

CHALCHOFA

CLUBORGAN DER OLG CHUR - Sonderausgabe -

Redaktion

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

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

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

Berichte bitte an chalchofa@gmx.ch

Der „Chalchofa“ erscheint sechs mal jährlich.

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe **Freitag 28. April 2006**

Infos	News	2
	Mitgliederinfos	3
	Mutationen, Termine	4
	Jahresprogramm OLG Chur	5
	Jahresprogramm Nachwuchs	6
	OL für ALLE	8
	Clubtraining	9
	Bündner/Glarner Jugendmeisterschaft	12
	Clubweekends 2006	14
	Vorstandsadressen	15
	Organigramm	16
	E-Mail Adressen Teil1	17
	Mitgliederliste	19
	E-Mail Adressen Teil2	23
	Sammeldienst	24
	Mietpreise OL Material	25
	Sport rauchfrei	26
	Karten OLG Chur	28
	Internet-Adressen, Chalchofa-Bericht	32
	Internationales	OL auf Madeira
Nationales	Ski-OL Wochenende Lenk	34
	Churer Stadt-OL	35
Nachwuchs	sCOOL-News	36
	Wintersportweekend NWK GR/GL	37
	KAZU NWK GR/GL im Tessin	38
Zebakäs	Zebakäs	40



Ein Drittel aller Medaillen an die OLG Chur

Die Churer haben an der Ski-OL Langdistanz Schweizermeisterschaft in Lenk, welche für alle Kategorien als One-Man-Relay („Örebro-OL“) mit Massenstart ausgetragen wurde, zugeschlagen. Ein Drittel aller Titel gingen an die OLG Chur. Unsere Kaderläuferinnen Yve Gantenbein und Fabienne Klaas siegten bei den Damen Elite resp. bei den Juniorinnen. In der Kategorie D14 gab es einen Doppelsieg durch Sarah Kleger und Véronique Ruppenthal. Ebenfalls zuoberst auf dem Podest standen Philipp Kleger (H17) und Ursi Ruppenthal (DA).

Fast ebenso erfolgreich waren die Churer an der Sprint-SM. Für Yve, Fabienne, Sarah und Philipp gabs gleich die zweite Goldmedaille. Yvonne Wicki holte sich bei den Damen Elite zudem die Bronzemedaille.

Auch im Athleticum Ski-OL Cup, zu welchem diese Saison sechs Wertungsläufe zählten, brillierten die Churer. Yve, Fabienne, Sarah und Philipp siegten in ihren Kategorien.



Yve und Yvonne mit Gold und Bronze an der Sprint-SM

Yve 21. am EM

Yvonne Gantenbein erreichte an der Ski-OL EM in Ivanovo (Russland) im Langdistanzrennen mit Massenstart den 21. Rang. Über die Mitteldistanz und im Sprint lief die Davoserin auf die Plätze 24 und 25. In der Staffel verpasste Yve mit Theres Kläsi und Judith Wyder als Siebte das angestrebte Diplom.

Parallel zur Elite-EM wurde auch die Junioren-WM, welche vor einem Jahr in S-chanf durchgeführt worden war, ausgetragen. Fabienne Klaas erreichte ebenfalls über die Langdistanz mit einem 36. Rang die beste Klassierung. Sowohl den Sprint als auch das Mitteldistanzrennen beendete Fabienne auf dem 40. Rang.

Mauro an der Junioren-WM 23.

Mauro und Bettina Gruber durften an der Langlauf Junioren-WM und U23-WM in Kranj (Slovenien) starten. Mauro erreichte dabei im Sprint den guten 23. Rang. Bettina lief über 10 km klassisch auf den 34. und im Sprint auf den 39. Rang.

In Davos konnten Grubers anfangs Februar sogar Weltcupluft schnuppern. Sie erreichten im Sprint den 50. Rang (Bettina) resp. den 70. Rang (Mauro).



Mitgliederbeiträge

Wir bitten Euch, mit beiliegendem Einzahlungsschein den Mitgliederbeitrag für das Jahr 2006 bis Ende April zu überweisen. Bitte wenn möglich über ein PC- oder Bankkonto einzahlen.

Schüler, Lehrlinge und Studenten	Fr. 20.-
Übrige	Fr. 30.-
Gönner:	min. 25.-

Konti

Die wichtigsten Konti der OLG Chur:

Hauptkonto:	PC 70-6400-5
OLG Wettkämpfe:	PC 90-98505-6
Nachwuchskonto:	PC 34-301030-8

Fahrpreise

Es gelten folgende Richtlinien für Entschädigungen bei Mitfahrtgelegenheiten:

Hin- und Rückfahrt von insgesamt:	- unter 200 km	10 Fr.-
	- 200 bis 400 km	15 Fr.-
	- über 400 km	20 Fr.-

Mailingliste

Die OLG Chur hat eine Mailingliste. So können wichtige Infos, die man leicht vergisst oder für die der Chalchofa zu spät kommt, an die Mitglieder weitergegeben werden. Wer sich für die Mailingliste anmelden oder abmelden möchte, soll ein E-Mail an chalchofa@gmx.ch schicken. Wer eine Information hat, die alle OLG-Mitglieder interessiert, kann ebenfalls ein Mail an chalchofa@gmx.ch schreiben. Das Mail wird so schnell wie möglich weitergeleitet.



Mutationen

Gabriela Zanetti
Grand Parc 2
6440 Brunnen
Tel. P. 041 820 02 24
Tel. G. 041 819 25 40

Peter Glarner
Altersheim
Thonerstrasse 110
8762 Schwanden
Tel. 055 644 16 04

Sandra Fontana
Schellenbergstrasse 15
7000 Chur

Beat Jäger beat.slash@freesurf.ch
Curdin Graf lumpi6@hispeed.ch
Urs Brühwiler urs.bruehwiler@ch.elco.net

Termine März-Mai

Regional:

ab 21. März	OLG-Kartentraining	www.solv.ch/olg-chur	Chalch 06/2
25. März	OL für alle, Fürstenwald	www.solv.ch/olg-chur	Chalch 06/2
25.-29. April	Plauschwoche, Chur		Chalch 06/2
29. April	OL für alle, IIs Aults Ems	www.solv.ch/olg-chur	Chalch 06/2
ab 3. Mai	Mittwochkurs		Chalch 06/2
9. Mai	offenes Abendtraining, Fürsti	www.solv.ch/olg-chur	Chalch 06/2
13. Mai	OL für alle, Fürstenwald	www.solv.ch/olg-chur	Chalch 06/2
20. Mai	Kantonaler sCOOL-Cup, Chur		

National:

19. März	A** Welsikon, Henggart	www.dataway.ch/olg-welsikon	
2. April	A** ANCO, Neuchâtel	www.anco-ne.ch/nata	
8. April	NOM (Nacht-SM)	www.nom2006.ch	
27./28. Mai	Clubweekend 2 Giorni	www.mypage.bluewin.ch/coaget	Chalch 06/2

Meldeschluss:

14. März	A** ANCO über www.go2ol.ch		
20. März	NOM über www.go2ol.ch		
12. April	Plauschwoche bei Wetzsteins		
28. April	Clubweekend 2 Giorni bei Mäse Ruppenthal		
29. April	Mittwochkurs bei Wetzsteins		



Jahresprogramm



graubünden SPORT

Datum		Bemerkung	Bezeichnung Veranstalter	OL Karte
2006		*** Schülern.	Fett = OLG Chur	
07.01.		***	4. Churer Stadt OL	Stadt Chur
15.01.	A-Nat		Effretiker Stadt OL	Effretikon
19.03.	A-Nat		Welsiker OL, OLG Welsikon	Hünikerwald
25.03.	Ofa		NWK	Fürstenwald
02.04.	A-Nat		ANCO	Tête Plumeé
08.04.	NOM		Nacht Meisterschaft, OLG Biberist	Pfaffenweiher
25.4. – 29.4.			OLG Chur, Plauschwoche	Chur und Umg.
29.04.	Ofa		NWK	Ems, IIs Aults
09.05			Offenes Training	Fürstenwald
13.05	Ofa		NWK, ev. Kantonaler sCOOL Cup ??	Fürstenwald
20.05			Kantonaler sCOOL! Cup	Chur
27. / 28.05.		Club Weekend	2 Giorni Tessin	Dino, Davesco
09.06.			7. Churer Laufparade	Chur
17.06.	Reg.	***	35.Bündner OL Weekend	Bonaduz
18.06.	Reg	***	OLG Chur	Fürstenwald
25.06.	S		5er - Staffel OLC Kapreolo	Hardwald
08.07.	Reg.	***	36.Bündner OL Weekend	Davos
09.07.	Nat A	*** / +++	OLG Davos	Drusatsch
Ab 15.07.			Ski-O Swiss	Zermatt
11. 08. – 13.08.			Swiss O Week	Roggehuse süd/nord
			3 Tage OL Aargau	Schorüti-Hochwacht
14.08. – 19.08.			OL Lager OLG Chur	Arcegno
19.08.	SPM	Club Weekend	OLG Wallis, Sprint Meisterschaft	Crans-Montana
20.08.	EOM		OLG Wallis	
26.08.	Ofa		NWK	Fürstenwald, Chur
27.08.	SOM		OLK Argus	Wampfle-Homberg
02.09.	A-Nat	Club Weekend	OLG Thun, BeOb OK	Sunnbüel
03.09.	A-Nat			Öschinen
10.09.	MOM		Mitteldistanz,OLK Rafzerfeld	Strassberg / Ämperg
12.09.			Offenes Training	Stadt Chur
24.09.			Zürcher OL	
30.09.		***	Glarner OL	Saggberg
01.10.	A-Nat		OLG Goldau / OLG Galgenen	Hoch Ybrig
07. / 08.10 ???		Club Weekend	Arge Alp ???	Salzburg ???
14.10.			Jugendcup, OLG Chur	
15.10.	A-Nat	***	2. Trinser OL, OLG Chur	Trin
05.11.	TOM		Team OL Meisterschaft, OLG Kakowa	Zunzgerhard
18.11.			Kärtelertagung / Präsidentenkonfer.	Aarau
			Zentralkurs	Maggingen
2.12.			Chlaus OL OLG Chur	

+++ Bündner Meisterschaft



Jahresprogramm 2006 Nachwuchs OLG Chur

			
Sa	04. Mrz	Winterthurer OL	Eschenberg
Sa	11. Mrz	Säuliämtler OL	Homberg
So	19. Mrz	2. Nat A, Welsiker OL	Hünikerwald
Di	21.3.-27.6.	Clubtraining	div
Sa	25. Mrz	1. OL für alle	Fürstenwald Chur
So	02. Apr	3. Nat A, Mémorial C. Marina	Tête Plumée
Mo	17. Apr	Wängi OL	Wildberg
Di - Sa	25-29. Apr	Ferienplausch	Chur+Umgebung
Sa	29. Apr	2. OL für alle	Ils Aults Ems
Mi	3.5. - 21. 6	Mittwochkurs Frühling	Fürstenwald Chur
Sa	13. Mai	3. OL für alle	Fürstenwald Chur
Sa	20. Mai	Kantonaler sCOOL-Cup	Chur oder Umgebung
Sa/So	27./28.5.	2 Giorni TI	Dino, Davesco
Mi	07. Jun	Schweiz Schulsporttag	Frauenfeld
Sa	17. Jun	* Bonaduzer OL	Bonaduz
So	18. Jun	* Churer OL	Fürstenwald Chur
So	25. Jun	50. 5er Staffel	Hardwald
Sa	01. Jul	Stadt-Sprint	Vaduz
Sa	08. Jul	* Davoser Stadtsprint	Davos
So	09. Jul	* 4. Nat A, Davoser OL	Drusatscha
Sa - Sa	15.-22.Juli	Swiss O Week	Zermatt
So-Sa	13.-19.Aug	OL-Lager	Arcegno
Sa	19. Aug	Sprint OL Meisterschaft	Crans-Montana
So	20. Aug	Einzel OL Meisterschaft	Crans-Montana
Di	22.8.-3.10.	Clubtraining	div
Mi	23.8.-4.10.	Mittwochkurs Herbst	Fürstenwald Chur
Sa	26. Aug	5. OL für alle	Fürstenwald Chur
So	27. Aug	Staffel OL Meisterschaft	Wampfle-Homberg
Sa/So	2./3.Sep	5.+6. Nat A BE Oberland	Sunnbüel,Oeschinen
So	10. Sep	Mitteldistanz OL Meisterschaft	Strassberg
Mi	13. Sep	OL-Schülermeisterschaft	Fürstenwald Chur
So	24. Sep	Zürcher OL	
Sa	30. Sep	* Glarner OL Tag	Saggberg
So	01. Okt	7. Nat A	Hoch Ybrig
Sa/So	7./8. Okt	Arge Alp	Salzburg
Sa	14. Okt	Jugend-Cup-Staffel	Region Chur
So	15. Okt	* 8. Nat A / JC Einzel	Trin
So	05. Nov	Team OL Meisterschaft	Zunzgerhard
Sa	02. Dez	Chlaus OL	???
*	Lauf zählt zur GR / GL Meisterschaft		
Aufgepasst:			
Vergesst bei nationalen OL's und Meisterschaften den Meldeschluss jeweils 5 Wochen vor dem Lauf nicht. Informationen jeweils im Schweiz. OL-Heft/Internet www.solv.ch			
OLG Chur-Homepage: www.solv.ch/olg-chur			
Für kurzfristige Infos gibt es den Massenmail-Service. Bestellen unter chalchofa@gmx.ch			
Informationen über Claudia Wetzstein 081 284 23 62			
Viel Spass und Erfolg in den Wäldern 2006			

Ferienplausch

für Anfänger und Fortgeschrittene

aus Chur und Umgebung

In den Frühlingferien führt die OLG Chur wieder eine OL-Plausch-Woche durch. Ziel dieser 5 Tage wird es sein, Neueinsteigern den Orientierungslauf und damit die Freude am Sport in der Natur näher zu bringen. Zudem werden wir den fortgeschrittenen Läufern interessante OL-Trainings anbieten.

wer kann teilnehmen

Schüler/-innen 3. - 9. Schuljahr, Erwachsene

wann

in der zweiten Frühlingferienwoche

Dienstag 25. bis Samstag 29. April 06
täglich von ca. 9.30 h - 16.30 h

wo

Fürstentwald Chur, Emserwald, Bonaduzerwald

Kosten

Schüler Fr. 50.00 / Erwachsene Fr. 70.00
(am 1. Kurstag zu bezahlen, OLG Mitglieder 10.-
billiger) inbegriffen sind

Reisespesen nach Reichenau und Bonaduz

Leitung

Claudia Wetzstein, Nina Schaad
Heidi Camathias, Ursi Ruppenenthal
Christina Wehrli und weitere

Anmeldung

telefonisch oder mit E-Mail
bis spätestens

Mittwoch 12. April 2006

C. und C. Wetzstein, Chur

081 284 23 62 / wetzstein@pop.agri.ch

OL am Mittwoch

für Anfänger und Fortgeschrittene

aus Chur und Umgebung

wer kann teilnehmen

Schüler/-innen 4. - 9. Schuljahr, Erwachsene
wenn

ab Frühlingferien bis Sommer

jeweils am Mittwoch, 03. Mai bis 21. Juni

Zeit nach Absprache

(bei genügender Beteiligung Fortsetzung im Herbst)

wo

meist im Fürstentwald Chur

Kurskosten

Schüler Fr. 20.00 / Erwachsene Fr. 30.00

OLG-Mitglieder gratis

Leitung

Claudia Wetzstein, Ursi Ruppenenthal,
Nina Schaad und weitere

Anmeldung

telefonisch oder per E-Mail

bis spätestens

Samstag 29. April 2006

an Auskunft

C. und C. Wetzstein, Chur

081 284 23 62 / wetzstein@pop.agri.ch

6. OL-Schüeli

Churer OL - Schülereisterschaft
für Anfänger und Fortgeschrittene 1. bis 6. Klasse

Mittwoch, 13. Sept. 2006

im Fürstentwald, Chur

Ausschreibungen

mit weiteren Angaben und Anmeldelisten
werden bei Schuljahresanfang verteilt

Kantonaler sCOOL!-Cup

Samstag, 20. Mai 2006

In Chur oder Umgebung

Infos über Turnberater

OL für alle 2006

für Anfänger und Fortgeschrittene

Samstag 25. März (Fürstentwald)

Samstag 29. April (Ils Aults, Ems)

Dienstag 9. Mai (Fürstentwald)*

Samstag 13. Mai (Fürstentwald)

Samstag 26. August (Fürstentwald)

Dienstag 12. September (Stadt Chur)*

Besammling und Anmeldung

beim Waldhausstall (13.00 - 15.00)

*Besammling 18.00 - 18.30

Kosten

bis 20 Jahre Fr. 3.00

sCOOL (teilweise ausgeflaggt) Fr. 2.00

Globi-OL (ausgeflaggt) Fr. 1.00

Erwachsene Fr. 5.00

Auszeichnung

bei dreimaliger Teilnahme (ohne Dienstag)





ORIENTIERUNGSLAUF FÜR ALLE 2006



Datum	Besammlungsort	Startzeiten
Samstag, 25. März	Waldhausstall, Fürstenwald, Chur	13.00 - 15.00
Samstag, 29. April	Parkplatz Schafweide, IIs Aults, Domat/Ems	13.00 - 15.00
Samstag, 13. Mai	Waldhausstall, Fürstenwald, Chur	13.00 - 15.00
Samstag, 26. August	Waldhausstall, Fürstenwald, Chur	13.00 - 15.00

Bus zum Waldhausstall: Bus Nr. 2, Bahnhof ab 12:48, 13:48, 14:18 bis Fürstenwald

Weitere Startmöglichkeiten

Datum	Veranstaltung	Startzeiten
Dienstag, 9. Mai	Offenes OL-Training der OLG Chur (weitere Informationen unter www.o-l.ch/olg-chur)	18.00 - 18.30
Samstag/Sonntag, 17./18. Juni	35. Bündner OL-Weekend in Bonaduz und Chur (weitere Informationen unter: www.o-l.ch/olg-chur)	Sa: 13.00 - 15.00 So: 10.00 - 12.00
Samstag/Sonntag, 8./9. Juli	36. Bündner OL-Weekend in Davos (2. Davoser Stadtsprint und 20. Davoser-OL)	Sa: 13.00 - 15.00 So: 10.00 - 12.00
Dienstag, 12. September	Offenes OL-Training der OLG Chur (weitere Informationen unter www.o-l.ch/olg-chur)	18.00 - 18.30
Sonntag 15. Oktober	8. Nationaler OL A/2. Trinser-OL (weitere Informationen unter www.o-l.ch/olg-chur)	So: 10.00 - 12.00

Startgeld: bis 20 Jahre Fr. 3.--) Mitläufer ohne Karte:
Erwachsene Fr. 5.--) Fr. 1.-- weniger
sCOOL Fr. 2.--
Globi-OL Fr. 1.-- Rangliste: Fr. 2.--

Versicherung: Ist Sache der Teilnehmer

Auszeichnung: Bei dreimaliger Teilnahme an einem OL für Alle gibt es einen Erinnerungspreis!
(ausgenommen Globi-OL).

Auskunft: Simon Sauter, Kreuzgasse 32, 7000 Chur, Tel. 081/252 90 83

Die Läufe werden nur bei sehr schlechter Witterung oder grösseren Schneemengen abgesagt. In diesem Fall gibt **Tel. 1600** ab **12.00 Uhr** Auskunft.

sCOOL-Kategorie

Die Kategorie für Einsteiger, neu an Stelle der Troll-Kategorie

Der beliebte Schnur-OL für unsere Jüngsten wird wieder als **Globi-OL** durchgeführt. Jedes Kind erhält am Ziel eine kleine Belohnung.

Auf Eure Teilnahme freuen wir uns!

Das OL für ALLE-Team des OL NWKs GR/GL



graubündner SPORT



Donnerstag: Lauftraining für Jung und Alt

Komm auch mit! Gemeinsam statt einsam trainieren macht mehr Spass!
Du bist herzlich willkommen!

Treffpunkte: **23. März – 05. Oktober 2006**
jeweils donnerstags 18.30 Uhr
Ruchenbergstrasse 25 (Familie Wehrli), 7000 Chur

26. Oktober – Beginn Trainingspause
jeweils donnerstags 18.30 Uhr
Giacomettistrasse 112 (Familie Schaad), 7000 Chur

Trainingspausen: Gemäss Absprache mit den TeilnehmerInnen.

Unser gemeinsames Lauftraining mit dem Nachwuchskader des BÜOLV ist

abwechslungsreich: Unterschiedliche Laufstrecken mit Zusatzschlaufen und Abkürzungen.

vielfältig: Laufschule, verschiedene Dauerläufe, Fahrtspiele, etc.

anpassungsfähig: An TeilnehmerInnen, Bodenverhältnisse, Wetter, Saisonplanung, Wettkampfziele, etc.

Details zu Trainings: Auf der Homepage des Nachwuchskaders GRGL

<http://geocities.com/nwkgrgl/>

Dann „Aktivitäten“, anschliessend „Trainingsprogramm 2006“ wählen.

Auskunft:

Gabriela Diethelm	Telefon	081 356 06 79
	E-Mail	gdiethelm@hotmail.com
Werner Wehrli	Telefon	081 353 51 79
	E-Mail	c.w.wehrli@hispeed.ch



Clubtraining Sommer 2006



Dienstag: Karten-Training

Nr.	Datum	Trainingsform	Karte	Besammlungsort
1	21.03.	Tag-/Nacht-OL	Fürstenwald	P Waldhausstall
<i>26.03. Beginn Sommerzeit</i>				
2	28.03.	Bananen-OL	Bot Tschavir	P Vita-Parcours Bonaduz
3	04.04.	Vielposten-OL	Fürstenwald	Schützenhaus Trimmis
4	11.04.	Höhenkurven-OL	Bonaduz	P 700 m westl. Vita-Parcours
<i>Frühlingsferien</i>				
5	02.05.	Disziplinen-OL	Crest' Aulta Strasse, ca. 3 km	Lichtung an der Sculmser ab Bahnübergang Bonaduz
6	09.05.	Normal-OL Offenes Training	Fürstenwald	Waldhausstall
7	16.05.	Schneeball-OL	Ils Aults	P Schafweide Domat/Ems
8	23.05.	Tankstellen-OL	Fürstenwald	P Kleinwaldegg
9	30.05.	Verfolgungs-Sprints *	Ils Aults	P Schafweide Domat/Ems
10	06.06.	Attack-Point-Training	La Mutta Laax	P Staderas zw. Flims u. Laax
11	13.06.	Alpin-OL	Dreibündenstein	Strasse Scheid - Feldis Abzweigung zur Alp dil Plaun oberhalb Scheid
12	20.06.	Jeanas-Staffel *	Uaul Gr./La Mutta	P Caumasee Flims Waldh.
13	27.06.	Kurzstrecken OL * + Brätlete + Baden	Uaul Grond Osteil	Trin, neuer P Crestasee
14	01.07.	Spezial-Training am Samstag (1 Woche vor dem Sprint-OL in Davos): Sprint-OL ***	Vaduz	Parkhaus Eule, Vaduz
<i>Sommerferien</i>				
15	22.08.	Kurzzeit-Staffel * + gemütliches Zusammensein bei Trudi Wieland in Parpan	Scharmoin	P Talstation Rothornbahn



Bündner / Glarner Jugendmeisterschaft 2006

Wertungsläufe:

1. Lauf	7. Januar	Churer Stadt OL	Stadt Chur
2. Lauf	17. Juni	Bonaduzer OL	Bonaduz
3. Lauf	18. Juni	Churer OL	Fürstenwald, Chur
4. Lauf	8. Juli	Davoser Stadtsprint	Stadt Davos
5. Lauf	9. Juli	Davoser OL	Drusatschawald, Davos
6. Lauf	30. September	Glarner OL Tag	Saggberg
7. Lauf	15. Oktober	Trinser OL, Schlusslauf	Trin

Für die Jahreswertung zählen von den ersten sechs Läufen die drei besten Resultate plus das Ergebnis des Schlusslaufes vom 30. Oktober im Bürgerwald.

In den Kategorien H/D 12 und H/D 14 darf in Gruppen gelaufen werden. Dabei erhält jede(r) Läufer(in) Punkte. Allerdings werden vom errechneten Wert 15 Punkte abgezählt.

www.s-sport.ch

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

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

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

Sport-Schaffhützelius-Vertriebs AG, Keimplatzstrasse 29, 8308 Illnau, Tel. 052-347 27 43, Fax 052-347 27 45, E-mail: info@s-sport.ch



Reglement der Bündner/Glarner Jugendmeisterschaft

Die Bündner/Glarner Jugendmeisterschaft soll die jungen OrientierungsläuferInnen der beiden Kantone zu regelmässiger Teilnahme an Wettkämpfen animieren.

Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt sind alle LäuferInnen der Kategorien H/D -18, -16, -14 und -12, welche im Kanton Graubünden oder Glarus wohnen.

Wertungsläufe

Nach Erscheinen des Terminkalenders legt der Verantwortliche in Absprache mit dem Bündner OL-Verband und der Glarner OLG die Wertungsläufe fest.

Nach Möglichkeit soll die Jahreswertung aus fünf oder sieben Wertungsläufen inkl. dem Schlusslauf bestehen.

Bei fünf Anlässen zählen von den ersten vier Läufen die beiden besten Resultate plus das Ergebnis des Schlusslaufes.

Bei sieben Anlässen zählen von den ersten sechs Läufen die drei besten Resultate plus das Ergebnis des Schlusslaufes.

Die Wertungsläufe sind vor dem ersten Lauf zu publizieren.

Wertungsmodus

An den Wertungsläufen erhält der Sieger jeder Kategorie (wobei nur die Bündner und Glarner berücksichtigt werden) 100 Punkte. Die Punktzahl der übrigen Läufer wird nach Rückstands-prozenten berechnet und zwar nach der folgenden Formel:

$$100 - \frac{(\text{Laufzeit} - \text{Siegerzeit}) \times 100}{\text{Siegerzeit}} = x \text{ Punkte}$$

Wird in Gruppen gelaufen, so erhält gleichwohl jeder Läufer der Gruppe Punkte. Allerdings wird ein Abzug von 15 Punkten vom errechneten Punktwert gemacht. Gruppen sind in den Kategorien D/H -12 und D/H -14 erlaubt.

Jeder klassierte Läufer erhält mindestens einen Punkt.

Bei Punktgleichheit zählt das Resultat des Schlusslaufes. Sollte dabei keine Entscheidung möglich sein, gewinnt diejenige oder derjenige mit der höheren Anzahl Punkte der Streichresultate.

Titelberechtigt ist nur, wer bei fünf Wertungsläufen an deren drei und bei sieben Wertungsläufen an deren vier Anlässen in der entsprechenden Kategorie teilgenommen hat.



Tessiner 2 Giorni

27. / 28. Mai 2006, 1. Clubweekend 2006 OLG Chur

Die Laufgebiete sind wenige Kilometer nördlich von Lugano, es wird auf den neuen Karten Davesco und Dino gelaufen

Für dieses Weekend hat die OLG Chur in der Jugendherberge Figino 25 - 30 Betten reserviert. Vorbehalt GV Entschluss werden wir wieder vom Verein einen grösseren betrag zur Verfügung haben.

Für die Bekanntgabe der definitiven Anzahl Übernachtungen brauche ich eure **Anmeldung bis spätestens am 28. April.**
Laufanmeldung übernimmt jeder selber.

Marcel Ruppenthal
marcel.ruppenthal@emsgrivory.com
oder per Telefon 081 633 41 28

Nationales Weekend in Kandersteg

2./3. September 2006, 2. Clubweekend 2006 OLG Chur

Auf den Karten Sunnebüel und Öschinen finden die beiden A-Nationalen Läufe 5 und 6 statt. Der Vorstand der OLG Chur hat diesen Anlass als Clubweekend vorgeschlagen und die GV hat ihre Zustimmung erteilt und im Budget gleichzeitig einen Kredit von Fr. 2'000.-- gesprochen

Für die Übernachtung wurde das Ferienhaus "Bergfried" reserviert.: Das Haus hat 42 Betten in 2er bis 6er Zimmern.

Anmeldung für die Unterkunft so rasch wie möglich, jedoch spätestens **bis 30. Juni 2006** (schriftlich an Ruth Wolf, per e-mail ruth.wolf@hispeed.ch oder mit FAX 081 354 13 15). Bitte teilt mit, ob ihr mit dem ÖV oder PW reisen werdet, damit Abklärungen betreffend Kollektivbillet gemacht werden können. Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Wenn das Haus ausgebucht ist, werdet ihr informiert und müsst anderweitig eine Schlafgelegenheit suchen (ev. wird etwas vom Veranstalter angeboten).

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



Vorstandsadressen

Präsidium:

Marcel Ruppenthal, Via Rudera 4, 7013 Domat/Ems
P 081/633 41 28, G 081/632 67 30, marcel.ruppenthal@emsgrivory.com

Kartenwesen:

Gian-Reto Schaad, Eschenrain 13, 6312 Steinhausen
P 041/740 03 33, G 041/763 18 61, grs@grs.ch

Technische Leitung:

Werner Wehrli, Ruchenbergstr. 25, 7000 Chur
P 081/353 51 79, G 081/286 97 00, c.w.wehrli@hispeed.ch

Finanzwesen:

Sergio Ferrari, Via Caguils 16 B, 7013 Domat/Ems
P 081/633 37 94, G 081 632 82 21, cs.ferrari@hispeed.ch

Veranstaltungen:

Jürg Schäpper, Via Rudera 7, 7013 Domat/Ems
P 081 633 20 48, juerg.schaepfer@freesurf.ch

Simon Sauter, Kreuzgasse 32, 7000 Chur
P 081/252 90 83, simonsauter@gmx.ch

Nachwuchsbetreuung:

Claudia Wetzstein, Signinastr. 17, 7000 Chur
P 081 284 23 62, wetzstein@pop.agri.ch

Aktuariat:

Walter Büchi, Voa Principala 14, 7077 Valbella
P 081/353 95 49, N 079/772 85 88, fwbuechi@bluewin.ch

Weitere Ressorts

Presse:

Madlaina Schaad, Giacomettistr. 112, 7000 Chur
P 081/353 16 66, madlainschaad@hotmail.com

Materialstelle:

Ruth Wolf, Kantenstr. 30, 7000 Chur
P 081/353 13 15, G 081/354 13 01, Fax 081/354 13 15, ruth.wolf@hispeed.ch

OL und Umwelt:

Jörg Giezendanner, Hartbertstr. 20, 7000 Chur
P 081/253 07 09, G 081/255 19 56, Fax 081/255 19 00, aj.giezendanner@freesurf.ch

Sammelanmeldung:

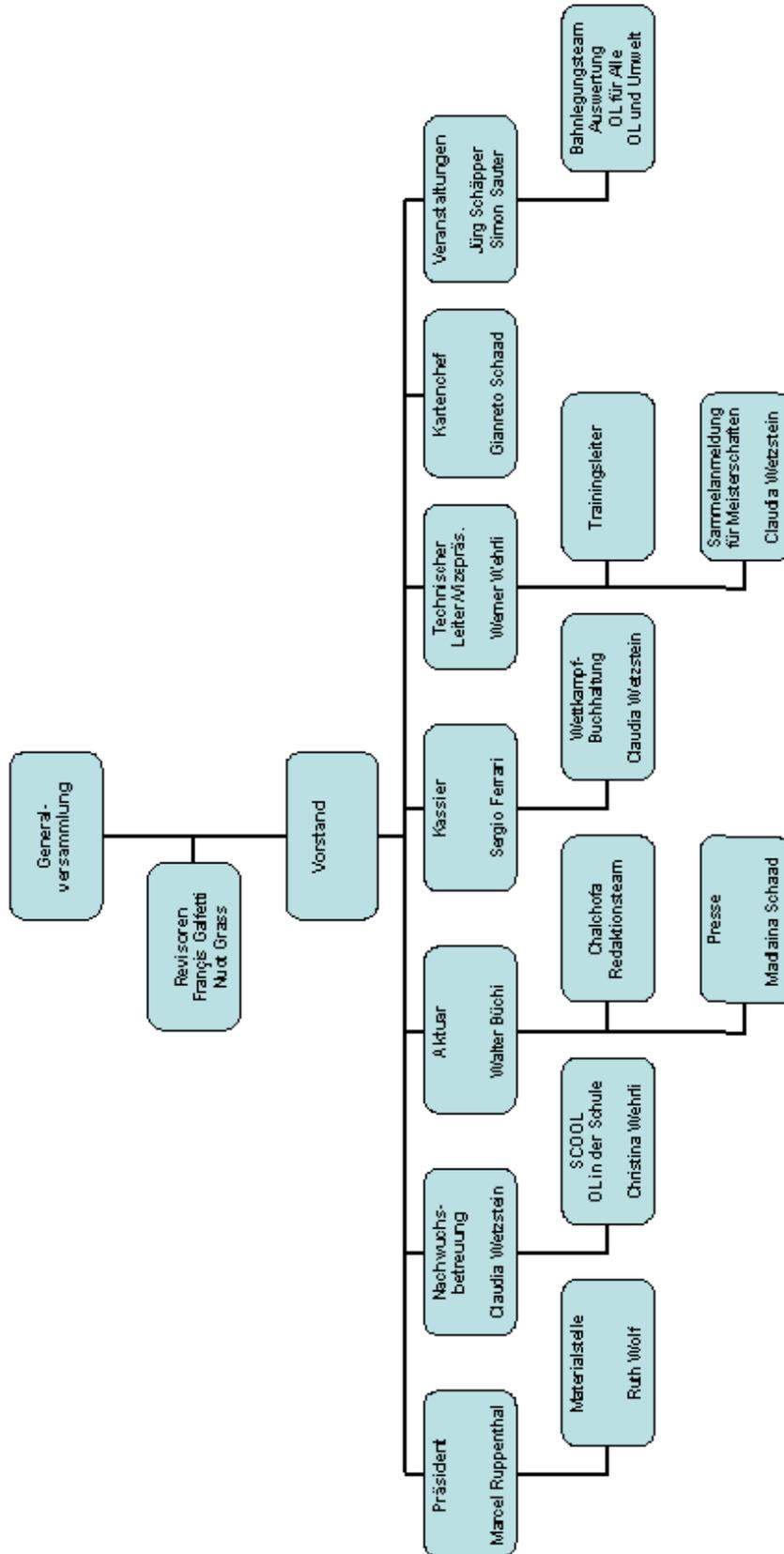
Claudia und Claudio Wetzstein, Signinastr. 17, 7000 Chur
P 081/284 23 62, G 081/258 31 45, wetzstein@pop.agri.ch

Sportident Material:

René Caflisch, Giacomettistr. 4, 7000 Chur
P 081 285 18 66, i.r.caflisch@bluewin.ch



Organigramm OLG Chur





OLG CHUR SAMMELANMELDEDIENST

Unser Sammelanmeldedienst beschränkt sich wieder auf die Meisterschaften, bei welchen der Club das Startgeld übernimmt.

Solltest du (wie z.B. im go2ol möglich) eine Familienanmeldung initialisiert haben, so haben wir keinen Zugriff auf deine Daten und du müsstest dich trotzdem selber anmelden und beim OLG Kassier das Startgeld einziehen.

Dies betrifft im 2006 folgende Wettkämpfe:

<u>Datum</u>	<u>Lauf</u>	<u>Meldeschluss (Wetzstein)</u>
Sa 8. April	NOM (Nacht) Pfaffenweiher BE/SO	Do. 1. März
Sa 19. August	SPM (Sprint) Crans-Montana VS	Mi. 5. Juli
So 20. August	EOM (Lang) Crans-Montana VS	Mi. 5. Juli
So 27. August	SOM (3er Staffel) Wampfle-Homb. AG	Mi. 5. Juli
So 10. September	KOM (Mittel) Strassberg ZH/SH	Do. 3. August
So. 5. November	TOM (3-er Team) Zunzgerhard NWS	Do. 28. September

Bitte vergewissert euch in der Ausschreibung, dass der Lauf keinen früheren Meldeschluss hat.

Alle die sich nach dem angegebenen Termin noch anmelden wollen, müssen dies direkt beim Veranstalter tun!!

Anmeldungen sind zu richten an:

**Claudia + Claudio Wetzstein,
Signinastr. 17, 7000 Chur
Tel. P 081 284 23 62 / G 081 258 31 45
wetzstein@pop.agri.ch**

Wir werden diese Startgelder direkt beim OLG Kassier einziehen. Ihr bekommt dafür also keine Rechnung mehr



Mietpreise OL- Material



Postenmaterial

Postenflagge 30 cm	Fr. 0.50
Postenzange	Fr. 0.50
Grosses Postenstativ mit Flagge und Zange	Fr. 1.50
Kleines Postenstativ mit Flagge und Zange (Gerberaposten)	Fr. 1.00

Sonderangebot für Schulen

30 Gerberaposten pauschal Fr. 20.00

Bei Beschädigung oder Verlust wird der Kaufpreis des Leihmaterials in Rechnung gestellt.

Miete Sportident Material

Clubtraining	Gratis
Regionale Wettkämpfe inkl. SI-Card	Fr. -.50 pro Teilnehmer mind. Fr.100.-
Nationale Wettkämpfe inkl. SI-Card	Fr. -.60 pro Teilnehmer
Andere Veranstaltungen Abmachungen	gemäss jeweiliger

Bei Beschädigung oder Verlust wird der Kaufpreis in Rechnung gestellt

Zusätzlich eingemietete SI-Einheiten und SI-Card werden mit den effektiven Kosten belastet.



Sport rauchfrei

Wir machen wieder mit!



www.rauchenschadet.ch

Wir sind überzeugt: Sport treiben und Rauchen passen nicht zusammen!

Im Jahr 2005 hat die OLG am Wettbewerb sport.rauchfrei. 1'000 Franken gewonnen. Wir beteiligen uns auch an der Kampagne 2006 von „Sport rauchfrei“.

Unser Verein hat sich damit für folgende Punkte verpflichtet:

1. Wir sorgen für tabak- und cannabisfreie Trainings und Wettkämpfe.

- Wir konsumieren im Sportdress keine Tabak- oder Cannabisprodukte.
- Mindestens eine Stunde vor und nach dem Sport ist „rauchfreie Zeit“.
- Wir dulden an unseren Trainings und Wettkämpfen auch keine anderen Formen von Tabakkonsum (snusen, sniffen, kauen).
- Wir dulden im Verein keine Rituale mit Tabak- oder Cannabiskonsum.

2. Unsere Trainer/innen, Leiter/innen und Funktionäre treten als Vorbilder auf.

- Unsere Vereinsanlässe sind rauchfrei.
- Unsere Trainer, Leiter und Funktionäre rauchen nicht.
- Die Leader und Idole in unserem Verein setzen sich für rauchfreien Sport ein.
- Wir bringen das Thema „rauchfrei“ an Sitzungen sowie an der GV zur Sprache.

3. Wir verzichten auf Tabak sponsoring.

- Wir teilen in Veranstaltungs- und Vereinspublikationen mit, dass wir auf Tabak-sponsoring verzichten. Wir lehnen Inserate ab, die für Tabakprodukte werben.
- Wir lehnen die finanzielle Unterstützung von Tabakfirmen ab, auch wenn sie uns in Form von Nichtraucher-Werbung für Jugendliche angeboten wird.
- Wir tragen den Entscheid gegen Tabak-Sponsoring mit. Unsere Mitglieder vertreten diesen Beschluss engagiert, wenn sie darauf angesprochen werden.

4. Wir stehen öffentlich zu unserer Haltung „tabak- und cannabisfrei“.

- Wir hängen die von uns unterschriebene Charta gut sichtbar auf (z.B. GV).
- Wir publizieren unser Engagement im Chalchofa und auf unserer Webseite.
- Wir platzieren auf unserer Webseite den Link zu www.rauchenschadet.ch.
- Wir weisen bei der Mitglieder- und Nachwuchswerbung, an Gemeindegängen, etc. öffentlich auf das Qualitätsmerkmal „rauchfrei“ unseres Vereins hin.

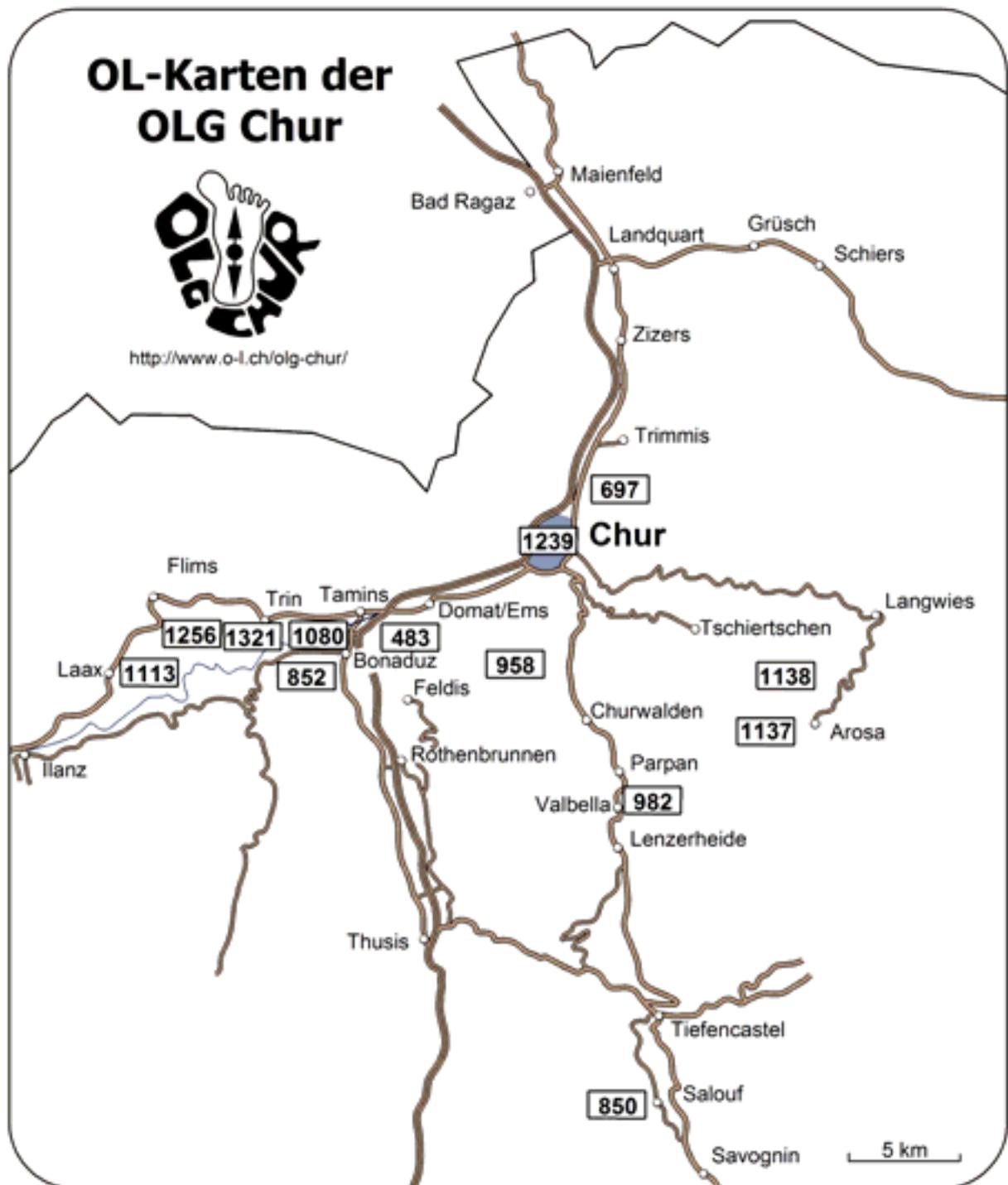
Weiteres zu sport.rauchfrei und zum Wettbewerb unter www.rauchenschadet.ch

Für den Vorstand

Chur, Ende Januar 2006

Marcel Ruppenthal, Präsident

Werner Wehrli, Technischer Leiter



OL - Karten der OLG Chur

Stand: 1. März 2006

Karten Nr.	OL - Karte	Ort	Massstab	Total Kartierte Fläche Laufgebiet km ²	Ausgabe- jahr	Koordi- naten	Preis/Stk ¹⁾ Fr.	Bemerkungen
483	Ilis Aults	Domat/Ems	1 : 10'000	3.4	2002	751/187	2.50	Merkblatt
697	Fürstenwald	Chur	1 : 10'000	6.0	2000	761/194	3.00	Merkblatt
850	Got Grond-Oberhalbstein	Salouf	1 : 15'000	20.3	1986	762/166	2.50	Merkblatt
852	Crest'Aulta	Bonaduz	1 : 10'000	7.5	2002	747/186	3.50	Merkblatt
958	Dreibündenstein	Churwalden	1 : 15'000	12.3	1989	756/185	2.50	
982	Scharmoin	Lenzerheide	1 : 10'000	7.0	1997	763/179	3.50	Merkblatt
1080	Bot Tschavir	Bonaduz	1 : 10'000	3.6	2002	748/187	2.50	Merkblatt
1113	La Mutta	Laax	1 : 10'000	10.0	2003	740/187	5.00	Merkblatt
1137	Arosa	Arosa	1 : 15'000	20.0	1995	770/183	5.00	Merkblatt
1138	Arosa Maran	Arosa	1 : 10'000	11.0	1995	770/184	4.00	Merkblatt
1239	Stadt Chur	Chur	1 : 5'000	4.0	2000	759/192	3.00	
1256	Uaul Grond	Flims	1 : 10'000	6.0	2000	742/187	5.00	Merkblatt
1321	Trin	Trin	1 : 10'000	3.0	2003	745/187	5.00	Merkblatt
	Rossboden	Chur	1 : 5'000		2003	757/191	2.00	
	Churer Altstadt	Chur	1 : 4'000		2006	759/191	2.00	

1) Mengenrabatt ab 100 Stk. auf Anfrage





Reglement für den Bezug von OL-Karten

Für folgende Zwecke werden OL-Karten der OLG Chur gratis abgegeben:

1. Für den Trainingsbetrieb der OLG
2. Für Verhandlungen mit Behörden und Ämtern.
3. Für das Beantragen von Bewilligungen für die Herstellung von OL-Karten, für die Durchführung von OL-Veranstaltungen usw.
4. OL-Kurse
 - 4.1 Für die Durchführung von OL-Kursen unter der Leitung der OLG Chur, Genehmigung durch den Vorstand erforderlich.
(OL-Schnupperkurs, Mittwochkurs, OL-Plausch, usw.)
 - 4.2 Für die Ausbildung von Schulklassen, sofern die Ausbildung unter der persönlichen Leitung eines OLG-Mitgliedes durchgeführt wird. Grösse der Ausbildungsgruppe maximal eine Schulklasse
Folgende Angaben sind verbindlich anzugeben:
 - Art der Ausbildung und des Ausbildungszieles
 - Name des Kursleiters
 - Anzahl Teilnehmer
 - Dauer der Ausbildung
5. Für OLG Chur-Mitglieder zu Trainingszwecken (Eigengebrauch).

Für folgende Zwecke werden OL-Karten der OLG Chur zum Selbstkostenpreis abgegeben:

1. Für die Durchführung von OL für Alle, wenn der OLG keine zusätzlichen Kosten, wie Hallenmiete, Gebühren für Bewilligungen usw. entstehen.

Für Wettkämpfe (auch Schul-OL) gelten die normalen Kartenpreise.

Chur, im März 2004

Dieses Reglement wurde vom Vorstand an der Vorstandssitzung vom 5.3.2004 verabschiedet.



Nützliche Internet-Adressen

OLG Chur: www.solv.ch/olg-chur

NWK GR/GL: www.geocities.com/nwkgrgl

SOLV (Schweiz. OL Verband): www.solv.ch oder www.o-l.ch

Startlisten: → [start lists](#)

Ranglisten: → [results](#)

Wettkämpfe, Ausschreibungen, Weisungen: → [events](#)

Startplatz gesucht, Fundgegenstände, ect.: → [forum](#)

Internationaler OL-Verband IOF: www.orienteing.org

sCOOL: www.scool.ch

Internetanmeldung: www.go2ol.ch , www.olentry.ch

Spitzensport: <http://solv.deimos.ch>

OL-Fachschrift (aktuelle News zum OL): www.ol-fachschrift.ch

OL Shop Orienteering: www.orienteing.ch

OL Shop S-sport: www.s-sport.ch

OLG Davos: www.solv.ch/olg-davos

Ski-OL: www.solv.ch/ski-ol

Bike-OL: www.bike-o.ch

RunOWay (Routen vergleichen nach grossen Läufen): www.olternativ.ch

Wie verfasse ich einen Chalchofa-Bericht

Herzlichen Dank allen fleissigen Schreibern des letzten Jahres!

Damit wir weiterhin einen interessanten und abwechslungsreichen Chalchofa bieten können, sind wir auf DEINE Mithilfe angewiesen. Um einen Bericht zu schreiben musst du überhaupt kein Profi sein.

Fotos und Berichte sollten wenn möglich in elektronischer Form (am besten per Mail) abgegeben werden. Damit das Einfügen eines Textes für uns möglichst einfach ist, sollte ein Bericht wie folgt aussehen:

Schrift: Arial, Grösse 12

Seitenränder: links 2.5, rechts 2.5, oben 2.5, unten 2

Bitte haltet die Redaktionsschlüsse ein!

Das Chalchofa-Redaktionsteam ist dankbar für jeden Beitrag.

Redaktionsadresse:

Madlaina Schaad, Giacomettistr. 112, 7000 Chur, 081 353 16 66, chalchofa@gmx.ch



Einige Fakten zu:

OL auf Madeira

Wo liegt Madeira? (werde ich immer zuerst gefragt)

Wenn man von der Südspitze von Portugal in Meer hinausfährt und noch etwas südlich hält, so stösst man auf Madeira. Madeira ist eine Insel und portugiesisch.

Wie warm war es dort im Januar?

Immerhin 20 Grad wärmer als in der Schweiz. (wenn es hier Minus 5 Grad ist, dann)

Wie kommt man auf die (Schnaps-)Idee, dort OL zu machen?

Wenn man im Herbst keine Ferien mehr machen konnte und nicht warten mag bis Ostern, so kann man beim betrachten des internationalen Kalenders auf die Idee kommen, im Januar nach Madeira zu fliegen.

Wie ist das Gelände dort?

So wie im Tessin, nur etwas steiler. (resp. die flacheren Teile des Tessins fehlen) Zudem behindern gelegentlich Ginsterbüsche das weiterkommen. Deren Stacheln sind wesentlich grösser als diejenigen der Kastanien.

Wie waren die Karten?

Die 10'000er Karte war zwar wie eine 15'000er und die 7'500er wie eine 10'000er Karten zu lesen, aber die von Portugiesen aufgenommenen Karten waren wirklich gut. Es waren ja auch WRE-Wettkämpfe. (World Ranking Events)

Wieviele Teilnehmer hatte es an diesem OL und von wo kamen die?

Die meisten der etwa 300 Teilnehmer waren von Portugal und natürlich speziell von Madeira. Es hatte aber auch einige Nordländer und eben auch ein paar (6) Schweizer.

Und wie haben die Schweizer an den Wettkämpfen abgeschnitten?

Trotz kleineren und grösseren Suchaktionen (das Gelände war kartentechnisch gar nicht so einfach, wie es auf den ersten Blick ausgesehen hat) haben es alle Schweizer, die an beiden Wettkämpfen teilgenommen haben, aufs Podest geschafft. Claudia und Kurt Huber (hat eine Ferienwohnung in Trin und ist ab und zu bei uns im Kartentraining) sogar zuoberst.

Claudia und Claudio Wetzstein

Fotos findet man im Internet unter folgendem Link:

http://www.camadeira.com/gallery/wre_2006Fotos?page=1



SKI-OL WOCHENENDE LENK

Schweizermeisterschaft Langdistanz und erste Ski-OL Staffel in der Schweiz, 28./29. Januar 2006

Am Samstag erreichten etliche Ski-O-Läufer bei hohen Temperaturen die Lenk, um die diesjährige SM Langdistanz zu laufen. Nachdem wir in der Unterkunft das Gepäck verstaut hatten und die Skier getestet hatten stellten wir uns um 13:00h und 13:10h zum Start auf. Zum ersten Mal erfolgte die SM in Form eines Schlaufenlaufes mit Massenstart. Das Rennen umfasste zwei ähnliche Schlaufen, dabei waren die Strecken gegabelt. Da einige verschiedene Posten auf engem Raum standen war die Fehlerquote (und damit Nichtklassierungen) ziemlich hoch.

Nach dem Abendessen und der Rangverkündung gestaltete jeder seinen Abend nach eigenem Geschmack.

Am Staffeltag war es merklich kühler als noch am Samstag. Gewisse Loipenabschnitte waren völlig vereist. Schon kurz nach dem Start auf die erste Strecke zog sich das Feld in die Länge. So war der Rückstand des letzten abgelösten Läufers auf die Spitzengruppe, angeführt von Yve Gantenbein, sehr gross. Nach der zweiten Strecke waren die Abstände zwischen den ersten fünf Läufern wieder geringer, sodass das Rennen um einiges spannender wurde. Obwohl Vroni Gaffner, welche Yve ablöste, an Martin Gantenbein noch als erste übergeben konnte. Doch Gante wurde von 4 Kaderläufern überholt. Flori Rüegg konnte sein Team noch an die Spitze führen.

Die Rangverkündung folgte schnell, da die Heimreise für einige Teilnehmer lange dauerte.



*Sarah lief zusammen mit Philipp und Andrin Kappenberger in der Staffel auf den zweiten Platz
(Foto www.solv.ch/ski-ol)*

Von Philipp&Sarah Kleger und Valentin&Veronika Gafner



Impressionen vom Churer Stadt OL

7. Januar 2006



Simon Egli



Daniel Müller



Nina Schaad



Michelle Ruppenthal



NEWS



Tour de Suisse

Glarus: Die Glarner OLG hat eine Etappe zur Verfügung.
Die Primarschule Schwanden interessiert sich dafür.
Dazu braucht sie eine neue Karte.
Mitglieder der OLG Chur unterstützen sie bei der Herstellung.
Die Schule Schwanden kann sich auf einen tollen OL-Tag freuen!

Graubünden: Der OLG Chur stehen drei Etappen zur Verfügung.

Zehn Schulen interessieren sich dafür:

- Celerina
- Chur Schulhaus Rheinau
- Domat/Ems Caguils
- Felsberg
- Filisur
- Flims
- Lenzerheide und Zorten
- Rhäzüns
- Trimmis

Alle haben bereits eine eigene Schularealkarte.

Alle sind vom OL begeistert.

Alle möchten eine Tour de Suisse-Etappe erhalten.

Welche drei Schulen werden davon profitieren?

Und die andern?

Was kann die OLG Chur unternehmen, damit die „Verlierer“ doch noch zu Gewinnern werden?

Mit der sCOOL-Karte hat jede Schule auch das Anrecht auf einen von der OLG betreuten Anlass erworben. Er ist im Budget vorgesehen.

Unser Einsatz kann ein Gewinn für die Schulen *und* die OLG Chur werden! Wer hilft mit?



3. Bündner Cup

Samstag, 20. Mai 2006 (Kantonaler Schulsporttag OL)

Laufleitung: Nina Schaad, Esther Mattle

Alle Schulen aus Graubünden können davon profitieren!

Die Besten der Oberstufe qualifizieren sich für den Schweizerischen Schulsporttag am Mittwoch, 7. Juni 2006 in Frauenfeld.

Miss sCOOL Christina Wehrli



Wintersporttag des NWK GR/GL

von Simon Sauter

Auch dieses Jahr fanden wir wieder optimale Schneebedingungen für unseren Wintersporttag vor. Es zog uns nach Bergün, und wie könnte es anders sein, wir gingen schlitteln. Die anspruchsvolle fünf Kilometer lange Strecke von Preda nach Bergün, nebenbei die längste in Europa, versprach ein interessantes Rennen. Umso wichtiger war dementsprechend die mentale und materielle (Schlittenkuven schleifen) Vorbereitung. Doch es kam ganz anders. Martin und Sandra dominierten auf ihrem Zweier-Rodel das Feld nach Belieben, sodass wir (Véronique, Annetta, Andy, Ralf, Simon „Pilger“ E. und der Schreibende) nur noch um die Ehrenplätze kämpfen konnten. Nach gut 20 Minuten rasanter Fahrt erreichten wir Bergün, mit dem Nebeneffekt, dass wir den Schlittel-Run als Rumpfraining in unser Trainingstagebuch einschreiben konnten, da die aerodynamische Position unsere Bauchmuskeln ganz schön beansprucht hatte.

Als nächstes nahmen wir die Sesselbahn auf die Alp Darlux. Dass die kommende Abfahrt zu einem „Husarenritt“ werden würde, waren sich wohl alle bewusst, versprachen die 600 Höhenmeter auf vier Kilometer doch Einiges. Und so kam es dann auch, dass die Schlitten ihre Herrchen ein paar Mal abwarfen. Und ein Schlitten ging dabei so gar zu Bruch. Ralfs Kommentar: „Ich fuhr in der dritten Linkskurve auf der Ideallinie, als Simon plötzlich innen vorbeiziehen wollte. Doch in diesem Moment kam eine Bodenwelle, die ihn abhob und bei der Landung hörte ich nur noch ein lautes Knacken.“ Zum Glück kamen alle ohne Verletzung ins Ziel und nach einer kurzen Reparatur war auch Simons Schlitten wieder einsatzfähig.

Nun war es Zeit für einen Restaurantbesuch, da wir allmählich kalte Hände und Füße hatten und wir uns auf die letzte Abfahrt noch einmal aufwärmen wollten. Voller Hoffnung, den Zweier-Rodel doch noch zu bezwingen, machten wir uns nochmals auf. Die Hoffnung war von kurzer Dauer, zogen doch Martin und Sandra schon nach kurzer Fahrt wieder an mir vorbei. Beim Versuch sie abzudrängen, landete ich dann in der Schneewand und sodass das Feld wieder von hinten aufgerollt werden musste.

Müde, glücklich und trauernd über den Verlust eines Schlittens, verliessen wir gegen 16 Uhr mit der RhB Bergün in Richtung Chur.



KAZU des NWK GR/GL in Malcantone, 18. /19. Februar 2006

von Philipp Kleger

Samstag

Am Samstag fuhren wir wie gewohnt für die meisten, mit einem Theusbus von Chur ab. Diesmal ging es ins Tessin. Alle waren motiviert denn man hoffte natürlich, dass die Sonne im Tessin scheint da es in der letzten Zeit im Norden der Alpen oft schneite. Als wir dann losfuhren merkten wir erstens mal das der Radio und CD-Player einen Zahlencode brauchte, welchen wir dann zu knacken versuchten. Als dann Philipp S. im Autohandbuch las, dass man nach jeder Eingabe die doppelte Zeit warten musste so platzte unser Wunsch Musik zu hören ziemlich schnell. Nun kam der San Bernardino und als wir ihn durchquert hatten, was sahen wir? Sonne? Nein es schneite und in tieferen Lagen regnete es. Um die Mittagszeit erreichten wir Tesserete wo wir auf die Tessiner warteten (In dieser Zeit machte Simon S.



Philipp Kleger und Pascal Schär

die ersten Bekanntschaft mit dem nassen Boden). Danach ging es in den Trainingswald. Es regnete und jeder machte sich mit seiner Motivation an die Arbeit "umzuziehen". Wir hatten in diesem Wald 2 Trainings. Eines um sich wieder auf einer Waldkarte einzulaufen und eines war ein Sprint. Doch aus diesen Trainings wurde schnell ein Spuren-0L, denn es begann wie wild zu schneien. Wir erreichten alle das Ziel und so ging es weiter zu unserer Unterkunft. In dieser Zeit hat bereits der Match zwischen Kanada und Schweiz begonnen und man wollte das Resultat wissen. Als Nana sagte es stehe 2:0 für die Schweiz, wollte das niemand glauben. So mussten wir uns in der Unterkunft selbst überzeugen, da es in jedem Zimmer einen Fernseher gab. Auch beim Streching mussten wir in der Nähe des Fernsehers sein da Andreas Küttel sprang. Nach dem Abendessen und dem Mentaleteil gingen alle schlafen.

Sonntag

Nach dem Frühstück ging es auf zum nächsten Training. Es gab eine 2er Stafel an der Grenze Schweiz-Italien. Wie am letzten Tag lagen etwa 20-30 cm Schnee. Nach diesem Trainig gab es noch einen Auswendig-0L. Als alle zurück waren hat es wieder zu regnen begonnen. Jetzt stand uns noch das letzte Training bevor, ein Sprint in Mendrisio. Es war ein Sprint im Regen doch er hatte spannende Routenwahlen enthalten bei welchen man sich die Karte genauer anschauen musste. Alle haben den Sprint überstanden auch die, welchen ein Bein gestellt wurde (Sarah wurde das Bein gestellt von einem Einwohner).



Als wir dann losfahren begann es stark zu schneien und als wir dann ohne Musik zu hören (obschon wir einen erstklassigen Chor hatten Ralf, Philipp S., Simon usw. mit ihrem Hit "Das isch ar Schlanga ira Tanz") in Chur ankamen, hatten wir erfahren das die San Bernhardinostrasse gesperrt wurde wegen des Schneefalls.

So hatten wir ein Wochenende in der Sonnterrasse mit Regen, Schnee, Olympiade, Ohne Musik, Glück und natürlich mit Training erlebt.

Vielen Dank für das Weekend Gabi, Annetta, Gian und Tessiner!

Flavia Diggelmann und Philipp Sauter



Weihnachts-Bahnleger

Thomas Popp liess sich für seine „Monatsbahn“ (eine Bahn während einem Monat, wobei die Posten mit Bändern markiert sind) im Dezember im Fürstenwald von der Weihnachtsstimmung inspirieren. Fehlte nur noch ein Schnur-OL bestehend aus Lichterketten – und der OL wäre gross in die Schlagzeilen gekommen.



Schnippchen um Samichlaus-Spekulationen

Viele Mühe gaben sich der Samichlaus und der Schmutzli am Chlaus-Höck. Um den ewigen „Wer ist diese Jahr der Samichlaus“-Spekulationen ein Schnippchen zu schlagen, nahmen beide ganz unscheinbar am Znacht teil und schlichen sich dann vor ihrem Auftritt weg.

Erwin muss den Bart lassen

Ganz ein böser muss wohl Erwin im vergangenen Jahr gewesen sein. Anders ist es ja nicht erklärbar, dass Erwin beim Znacht des Chlaus-Höck noch einen Bart hatte, sich dann vor dem Samichlaus versteckte und am Ende des Abends plötzlich ohne Bart wieder auftauchte.

Der Samichlaus muss ihn offenbar gefunden haben und gehörig die Leviten (oder besser gesagt den Bart) gelesen (oder gestutzt) haben...

