispiel beim Kreuzen mit den Forstlastwagen, die auch auf diesem Weglein verkehrten! Trotz des erhöhten

Adrenalinspiegels gelang es mir, wie vorgenommen langsam in den Lauf zu starten. Dennoch verlor ich auf dem Weg zu Posten 2 erstmals leicht die Kontrolle, wie dies auf dieser Teilstrecke fast allen Läufern passierte. Ich nahm mir aber vor, meine Taktik nicht zu ändern und weiter geduldig zu laufen. Bei Laufhälfte stand ich jedoch plötzlich nochmals im Schilf und verlor eine Minute. Das war aber gleichzeitig der Start zur perfekten Schlussphase, in welcher ich mit unglaublicher Sicherheit und zügigem Tempo dem Ziel entgegenlief. Schlussendlich reichte es mir zur Silbermedaille, 54 Sekunden hinter dem Europameistertitel, der an einen Österreicher ging. Leider verdrängte ich mit meinem Lauf den Schweizer Jonas Meuli auf den 4. Rang.

Nach einer halsbrecherischen Rückfahrt mit einem Berserker von Chauffeur gab es das obligate Gewitter. Während des Abendessens kam es zur Essensschlacht zwischen Tschechien und der Schweiz. Zweifellos das grösste Spektakel an diesem Tag war jedoch das Penaltyschiessen zwischen Portugal und England, welches von den Läufern aus den jeweiligen Ländern vor demselben Fernseher verfolgt wurde. Aufgrund der aufwändigeren Rituale (aus-dem-Zimmer-laufen-und-Ohren-zuhalten, Riccardo-Fangebrülle, taktische Anweisungen etc.) gewann Portugal verdientermassen mit 3:1 und die Portugiesen feierten bis sie umfielen. Sie taten das wie die meisten in der Disco, die traditionell am Samstagabend stattfindet und immer Gegenstand internationaler Kontaktpflege ist.

Tag der Staffel

Sonntag, 2. Juli

Mit Medaillenambitionen starteten wir zur Staffel auf der Karte, die auf den wunderschönen Namen Crngrob hörte. Leider konnten wir unsere Vorstellungen nicht realisieren. Wir verloren auf jeder Strecke Zeit und waren alle zusammen unzufrieden mit den dummen Fehlern, die wir, vor allem im grünen Schlussteil, begingen. Doch glücklicherweise zeigten die übrigen Schweizer hervorragende Leistungen: die H16 verteidigten den Europameistertitel souverän mit mehr als 5 Minuten Vorsprung und die D16 erkämpften sich in einem packenden Endkampf die Bronzemedaille.

Ebenfalls gab es im Fussballländerspiel gegen die technisch stark limitierten Briten einen klaren 3:1-Sieg für uns. Am Nachmittag begaben wir uns auf die Heimfahrt, diesmal über die Gotthardroute. In Italien lernten unsere vergewaltigten Geschmacksnerven auf einer Autobahnraststätte wieder, was der Begriff Essen eigentlich bedeuten kann. Nach all dem pappigen Gemüse und den wüsten geschredderten Spaghettis war der Teller Pasta Balsam auf die Gourmetseele. Morgens um 6 trafen wir in Luzern ein, wo wir genüsslich ein Bad im milden Vierwaldstättersee genossen, bevor das Team in alle Ecken der Schweiz davontiepte.



Foto Samo Vodopivec, www.eyoc2006.com

Im Rollstuhl auf Postenjagd

Alle reden von sCOOL, doch warum nicht mal OL für die Senioren? Nein – nicht für D60 oder H70, sondern für die Bewohner eines Alters- und Pflegeheims. Ruth, die Heimleiterin der Alterssiedlung Kantengut realisierte die Idee und stiess damit auf Begeisterung.

In einer Einführung zeigte Ruth den interessierten Bewohnerinnen und Bewohnern Ausschnitte aus zwei verschiedenen OL-Videos. Anhand einiger OL Karten gab sie danach eine kurze Einführung in das Kartenlesen. Auch die Karte «Chur Kantengut» im Massstab 1:1500, von Gian-Reto Schaad angefertigt, wurde besprochen. Danach spazierten die Betagten gemeinsam zu fünf Posten.



Eine Woche danach galt es dann Ernst. Bei heissem Sommerwetter waren 16 Posten anzulaufen. Nicht die Zeit zählte, sondern wer die meisten Posten hatte, war «Sieger». Allerdings war die Rangierung nicht ganz «fair», da einige Rollstuhlfahrer junge Mitarbeitende als Helfer hatten, die den Rollstuhl stiessen und kreuz und quer durchs Areal rannten, bis sie alle Posten hatten. Der erste «Kantengut-OL» fand im Rahmen des Jahresmottos «Jahr der Bewegung – bewegende Momente» statt und war für Bewohner und Mitarbeitende ein schönes Erlebnis. «Die Bewohner wurden zum Spazieren motiviert und sassen nachher im Schatten bei einem Getränk zusammen und plauderten,» freut sich Ruth über den gelungenen Anlass. «Auch die Frage

,wann machen wir das wieder?' tauchte auf.»

Text: Brigitte Wolf, Fotos Ruth Wolf

Impressionen Davoser OL



Joel Kramm



Gabriela Diethelm



Christina Wehrli



Rolf Camathias

sCOOL! NEWS

Zuerst ganz herzlichen Dank an Ursi, Heidi und Rolf fürs Helfen! Es waren vier tolle Halbtage mit vielen begeisterten Kindern und Lehrkräften.

sCOOL! -Etappen in Domat Ems und Trimmis

Es gibt verschiedene Gründe, dass sich Schulen für eine Tour de Suisse-Etappe anmelden. Lehrkräfte meinen:

- *Das Schulhaus wird umgebaut. Wir sind um jedes Projekt froh, welches ausserhalb des Schulareals stattfindet.* Darum waren in Domat / Ems die Caguisler Schüler auf dem Schulareal Tuma Platta auf Postenjagd.
- *Die letzte Tour de Suisse-Etappe war so toll, dass wir dieses Angebot gerne alle zwei Jahre annehmen.* Darum werden die Trimmiser immer besser.
- *OL ist eine gute Gelegenheit, das Kartenlesen und den Sport miteinander zu verbinden.* Dieser Meinung ist auch die OLG Chur und unterstützt die Schulen mit dem Projekt sCOOL.



wohlverdiente Pause nach dem Training

Schülerinnen und Schüler meinen:

- *Die Ziitmessig mit dem Badge isch cool.* Mit SPORTident kommt nach dem Training sofort Wettkampfstimmung auf.
- *Miar wend da Final au no laufa; s'isch gliich wenns rägnet und kalt isch.* OL macht Spass und lässt Vieles vergessen.
- *Kömend Sie s'nöchtscht Jahr wieder?* Eine Tour-Etappe der OLG Chur macht Lust auf mehr. Die Angebote für die Jugendlichen sind gross.
- *Worum isch da Erschtklässler sogar schneller als as paar Fünftklässler?* Dieses Geheimnis wird nicht verraten



kalt und nass - aber zufrieden



gelernt ist gelernt



Finallauf - wer gewinnt?

Miss sCOOL Christina Wehri

Zebakäs

SOLV organisiert ein Strassenfest?

Das NWK GR/GL übernachtete während des Selektionsläufe-Wochenendes in Fribourg in der Jugi. In der Nähe der Jugi fand am Samstagabend ein grosses Strassenfest (Mischung zwischen Andreasmarkt und Churer Fest) statt. Als wir am Sonntagmorgen fragten, was denn das für ein Fest gewesen sei, antwortete der Koch: „Dieses Wochenende findet in Fribourg ein vom Schweizerischen Verband organisierter, grosser Orientierungslauf statt. Das Fest gehört auch zu diesem Wettkampf.“ Das wäre wohl einen neue Strategie des SOLV, um neue OL-Läufer zu rekrutieren: jeweils am Tag vor dem Wettkampf ein grosses Volks-Fest zu organisieren.

Fürsti-Brand, Teil 1

Am OL für alle im Mai entdeckten ein paar Läufer einen Mottenbrand, welche die Churer Feuerwehr mit ihrem neuen kleinen Feuerwehrauto löschen kam. Da Véronique dem Brand allerdings schon am Mittwoch zuvor im Mittwochkurstraining gerochen hatte, kam der Verdacht auf, Postensetzerin Nina sein ganz entgegen unserer „sportrauchfrei“-Tradition mit einer Zigarette Posten setzen gegangen und hätte dadurch den Brand verursacht.

Fürsti-Brand, Teil 2

Am Churer-OL musste die Feuerwehr erneut ausrücken und einen Mottenbrand oberhalb der Trimmiser Allemend löschen. Dort hatte offenbar eine rumänische Diebesbande ein Lager errichtet. Wahrscheinlich wurden sie dann am Samstag durch die Postensetzer gestört, verliessen das Lager und zündeten es anschliessend an, um Spuren zu verwischen.

Wettkampfvorbereitung aus der Vogelperspektive

Es hatte OLG-Chur-Mitglieder, die sich extrem gewissenhaft auf ihren Einsatz am Club-Weekend von Ende Mai vorbereitet hatten. Über Ostern versuchte es Erwin Cafilisch in Locarno-Magadino sogar mit Tandem-Fallschirmspringen. Ob er allerdings Zeit hatte aus luftiger Höhe die Laufgebiete um Lugano zu studieren, ist uns nicht bekannt.

70 Churer in Davos

Unser Club wächst und wächst. Aufgefallen ist mir das wieder einmal, als ich die Rangliste des Nationalen OLS in Davos anschaute. 70 (!) OLG Chur-Mitglieder waren darauf zu finden (und dies trotz Ferienzeit)!