

**OLG  
ST.GALEN  
APPENZEL**

# SCHISCHO 3 / 2017



**OLG ST.GALLEN/APPENZEL**

# „schischo“ impressum

Nr. 3/2017

## Mitteilungsblatt der OL-Gruppe St.Gallen/Appenzell

### Redaktionsadresse:

Mario Ammann (am)  
Degenstr. 1  
9442 Berneck  
fon: 071 / 744 64 71

### September 2017

28. Jahrgang  
erscheint 4x jährlich  
Anzahl Abonnenten: 200  
email: schischo@olgsga.ch

### Vereinsadresse:

Ruedi Kellenberger  
Freiestrasse 37  
8610 Uster  
email: mail@rudolfkellenberger.ch

email: info@olgsga.ch  
Website: www.olgsga.ch

### Klubvorstand:

Präsident	Ruedi Kellenberger	Uster	044 / 984 05 04
Vizepräsident	Roland Deininger	St.Gallen	071 / 222 77 45
Aktuar	Erwin Wälter	Altstätten	071 / 755 71 18
Kassier	Koni Vogel	Widnau	071 / 722 55 47
Techn. Leiter	Patrick Zbinden	Teufen	079 / 778 33 96
Karten	Martin Stamm	St.Gallen	071 / 278 70 18
Material	Daniela Signer	Appenzell	071 / 787 20 12
Beisitzer	Dieter Sandmeier	Herisau	071 / 352 74 15

### Kartenverkauf:

Martin Stamm Hochwachtstr. 11 9000 St.Gallen 071 / 278 70 18  
email: martin\_stamm@bluewin.ch

### Material:

Daniela Signer Schützenwiesstr. 10 9050 Appenzell 071 / 787 20 12  
email: signer.heim@bluewin.ch

### Jahresbeiträge 2017:

### Postkonto 90-790-8, 9000 St.Gallen

<b>Aktivmitglieder:</b>	Jugendliche - Jahrgang 99 und jünger	Fr. 30.-
	Erwachsene - Jahrgang 98 und älter	Fr. 45.-
	Familien inkl. Jugendliche bis Jahrgang 99	Fr. 70.-
<b>Passivmitglieder:</b>	mindestens	Fr. 45.-
	<b>Gönner:</b>	(ohne Mitgliedstatus) nach Belieben

### Redaktionsschluss 4/2017:

Erscheinungsdatum:

### 15. November 2017

Dezember 2017

*Bildlegende Titelseite: Eliane Deininger gewinnt an der Jugend-EM 2 Goldmedaillen!*

## Editorial

### WIR sind Europameister !

Wow: denen haben wir es aber schön gezeigt! Und dann gleich zweimal. Natürlich schien es nicht unmöglich, dass wir das Ding schaukeln könnten. Aber im Sack hat man gar nichts und man muss es dann trotz allem noch nach Hause bringen.

Wir sind schon wieder Europameister. Das dritte Mal notabene. Aber das erste Mal hängen gleich zwei goldene Medaillen an unseren Hälsen. Ich fühlte mich mit Eliane solidarisch und holte zwei ARGE Alp-Medaillen aus meiner Sammlung. Das tat gut und verstärkte mein Wir-Gefühl um ein Mehrfaches.

Jugend-Europameisterschaften gibt es offiziell seit 2002. Maiann Suhner ist nach ihrem Sieg im Langdistanz-OL im Jahr 2003 somit eine der Ersten, die sich Jugend-OL-Europameisterin nennen kann. Franziska Dörig war 2010 in Spanien erfolgreich. Eliane Deininger kehrte schon 2016 (Polen) mit Edelmetall in die Heimat zurück. Und jetzt in der Slowakei in drei Wettkämpfen zweimal Gold. Bravo und Glückwunsch!

Wir sind also top! Das hat sich die ganze deutsche Nation auch gesagt, als sie Weltmeister geworden ist. Nein, nicht im Orientierungslauf. Natürlich im Fussball. Wo, wenn nicht dort, sind alle wie eine grosse Familie. Ein im Werdenberg wohnender, im Aargau aufgewachsener Arbeitskollege mit Bündner Wurzeln ist ein übermässig bekennender FCB-Fan. Wenn „er“ gewinnt, ist er einigermaßen erträglich. Wenn „er“ Meister wird, gibt es zum Znüni Gipfeli. Wenn „er“ verliert, steht die Welt vor dem Abgrund.

Apropos Deutschland: auch der nördliche Nachbar findet sich auf der ewigen Siegerliste der Jugend-EM. Im 2002 gewann die H18-Staffel Gold. 2008 stand Christoph Prunsche (H16) bei der Langdistanz zuoberst auf dem Podest. In der Slowakei wurden die Österreicherinnen mit der D18-Staffel hinter der Schweiz Zweite. Respekt. Wobei, einmalig ist dieser Medaillenerfolg nicht. Die Rot-Weiss-Roten setzen bei der Jugend (EYOC) und den Junioren (JWOC) immer wieder ein Ausrufezeichen. Da liegt es auf der Hand, dass sich bei diesen Gelegenheiten auch das dortige OL-Volk grosszügig auf die Schultern klopf.

Mario Ammann, Redaktor

<b>Inhaltsverzeichnis „schischo 3/2017“</b>			
2	Impressum	16	EYOC 2017 Slowakei, Fortsetzung
3	Editorial; Inhaltsverzeichnis	17	Fünferstaffel 2017
4	Vorstandsmitteilungen, Aktuelles	18	ROLV-Staffel 2017
6	Säntis-OL-Weekend	20	Kolumne
7	OL in Apulien	21	Montlinger Dorf-OL: Nick tritt ab
8	Kybun Teamsprint	22	Staffel-SM 2017 San Gottardo
9	SM-Wochenende im Aargau	24	Zwei St.Gallerinnen im Fokus
10	Vereinsreise 2017 Schweden	26	Crowdfunding by Luki
13	EYOC 2017 Slowakei	27	Resultate
14	Impressionen von der EYOC	28	Trainingsprogramm Herbst 2017

## Vorstandsmitteilungen, Aktuelles

### Mutationen:

#### Eintritte:

Nicole Füllemann	1997	Achslenstrasse 30	9016 St.Gallen
Hélène Singeisen	1989	Tigerbergstrasse 12	9000 St.Gallen
Jana Sutter	2007	Nollisweid 49	9050 Appenzell
Nina Sutter	2007	Nollisweid 49	9050 Appenzell

#### Adressänderung:

-

#### Austritte:

Cecilia Matasci, Ilona Stucki

***Mutationen und Adressänderungen bitte dem Kassier mitteilen!***

---

### HV 2018 und Klubmeisterschaft

Wie schon im letzten „schischo“ angekündigt, findet die nächste HV am 17.2.2018 in Altstätten statt, und zwar im Hotel Restaurant Sonne ([www.sonne-altstaetten.ch](http://www.sonne-altstaetten.ch)) an der Kugelgasse 2. Zur von Stefanie Sutter und Raphael Wälter organisierten Klubmeisterschaft wird um ca. 15:00 Uhr gestartet. Anschliessend beginnen um 17:30 Uhr die Versammlung und etwa 1½ Stunden später das Abendessen. Der Vorstand zählt auf eine grosse Beteiligung.

### SPORTident ActiveCard (SIAC)

Da viele Mitglieder einen neuen, berührungslosen Badge besitzen und darum auch die Badge-Nummer gewechselt hat, geht die Bitte an alle, diese neue Nummer unserem Kassier Koni Vogel ([k.vogel@rsnweb.ch](mailto:k.vogel@rsnweb.ch)) zwecks Anpassung in der Adressliste mitzuteilen. Das gilt immer, wenn jemand eine neue SI-Card kauft. Besten Dank.

### Schwedenreise

Die Teilnehmer berichteten über unvergessliche Erinnerungen an den Aufenthalt in Schweden mit einem Klublager und dem O-Ringen. Über den Klubreise-Blog konnten wir uns auch im Detail über die Aktivitäten orientieren. All dies möglich machte Lukas Deininger. Er sorgte für eine optimale Organisation, kümmerte sich um jedes Detail und stellte sicher, dass es den Teilnehmenden an nichts fehlte. Dafür möchte ich Dir, lieber Luki, nochmals sehr herzlich Dankeschön sagen.

### Material

Daniela Signer, welche dafür sorgt, dass wir immer genügend und vor allem das richtige Material auf Lager haben, berichtet, dass noch zahlreiche der neuen «Dächlikappen» mit dem OLG SGA-Logo auf neue Besitzer warten. Sie können zum Preis von CHF 10.— bei ihr bezogen werden ([signer.heim@bluewin.ch](mailto:signer.heim@bluewin.ch)).

### Herbstsaison 2017

Viele interessante Wettkämpfe stehen uns in den nächsten zwei Monaten bevor. Höhepunkt wird sicher das **Säntis-OL-Weekend** am 9./10.9.2017, welches wir zusammen

---

mit der OL Regio Wil organisieren. Über die Webseite [www.saentis-ol.ch](http://www.saentis-ol.ch) sind auch die ganz aktuellen Informationen wie Weisungen, Bahndaten und Startlisten zu erfahren. Wir freuen uns auf spannende Wettkämpfe in einer wunderschönen alpinen Umgebung. Und natürlich hoffen wir auf zwei Herbsttage, die es in sich haben!

Beim **Klubwochenende in Grindelwald** am 30.9./1.10.2017 haben wir es mit voralpinem Gelände zu tun. Die Wettkämpfe im Berner Oberland sind insofern von Bedeutung, als dort die weltbesten Orientierungsläuferinnen und -läufer um den Sieg im Gesamtweltcup kämpfen werden. Eiger, Mönch und Jungfrau werden die atemberaubende Kulisse für diese Wettkämpfe bilden.

Ebenfalls freuen wir uns auf das zweite **Klubweekend auf dem oder der Rigi** (Artikel frei wählbar) am 21./22.10.2017. Unsere Unterkunft ist gemäss Dieter Sandmeier bereits ausgebucht, was auf einen grossen Aufmarsch unserer Mitglieder hinweist. Das wiederum voralpine Gelände wird zum ersten Mal für einen nationalen OL benutzt. Deshalb wurde die Karte auch neu aufgenommen, «jungfräuliches» Gebiet gewissermassen.

Schliesslich sind auch noch die beiden regionalen OL, der **6. thurgorienta OL** am 23.9. und der **61. Wiler OL** am 29.10.2017, welcher zugleich Schlusslauf des ROLV/NOS ist, zu erwähnen. Beide organisierenden Vereine hoffen auf ein zahlreiches Erscheinen der Ostschweizer OL-Läufer und -Läuferinnen.

### **Ausblick 2018**

Ich habe im „schischo“ 2/2017 bereits auf die verschiedenen Veranstaltungen im nächsten Jahr hingewiesen. Deshalb lediglich drei zusätzliche Bemerkungen:

1. Beim 70. St. Galler OL auf dem Rorschacherberg sind neu Andrin Benz als Bahnleger und Patrick Kunz als Kontrolleur für die Bahnlegung verantwortlich. Es ist sehr erfreulich zu sehen, wenn junge Nachwuchsläufer sich für diese Aufgabe melden und mit einem erfahrenen Bahnleger zusammenarbeiten können. Dies führt mich zur zweiten Bemerkung.
2. Markus Zbinden als Laufleiter des 51. Engelburger OL auf dem Hirschberg ist auf der Suche nach einem Bahnlegerteam. Auch hier wäre es zu begrüssen, wenn sich ein Nachwuchsläufer mit einem erfahrenen Bahnleger zusammentun würde. Markus nimmt Meldungen gerne entgegen ([markus.zbinden@helbling.ch](mailto:markus.zbinden@helbling.ch)).
3. Noch offen ist, ob wir nächstes Jahr wieder ein Trainingswochenende zu Beginn der OL-Saison ausschreiben werden. Dies hängt unter anderem auch davon ab, ob jemand innerhalb unseres Vereins bereit ist, sich dieser Aufgabe anzunehmen. Patrick Zbinden wird sich diesbezüglich auf die Suche machen. Selbstverständlich nimmt er auch spontane Meldungen entgegen ([pazb@gmx.ch](mailto:pazb@gmx.ch)).

### **Rheintaler OL Cup 2018**

Die Austragungsorte sind bestimmt, die Daten hingegen noch nicht alle definitiv. Gegenwärtig festgelegt sind:

Marbach	2. Mai 2018
Widnau	22. August 2018
Berneck	5. September 2018
Offen sind noch:	
Heerbrugg	voraussichtlich 23. Mai 2018
Montlingen	voraussichtlich 20. oder 27. Juni 2018

## ROLV

Die Frage über die Zukunft der ROLV-Meisterschaft für die Erwachsenen Kategorien ist noch nicht geklärt. Im Herbst findet eine Sitzung mit Vertretern der vier Ostschweizer Vereine unter der Leitung von Pirmin Schneider statt, an der ein Vorschlag zuhanden des ROLV ausgearbeitet werden soll. Anschliessend muss in den Vereinen darüber abgestimmt werden. Momentan kann lediglich gesagt werden, dass die Meinungen anscheinend sehr weit auseinanderliegen.

Eine erfolgreiche Herbstsaison wünscht im Namen des Vorstandes

Ruedi Kellenberger, Präsident



**Nach intensiven Planungen und konkreten Vorbereitungen steht der nächste Grossanlass unmittelbar bevor. Auf der Schwägalp sind 1800 Läufer am Start.**

Das Sämtis-OL-Weekend 2017 ist ein gemeinsames Projekt von OLG SGA und OL Regio Wil mit der Schweizer Meisterschaft im Mitteldistanz-OL auf der Schwägalp (9.9.2017) und dem 5. Nationalen OL (Langdistanz; 10.9.2017) auf der Sämtisalp. Für die MOM ist primär die OLG SGA verantwortlich, für den nationalen OL die OL Regio Wil.

Folgende Mitglieder sind als Laufleiter, Bereichsleiter oder Ressortleiter im Einsatz:

Mario Ammann	Gäste	Dieter Sandmeier	Administration
Ivo Benz	Information	Daniela Signer	Festwirtschaft
Rita Deininger	Helferbekleidung	Willi Streuli	Wettkampfrichter
Roland Deininger	Ziel	Stefanie Sutter	Kinderhort
Clemens Eugster	Auswertung	Judith Tobler	Kontrolle
Toni Heim	Start	Koni Vogel	Finanzen
Maja Kunz	Bahnlegung	Jonas Wälter	Webauftritt
Patrick Kunz	Bahnlegung	Heinz Weber	Laufleitung
Rainer Müller	Transport, Verkehr, Sicherheit	Markus Zbinden	Infrastruktur

Sie werden von einer grossen Helferschar tatkräftig unterstützt. Ein grosses Dankeschön an alle, die ein weiteres Mal einen tollen Anlass möglich machen.

**... nicht der OL-Schuhe, sondern auf dem des italienischen Stiefels, nämlich in Apulien, gab es beim „Southern Italy Orienteering Festival“ Ende Mai und anfangs Juni. Winfried Fugmann hat darüber auf der Webseite des Badischen OL-Verbandes berichtet.**

Wie wir schon vorher aus dem Reiseführer entnehmen konnten, ist Apulien bekannt für runde Steinhütten (Trulli), Höhlenwohnungen und das Stauferschloss Castel del Monte. Neben den Wettkämpfen verblieb genug Zeit, diese und andere Sehenswürdigkeiten sowie die Gastronomie zu erkunden, wie auch den Strand.

Zum Aufwärmen ging es durch Cisternino, ein kleines Städtchen auf einem Hügel, mit engen Gassen und Durchgängen. Schon beim Warmlaufen stellte man fest, dass die Steinplatten der Bürgersteige und Gassen sehr glatt sind. Dies galt es, hier und auch bei den anderen Stadtläufen zu beachten. Der sehr kurze Sprint durch Cisternino weckte Lust auf mehr und ein Eis nach dem Lauf.

Am nächsten Tag gab es einen Mittelstrecken-OL auf dem Monte Pizzuto, einem Kalksteinplateau 400 m über dem Meer. Was auf der Karte noch recht harmlos aussah, stellte sich beim Lauf als ernstzunehmende Hindernisse heraus: Die Wiesen, Getreidefelder und Olivenhaine sind durch Steinmauern unterteilt, die pauschal als passierbar kartiert sind, aber mit Höhen bis zu 2 m doch einigen Kletteraufwand oder eine Suche nach Durchbrüchen oder Trittstufen erforderten. Auf jeden Fall empfahl es sich, die Mauern bei der Routenwahl zu beachten.

Ein weiterer Mittelstrecken-OL fand beim „Parco delle Querce“ statt, einem Freizeitbad mitten in der Macchia. Die Karte strotzte nur so vor dunklem Grün, wobei ein Abweichen von den eingezeichneten Wegen und Pfaden nicht empfehlenswert war. O-technisch interessant waren hingegen die halboffenen Gebiete. Auch hier stellten sich den Läufern immer wieder die, leider oft lückenlosen, Mauern in den Weg.

Nach dem Ruhetag folgten die OLs im urbanen Gelände. Die kleinen alten Städte sind auf Hügelkuppen erbaut, was dem Bahnleger zugleich auch einige Höhenmeter ermöglichte. In Martina Franca führten die Bahnen kreuz und quer durch die Gassen der Altstadt. Der Wechsel von kurzen und langen Strecken erforderte stets hohe Konzentration, um nicht plötzlich doch den Kontakt zur Karte zu verlieren. Die Gefahr, den Kontakt zum Boden zu verlieren, bestand nicht nur wegen der glatten Steinplatten, sondern auch wegen der unvermeidlichen Ablagerungen, wenn allen Hunden nur ein halbes Dutzend Bäume zur Verfügung steht.

Ostuni thront auf einem steilen Hügel. Die OL-Bahnen führten nach eher langweiligem Beginn über Treppen und durch enge Gassen auf den Hügel zur Kathedrale. Dort fand gerade eine Hochzeit statt, und mancher musste sich den Weg durch die Hochzeitsgesellschaft bahnen, um zum Posten zu gelangen. Ein paar Sekunden gingen auch immer wieder durch die grandiose Aussicht verloren, die man nicht auslassen konnte.

Den Schauplatz für die letzte Etappe bildete schließlich die Tourismus-Urbanisation Rosa Marina mit Ferienhaussiedlungen und Dünengelände. Die Routen verliefen überwiegend am Strand, wo man die Wahl zwischen festerem und lockerem Sand hatte und zudem auf die zahlreichen Badegäste achten musste.

Abgesehen von kleinen Versehen – so war einmal die Zuordnung der Bahnen zu den Kategorien geändert worden, wodurch die Postenbeschreibung nicht mehr zur Karte passte – waren die Wettkämpfe gut organisiert und durchaus anspruchsvoll. Für das nächste Jahr ist wieder ein Mehrtages-OL in Apulien angekündigt. Die Altstadtbereiche von Crispiano, wo am Ruhetag ein zusätzlicher Lauf stattfand, waren wohl deshalb violett überdruckt, um die Karte dafür aufzusparen. Für den Fall des Falles haben wir uns auch noch ein paar weitere Sehenswürdigkeiten auf der Liste ...  
Siehe <http://www.siof.biz/en/>

---

### **Masters gewinnen Kybun Teamsprint: Parforce-Leistung der OL Amriswil in Arbon**

*von Christoph Ammann*

Zwei Wochen vor der SPM von Ende Juni in Brugg-Windisch bot die OL Amriswil in Arbon gleich eine doppelte Testmöglichkeit an: Zuerst beim Oberthurgauer OL – als sehr interessanter Sprint-OL auf einer neuen Karte durchgeführt – und danach beim neuen kybun Teamsprint. Dieser wurde wie bei der WM mit je zwei Damen und Herren pro Team absolviert. Angeboten wurden bei dieser Premiere die Kategorien Kids, Elite und Masters. Ausgetragen wurde die Staffel auf einem Sport- und Schulgelände sowie in einem angrenzenden Wohnquartier.

Die OLG SGA, die bekanntlich über einige Sprint-Cracks verfügt, konnte den Sieg bei den Masters davontragen. In der Besetzung Rita Deininger, Patrick Kunz, Mario Ammann, Monika Ammann gelang in einem spannenden Wettkampf die klare Bestzeit.

Die OL Amriswil als Organisator liess sich zusammen mit den Sponsoren in keinen Belangen Lumpen: die Sieger dürfen sich alle ein Paar kybun-Schuhe aussuchen. Für die Ehrenplätze wurden Gutscheine für Hotel-Übernachtungen am Bodensee überreicht. Es war auf jeden Fall ein „heisser“ Auftakt in Arbon! Beim zweiten Mal wird die Beteiligung von inner- und ausserhalb des ROLV NOS hoffentlich höher ausfallen. Auch die OLG war mit fünf Teams eher schwach vertreten.

Die erfolgreiche Seniorenstaffel mit (v.l.n.r.): Mario Ammann, Patrick Kunz, Monika Ammann und Rita Deininger





## **SM-Wochenende im Kanton Aargau: Eine „verrückte“ Frühjahrssaison findet Ende Juni ihren Höhepunkt**

**Das Schweizer OL-Volk trifft sich in der ersten Saisonhälfte 2017 nur zweimal zu nationalen Events. Am Wochenende mit SPM und LOM fällt die Vereinsbilanz mit 3mal Gold und 1mal Silber schlechter aus als auch schon.**

(am) Mitte März hatten standardgemäss die Schweizer Meisterschaft im Nacht-OL und ein nationaler OL stattgefunden. Nachher trat bis Ende Juni, bis zum Wochenende mit den Schweizer Meisterschaften im Sprint-OL und im Langdistanz-OL, „Funkstille“ ein. Warum auch immer: in der Zeit dazwischen standen nur regionale Läufe auf dem Programm. Nationale Meisterschaften sind immer Höhepunkte. Die LOM sowieso. Viele Läufer gingen an beiden Wettkämpfen an den Start ohne genau zu wissen, wo sie denn im Vergleich zu allen anderen stehen.

### **„Wo simmer?“**

Wo man als OL-Läufer steht, ist hin und wieder sowieso eine ganz zentrale Frage. Die SPM in Windisch war natürlich überhaupt nicht schwierig, solange man gemächlich unterwegs war. Aber im Amphitheater von Vindonissa wurde es einigen fast „trümmelig“ mit dem Effekt, dass sie nicht merkten, durch welchen Ausgang sie das Oval verliessen. Das prominenteste Opfer war Monika Ammann, die seit 2008 an der Sprint-SM erst das zweite Mal das Podest verpasste. Dafür lief Judith Tobler bei D55 auf Rang 2. Für den einzigen Sieg sorgte Mario Ammann (H60), der erstmals überhaupt in einer Einzeldisziplin erfolgreich war.



### **Nochmals Judith und warm-up für Eliane**

Windisch war Neuland. Das Laufgebiet der Saalhöchi nördlich von Aarau, wo am Sonntag die LOM stattfand, wurde schon längere Zeit nicht mehr für einen OL benützt und war darum für sehr viele der knapp 1600 Teilnehmer auch neu. Der Veranstalter umschrieb das Gelände mit derart blumigen Ausdrücken und rosigen Worten, dass man in freudiger Erwartung Tage im Voraus nicht mehr schlafen konnte. ... Die Routenwahlen entpuppten sich auch eher als „Routenqualen“. Aber man weiss: auch im OL bekommt man Siege nicht geschenkt. Wer vorne mitlaufen will, muss sich mitunter auch etwas quälen und am besten Routen ohne Fallholz wählen. Weil verschiedene Posten zwar nicht an grünen Objekten, sondern die Postenobjekte im Grünen standen, lief es vielen nicht ganz rund. Judith Tobler war dennoch ein zweites Mal „top“ und gewann bei D55. Eliane Deininger sorgte – eine Woche vor der Jugend-EM – für den zweiten OLG-Sieg.

SPM/D55: Ruth Humbel vor Judith Tobler; LOM/D55: Judith Tobler vor Ruth Humbel

## **Vereinsreise 2017 nach Schweden Trainingswoche bei Mora und Teilnahme am O-Ringen**

**22 Vereinsmitglieder sind der Einladung zu einer Reise an den schwedischen „Fünftägeler“ gefolgt. Vorgelagert hat eine lehrreiche Trainingswoche in der Region von Mora stattgefunden. Lukas Deininger hatte die Reise initiiert und vorbereitet. In einem Blog hat die Gruppe laufend berichtet.**

(am) Die Reise begann für das Gros der Teilnehmer am Freitagabend, 14. Juli 2017, mit dem Flug von Zürich nach Stockholm. Bis am Sonntag genoss die Gruppe ein buntes Programm in der schwedischen Hauptstadt und reiste dann ins 320 km entfernte Mora, das als Basis für eine Trainingswoche diente. Es folgten ab Montag 5 Trainings in sehr schönem Gelände. Alle konnten viel profitieren und sich einen mehr oder weniger feinen Schliff für den O-Ringen holen.



### **Wechsel von Dalarna nach Värmland**

Am Samstag, 22. Juli 2017, wechselte der Tross von der Provinz Dalarna rund 250 km westwärts nach Arvika in Värmland, wo sich der Zentralort des O-Ringen 2017 befand. Der Ort liegt nur rund 50 km von der Grenze zu Norwegen entfernt. Von Charlottenberg aus, wo sich die OLG-Schar für die Wettkampfwoche einnistete, war es nur noch ein Steinwurf. Inzwischen waren die letzten Teilnehmer der Vereinsreise eingetroffen; die ersten umgekehrt mussten sich allerdings auch schon verabschieden und nahmen nicht an den Wettkämpfen teil.

Diese wurden zweigeteilt in die Etappen 1 und 2 vom Sonntag und Montag. Am Dienstag war offiziell Ruhetag, ausgenommen die Elite-Kategorien (mit Eliane Deininger) ab 18. Diese hatten am Nachmittag die 2. Etappe als Sprint-OL im Zentralort. Von Mittwoch bis Freitag folgten dann für alle die Etappen 3, 4 und 5.

### Konstanter als Rainer ist keiner

Das Kategorienangebot am O-Ringen ist bemerkenswert. 15'000 Teilnehmer und über 200 Alters- und vor allem Leistungskategorien in Fuss-OL, Bike-OL und Trail-OL. Da muss nicht nur der Veranstalter den Überblick behalten! Es gab drei vereinsinterne Duelle mit interessanten Tagesergebnissen und laufenden Veränderungen in der Gesamtwertung. Dem Reise-Blog und der Berichterstattung auf der Vereinswebseite nach zu schliessen, ging es in der Kategorie „Mittelschwer 4km“ mit Rainer Müller und den Wälter-Zwillingen heiss zu und her. So kann man dort lesen, dass Raphael Wälter mit einem 35-Minutenfehler in die Woche gestartet war, sich aber mächtig steigern konnte und dank dem einzigen OLG-Etappensieg am Schlusstag sogar noch den dritten Gesamtrang erreichte. Achtsam hielt sich auch Rainer Müller mit Rang 5 in der Endabrechnung. Am besten kam Jonas Wälter durch die Woche. In dieser Kategorie mit zahlreichen Einzelstartern pro Tag war er in der Summe aller Etappenzeiten der Schnellste und realisierte sogar den Gesamtsieg.



### Eliane Deininger top

Das wertvollste OLG-Resultat erlief sich Eliane Deininger in der Kategorie D18 Elite. Auch sie konnte sich zum Schluss hin steigern. Nach vier Etappen lag sie auf dem achten Zwischenrang. Im Schlusslauf mit Jagdstart gelang ihr mit einem zweiten Platz noch das Vorpreschen auf den zweiten Gesamtrang.

### Die Resultate im Überblick

Kategorie	Gesamtrang	Vorname Name
D17-20 Kurz	11	Stefanie Sutter
D18 Elite	2	Eliane Deininger
D45	8	Maja Kunz
	128	Rita Deininger
D45 Kurz	140	Silvia Büchler
	143	Daniela Signer
D55	16	Isabelle Hellmüller
D85	-	Vre Harzenmoser
H15	80	Andrin Sutter
H16	52	Andrin Benz
H18	150	Yanik Schwizer
H20	5	Lukas Deininger
H40	68	Michael Huber
H50-2	7	Patrick Kunz
H55	57	Jürg Hellmüller
Leicht 5km	4	Roland Deininger
Mittelschwer 4km	1	Jonas Wälter
	3	Raphael Wälter
	5	Rainer Müller

O-Ringen  
Värmland  
2017

## Dank für lohnende Reise

Mit zufriedenen Gesichtern und bereichert durch vielerlei Erfahrungen landeten die OLGler nach einem Abstecher nach Oslo am 30. Juli wieder in Kloten. Dass dies alles möglich war, verdanken sie Lukas Deininger. Er hat die gesamte Klubreise perfekt vorbereitet und entpuppte sich als äusserst versierter Reiseleiter und schon fast halber Schwede. Genaueres kann man im Blog unter <https://clubreise.blogspot.ch/> nachlesen. Wegen schlechter Internetverbindungen endet die Berichterstattung allerdings schon einige Tage vor Abschluss der Reise.



Die 19 Teilnehmer am O-Ringen von links:

Reihe oben: Silvia Büchler, Rainer Müller, Patrick Kunz, Lukas Deininger, Andrin Benz, Raphael Wälter, Jonas Wälter. Reihe Mitte: Jürg Hellmüller, Stefanie Sutter, Maja Kunz, Roland Deininger. Reihe unten: Daniela Signer, Vre Harzenmoser, Andrin Sutter, Isabelle Hellmüller, Eliane Deininger, Yanik Schwizer, Rita Deininger, Michael Huber.

Es fehlen (Abreise nach der Trainingswoche): Jeanette Stamm, Martin Stamm, Joshua Schilter.

---

**Für die OLG SGA ist das Bekenntnis „Sport rauchfrei“ zum Glück reine Formsache!**

Sport rauchfrei



Sportrauchfrei ist ein Präventionsprogramm des Bundesamtes für Sport, des Bundesamtes für Gesundheit und von Swiss Olympic Association, mit finanzieller Unterstützung des Tabakpräventionsfonds

## **Jugend-OL-EM (EYOC) 2017** **Turbulente Tage im Erzgebirge der Slowakei**

*von Eliane Deininger*

**Eliane Deininger hat nach 2015 und 2016 zum dritten Mal die Selektion für die Jugend-EM geschafft. Wie bekannt hat die 17-Jährige in der Slowakei zwei Goldmedaillen gewonnen. Sie schildert den „schischo“-Lesern ihre Eindrücke. Die Titeltkämpfe fanden vom 29. Juni bis 2. Juli 2017 statt.**

Die Tasche ist gepackt, die letzten Vorbereitungen sind gemacht und das Bestätigungsmail von Reni Widmer, dass alle JWOC-Athleten gesund sind, ist auch angekommen. Denn bis zum Abreisedatum an die Jugend-EM war ich auch erster Ersatz für die Junioren-WM, die am 9. Juli in Finnland begann. Es geht los! Eine weitere Reise Richtung Osten stand bevor. Mit für mich eher neuen und jungen Gesichtern ging es dann als „Team-Mami“ mit dem Flugzeug nach Wien und mit Minibussen und der jährlichen EYOC-CD über die Grenze in die Slowakei. Mit einem Blick aus dem Fenster sah man die Donau, Bratislava und auch schon bald die hügeligen Landschaften des Landesinneren. Banskà Bystrica war die Destination – eine pulsierende Stadt, etwa so gross wie St.Gallen. Gleich am Anreisetag konnten wir beim Footing die Gegend etwas erkunden. Von einem kleinen Hügel hatten wir einen guten Überblick über die Stadt und sahen auch die anderen Seiten. Massive Wohnblöcke ragten aus dem Boden, die uns wieder daran erinnerten, dass wir im Osten Europas angekommen sind.

### **Slowakei live**

So konnten wir dann auch mal hautnah erleben, wie es sich slowakisch so lebt. Dieses Jahr wählten unsere Betreuer die Accommodation B aus. Dies war ein immer noch betriebenes Sportinternat mit einer Kantine gleich nebenan. Wir verwöhnten Schweizer Tussies haben uns natürlich am Anfang darüber beklagt, dass wir die einzige funktionstüchtige Dusche auf unserem Stock mit Türkinnen, Estinnen und Russinnen teilen mussten. Aber im Verlaufe der Woche gewöhnte man sich daran und dank einer tollen Stimmung im Team waren viele Sorgen vergessen.

### **Sprint: Saure Beine in der ehemaligen Erzstadt**

Nach einem Model Event Tag, an welchem wir das steile slowakische Gelände inspizierten, stand mit dem Sprint-OL der erste Wettkampf auf dem Programm. Die Organisatoren fuhren uns mit grossen Bussen südwärts nach Banskà Štiavnica in die älteste Bergstadt der Slowakei und zugleich UNESCO-Weltkulturerbe. Die Stadt war sehr steil und die Schwierigkeit des Laufes bestand vor allem darin, die richtigen Routen durch grasige Wege und über hölzerne Treppen zu finden und dabei das „Süürele“ in den Beinen zu vergessen. Gewisse Leute würden es vielleicht als „Scheiss-Sprint“ bezeichnen. Doch ich fand es toll, in einem völlig neuen Gelände herumzusausen. Schon am ersten Tag konnten wir einige Schweizer Erfolge feiern. Viel Zeit dazu blieb uns allerdings nach der Eröffnungszeremonie, die auf dem Hauptplatz von Banskà Bystrica stattfand, nicht. Denn am nächsten Tag ging es – endlich – in den Wald ...

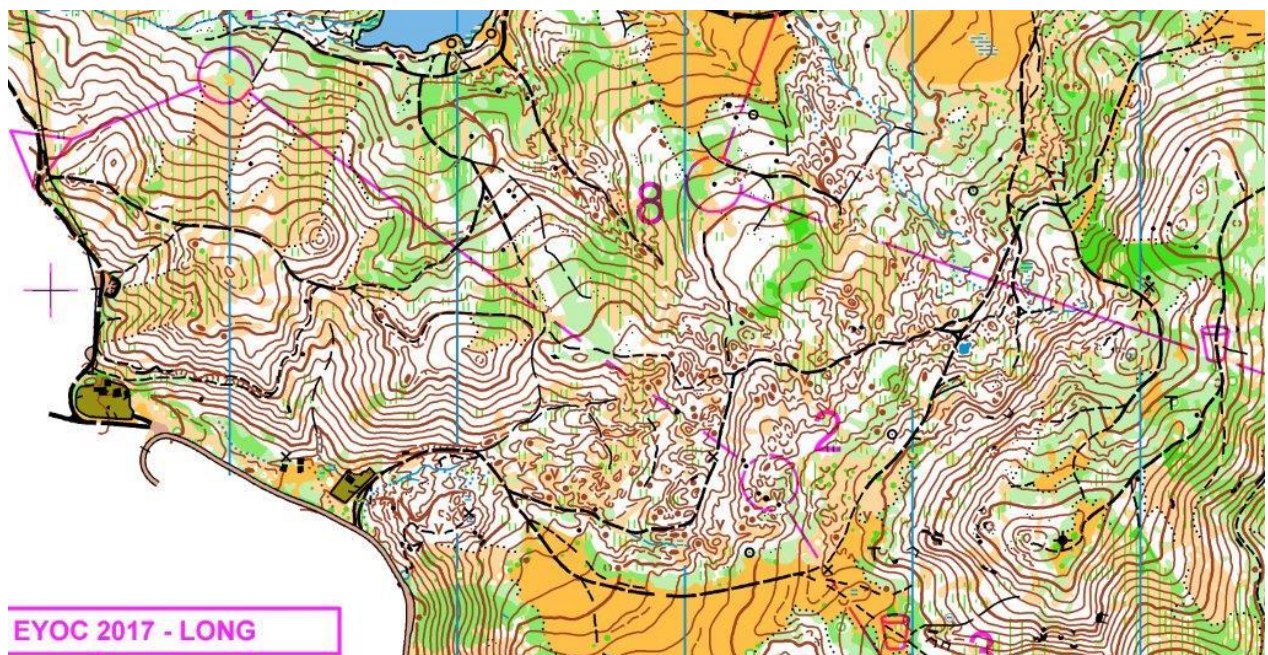
### **Emotionen-Party am Tag der Langdistanz**

Ich konnte an diesem Samstag ausschlafen. Wenn das so einfach gewesen wäre! Beim Vorbereitungswochenende hatte ich bei der Langdistanz den 4. Startblock gewählt. So startete ich erst am Mittag. Aber eben, mit so viel Adrenalin im Blut ist es etwas schwierig, sich ruhig hinzulegen. Einmal wach – hellwach. (Fortsetzung Seite 16.)



**Jugend-EM 2017 Slowakei, 29.6.-2.7.2017**

Oben links im Uhrzeigersinn: Nora Aegler, Siri Sutter und Eliane Deininger





## **EYOC 2017 Slowakei** (Fortsetzung von Seite 13)

Nach dem Frühstück mit Schweizer Brot und bangem Warten in der Unterkunft brachte uns ein Car diesmal in die Tiefen des Waldes. In der Quarantäne erwarteten uns die Betreuer im Teamzelt. Es regnete. Als ich aber am Einlaufen war, hatte Petrus ein Einsehen und der Regen hörte pünktlich auf meinen Start auf. Ja, was soll ich nur sagen – der Lauf hat einfach Spass gemacht und die Minuten verstrichen wie im Flug. Es war wirklich anstrengend! Umso schöner war es dann, total eskalierende Teamkollegen zu hören. Mir kam es vor, als würden sie mich mit ihrem Gebrüll ins Ziel tragen. Ich habe zwar gemerkt, dass es um Einiges geht. Dass es mit 7 Sekunden zum Sieg gereicht hat, erfuhr ich aber erst im Ziel. Ganz ehrlich, ich war zwar noch nie so aufgereggt. Doch nach den Erfahrungen von den letzten EYOCs rechnete ich nicht gleich mit dem Titel. Meine ersten Gefühle waren einfach mal Überraschung und es war wunderschön, die Teamkolleginnen, die extra 2 Stunden im Ziel gewartet haben, und die zwei Betreuerinnen zu umarmen. Erst im Car, als ich kurz Zeit für mich hatte, konnte ich herunterfahren und alles etwas verdauen. Ich realisierte es gar nicht. Ich war ja immer noch der gleiche Mensch. In der Unterkunft ging der Stress gleich wieder weiter. Essen, Duschen und bereit machen für die Rangverkündigung und die Party. Nebst der Nationalhymne hörte man anschliessend neuartige Musik sowie ins Mikrofon rufende Spanierinnen, welche die Meute motivierten zu tanzen. Nach einer rassigen Fete unter freiem Himmel und auch im Auto der Betreuerinnen hiess es dann auch schon „ab ins Bett“.

### **Staffel: Glück verdreifacht sich, wenn man es teilt**

Schon stand der letzte Wettkampf auf dem Programm, der coolste von allen: die Staffel. Die Start-Ziel-Arena war am gleichen Ort wie das Ziel vom Vortag auf einer Wiese mit einem Skilift mitten auf dem Waldhügel. Ich finde es immer schwierig, sich auf seinen eigenen Lauf zu konzentrieren, wenn man doch so gerne seine Teamkolleginnen anfeuern würde. Beim Einlaufen bekam ich dann zu hören, dass Elena Pezzati auf der 2. Strecke gemeinsam mit Norwegen und Österreich bald zur Übergabe kommen würde. Da wir Schlussläuferinnen uns alle gut kannten, haben wir noch gescherzt, es werde sicher sehr lustig. So „befreite“ mich Elena mit ihrem Handschlag an erster Stelle, wenige Sekunden vor den anderen beiden. Mein Konzept dieses Mal: nicht nach hinten schauen. Ich habe nur einmal die Österreicherin gesehen. Es war darum irgendwie komisch, so dass ich froh war, beim Überlauf vom Betreuer zu hören, dass wir mit 3 Minuten führten. Auf der Schlusschlaufe hätte ich dann einen „Moby Dick-Roman“ schreiben können mit all meinen Selbstgesprächen, die ich führte. „Okay, jetzt stempelst du den Posten; Postennummer kontrollieren – super passt – jetzt stehst du ruhig hin; Kompass; ja in diese Richtung läufst du jetzt; unterwegs überquerst du noch einen Bach und dann steht der Posten hinter dem Dickicht; und los; ruhig bleiben; das Rennen ist erst im Ziel fertig.“ Beim letzten Posten erwarteten mich dann Siri und Elena. Sie mussten mich schon fast tragen. Es war so anstrengend, ins Ziel hoch zu rennen. Die Freude war gross, vor allem wenn man sie noch teilen kann nach der Weisheit „Glück verdoppelt sich, wenn man es teilt“.

### **Traditioneller Abschluss**

Das Abenteuer EYOC endete mit dem traditionellen Fussballmatch gegen die Finnen und einem gemeinsamen Pizzessen in der Innenstadt. Am nächsten Tag kehrten wir zurück in die Schweiz, wo uns ein kleines Trüppchen inklusive OLG-Präsident persönlich erwartete. Die Zeit verging so schnell und ich bin wieder ein Erlebnis reicher. Ich konnte auch ein weiteres Land entdecken, dass ich eigentlich sehr charmant und schön fand.



## 51. Schweizer 5er-Staffel: „Unter den Wolken“ im Stadlerberg

von Christoph Ammann

**Direkt in der Anflugschneise aus Richtung Norden zum Flughafen Zürich-Kloten fand anfangs Juli die diesjährige Fünferstaffel statt. Die OLG SGA war mit einer Kinder- und zwei 5er-Staffeln dabei.**

Von den Flugzeugen, die im 3-Minuten-Takt dahin schwebten, hätte für die OLG-Delegation ein kleinerer Businessjet genügt. Die Kinderstaffel (3er-Team) und die beiden 5er-Staffeln hatten aber auf jeden Fall ihre Freude. Der Stadlerberg war in weiten Teilen sehr gut belaufbar, Brombeefelder hatte es praktisch keine. Die Temperaturen waren optimal und nur bei den ersten Strecken nieselte es noch. Die Bahnen forderten vor allem konditionell, bei einigen Posten verlor man ohne genaues Kartenlesen aber sofort Zeit.

Bei den Kids konnten Knaben und Mädchen bis Jg. 2005 – somit bis H/D12 – starten. Vor allem die Jungs legen in diesem Alter schon ein richtiges Tempo vor. Es erstaunt darum kaum, dass Linn Tobler als Startläuferin nicht an der Spitze, aber mitten im Mädchen-Tram zur Übergabe kam und Nando Oberholzer an 17. Stelle auf die mittlere Strecke schickte. Trotz der 7. Laufzeit konnte er den Zwischenrang knapp nicht halten. Leonie Benz brachte ihr Team noch fast in die Top 10. Rang 11 von 34 Staffeln!

Bei der 5er-Staffel beendeten die ersten 4 Teams den Wettkampf „im Minutentakt“ und schliesslich mit einem Vorsprung von 5 Minuten zwischen den Rängen 4 und 5. Bereits nach der 2. Strecke waren die Positionen mehr oder weniger bezogen. Die Führung wechselte von Strecke zu Strecke. Junge Elite-Läufer lieferten sich ein packendes Finale. Cooles Staffel-Feeling!

Beide OLG-Staffeln starteten verhalten in den Wettkampf. Während sich das Team 1 von Strecke zu Strecke steigern konnte und schliesslich auf dem guten Rang 24 die Ziellinie überquerte, lässt sich der Verlauf von Team 2 eher als „Wellenbewegung“ umschreiben. 127 Staffeln sind gestartet, 113 haben alle 5 Strecken fehlerfrei absolviert. Da darf sich auch Rang 72 der zweiten Vereinsstaffel sehen lassen.



Die 5er-Staffel war wiederum ein schönes Teamerlebnis. Die Angst, ausgerechnet bei einer solchen Staffel einen schlechten Tag einzuziehen, ist völlig unbegründet. Denn Mitmachen kommt absolut vor dem Rang!

*Anmerkung der Redaktion:  
Ob sich Nick Wolgensinger hier wohl über die Leistung seines Enkels Nando Oberholzer freut?*

## **ROLV-Staffel im Bürerwald Die OLG SGA erreicht zwei Podestplätze**

*von Robert Furrer*

**37 Teams aus den ROLV NOS-Vereinen OL Regio Wil, OL Amriswil, thurgorienta und OLG SGA trafen im Bürerwald perfekte Bedingungen an. Dazu beigetragen hat auch das Wetter. Denn die dunklen Wolken im Westen hatten sich rechtzeitig wieder verzogen.**

Die Dreier-Teams hatten folgende Strecken zu absolvieren: 1.7km/40m, 3.4km/110m und 2.4km/60m. Für die erste Strecke war ein Überlauf bei Start und Ziel vorgesehen. Bereits bei dieser Passage der Startläufer wurde der zweite Läufer per Handschlag auf die längste Strecke geschickt. Nach einer Zusatzschleife der Startläuferin konnte das dritte Team-Mitglied seine Strecke in Angriff nehmen. Jenes Team, dessen drei Läuferinnen und Läufer zuerst wieder zurück am Ziel sind, sollte als Sieger feststehen.

Erschwerend war, dass die Karte vor gut vier Jahren zum letzten Mal aktualisiert worden ist. Laufleiter Jörg Hubmann vermochte aber die Teilnehmenden zu beruhigen. Abweichungen – namentlich bei der Vegetation – würden zugunsten der Läufer ausfallen.

Für die OLG SGA standen sechs Staffeln am Start. Durch den Massenstart und vor allem dadurch, dass der erste Posten nicht durch eine OL-Flagge gekennzeichnet, sondern von einer Person besetzt war, liess sich Startläuferin Silvia Büchler verunsichern. Sie wählte sich beim ersten Posten erst bei der Start-Flagge. So schlug sie einen anderen Weg ein als sämtliche Konkurrentinnen und Konkurrenten, die viel früher in den Wald stachen. Silvia war sich ihrer Sache derart sicher, dass sie ihre Klubkollegin Monika Bärlocher davon überzeugen konnte, ebenfalls ihren (vermeintlichen) Weg zum Posten 1 einzuschlagen. Sie erkannten dann aber ihre Fehlüberlegung und folgten alsdann dem richtigen Pfad. Unterdessen sorgten sich Toni Büchler und Martin Bärlocher um ihre etwas verspäteten Kolleginnen. Sie befürchteten bereits einen ernsteren Zwischenfall ihrer Frauen.

Weil sich auch der dritte Erwachsene im Starterfeld (der Schreibende) einen Schnitzer erlaubte, indem er schlicht seinen Posten 6 übersah, zunächst an diesem vorbeibrauste und noch einmal zurück musste, erschienen zur Freude der Wartenden die Läufer der jungen Generation als erste im Überlauf und nach der Schlusschleife im Ziel. Zu den Schnellsten gehörten auch unsere Linn Tobler, Leonie Benz und Fabio Ponticelli. Die Jungstars schickten die ambitionierten Judith Tobler, Linus Benz und Maja Kunz auf die mittlere sowie Lukas Deininger, Andrin Benz und Patrick Kunz auf die dritte Strecke. Erich Brauchli und Patrick Zbinden, Martin Bärlocher und Markus Zbinden sowie Toni Büchler und Myrtha Schum brauchten noch etwas mehr Geduld, bis sie in den Wettkampf eingreifen durften.

Im Gegensatz zur Startstrecke waren die anderen beiden Strecken mit Gabelungen versehen. Ein «blindes» Nachlaufen war also nicht möglich. Neben der grösseren Distanz war bei der längsten Strecke die zweimalige Querung des Tobels eine besondere Herausforderung.

In der Folge war es recht schwierig, den Überblick über die Zwischenrangliste zu behalten, waren doch die Läufer der zweiten und dritten Strecke fast immer gleichzeitig unterwegs. Dazu kam, dass auch die „Langstreckenläufer“ einen Überlauf zu absolvieren

hatten. So herrschte bei Start und Ziel ein Kommen und Gehen – natürlich alles im Rennmodus.

Gespannt wurden die Läuferinnen und Läufer erwartet. Wer würde als Nächste um die Kurve biegen oder als Nächster aus dem Wald kommen? Es waren Martina Seiterle und Patrik Wägeli von thurgorienta, die sich damit zusammen mit Gabriel Dennenmoser den Sieg verdienten. Aber gleich dahinter stürmten Maja und Patrick Kunz zur silbernen Trophäe, die sie mit Fabio Ponticelli teilen durften. Um den dritten Podestplatz wurde es sehr knapp und entsprechend spannend. Linus Benz lieferte sich mit zwei Konkurrenten auf den letzten Streckenabschnitten ein Kopf-an-Kopf-Rennen. So kam es, dass die drei Läufer gleichzeitig zum letzten Posten kamen. Während die beiden anderen Läufer einen SIAC-Badge hatten, der ein berührungsloses Quittieren des Postens erlaubte, musste sich Linus mit seinem konventionellen Kontrollgerät abmühen. Dies schenkte ihm einen Fünfsekundenrückstand ein – und das für die letzten 150 Meter! Linus liess sich nicht beirren, nahm die Beine in die Hand und machte Jagd auf seine Gegner. Auf den letzten Metern schaffte er das schier Unmögliche: Er überholte beide Läufer und sicherte seinem Familien-Team die bronzene Auszeichnung. Die Staffel mit Linn und Judith Tobler sowie Lukas Deininger belegte mit dem 8. Rang einen Diplomplatz. Die übrigen Staffeln landeten auf den Plätzen 15, 34 und 36. Eliane Deininger und Bettina Mattle waren in je einem Wiler Team gestartet.

Den erfolgreichen Staffeln gratulieren wir herzlich! Den anderen Teams hat es auch sichtlich Spass gemacht ☺. Ein grosses Dankeschön geht an Jörg Hubmann und seinem Team der OL Regio Wil für die Organisation der ROLV-Staffel und ein herzlicher Dank an Patrick Zbinden für die klubinterne Koordination.



Die Teilnehmer von links nach rechts: Martin Bärlocher, Myrtha Schum, Monika Bärlocher, Toni Büchler, Silvia Büchler, Fabio Ponticelli, Linus Benz, Patrick Kunz, Erich Brauchli, Linn Tobler, Leonie Benz, Maja Kunz, Judith Tobler, Markus Zbinden, Andrin Benz und Robert Furrer.

Es fehlen: Lukas Deininger und Patrick Zbinden sowie Eliane Deininger und Bettina Mattle.

### Die richtigen Prioritäten?

Für mich lag die LOM in diesem Jahr ungünstig. Denn nur eine Woche später stand die 5er-Staffel an und da wollte ich mit frischen Beinen an den Start. Jeder hat eben seine eigenen Prioritäten. Bei mir wird sich dies ab nächstem Jahr und dem Beginn der ambitionierten Senioren-Laufbahn bestimmt ändern. Soweit so gut. Etwas stutzig wurde ich, als ich die längere Liste schnellerer Elite-Läufe sah, welche die LOM ebenfalls ausliessen. Wie aussagekräftig ist denn ein solches Podest?

Nicht nur weil ich gerne auf dem Rennvelo sitze, kam mir die SM der Radfahrer in den Sinn, die zeitgleich mit dem SPM/LOM-Wochenende im Aargau ausgetragen wurde. Der Schweizer Meistertitel im Rad Strassenrennen? Nicht von Bedeutung, behaupte ich jetzt einfach mal. Der Stellenwert der SM für den Radsport? Bestimmt nicht von Bedeutung. Das Rennen ist den Medien allenfalls eine Randnotiz wert. Der Radsport kann es sich leisten, denn kurz zuvor fand die Tour de Suisse statt und eine Woche später begann die Tour de France. Das heisst: an einem Tag so viel TV-Präsenz wie beim OL in einem Jahr. Dies bringt uns zur Frage, ob es sich der OL-Sport in der Schweiz leisten kann, dass seine Aushängeschilder und bekanntesten Köpfe auf den wichtigsten Wettkampf im Inland verzichten. Da zweifle ich daran.

Dass die SM-Titel in der Königsdisziplin eine Woche vor der WM, dem wichtigsten internationalen OL-Anlass, vergeben werden, hat mir wieder mal folgendes vor Augen geführt: OL ist in erster Linie eine Breitensportart – Grand Slam und Elite League hin oder her. Die 15 Läufer, die an der WM teilnehmen, sind letztlich eine Minderheit. Warum soll man die ganze Saison nach ihnen ausrichten? Diese Haltung widerspiegelt ungefähr das Interesse an unserer Elite, wenn diese bei einer Rangverkündigung zum Schluss noch aufs Podest darf. Ausser den Helfern harren nur wenige aus. Der OL-Läufer läuft eben vorwiegend für sich selber beziehungsweise im wahrsten Sinne der Worte in seiner eigenen Kategorie.

Als Breitensportler kann man natürlich seine Prioritäten frei entlang des Jahresprogrammes setzen. Ich bin mir aber ziemlich sicher, dass die LOM als Krönung der Saison für die meisten OL-Läufer in die zweite Saisonhälfte gehört. Wenn vor der LOM nur ein nationaler OL stattfindet, ist es ungefähr so, als würde der 100m-Final nach dem ersten Vorlauf ausgetragen.

Mir ist schon klar: der Zugang zu den Wäldern ist zeitlich beschränkt, es braucht am Wochenende X einen ehrenamtlichen Veranstalter und und und ... Trotz allem, wenn wir wollen, dass OL hin und wieder auch ausserhalb der Szene Beachtung findet, sollten wir mit unseren "Grossanlässen" nicht so fahrlässig umgehen. Nun, trotz weitgehenden Verzichts auf die LOM fiel die WM-Bilanz bekanntlich mager aus. Dies ist natürlich doppelt bitter, denn die Medien interessieren sich bei Randsportarten nur für Erfolge.

Hinzuzufügen gilt es noch, dass die besten Nachwuchsläufer vor einer ähnlichen Situation standen wie die Elite. Da auch die Jugend-EM (EYOC) in der Slowakei ebenfalls nur wenige Tage nach der LOM begann. Eliane Deininger ging überall an den Start, sodass ihr das Kunststück gelang, an beiden Anlässen gross aufzutrumphen. Bravo!

## **Montlinger Dorf-OL: Niklaus Wolgensinger gibt das Kommando ab**

*von Mario Ammann*

**Während 14 Jahren hat Nick Wolgensinger den „Muntlager“ mit viel Herzblut vorbereitet und durchgeführt. Seine grossen Verdienste sind am diesjährigen Montlinger Dorf-OL vom 28. Juni gewürdigt worden.**

Nick Wolgensinger darf als „Rheintaler OL-Cupler“ der zweiten Stunde bezeichnet werden. Den ersten Anlass vom Juni 2003 hatte er nämlich noch verpasst. Aber schon beim zweiten Lauf war der Oberstufenlehrer von Oberriet mit Arbeitsort Montlingen am Start und zeigte Interesse, im Folgejahr auch in Oberriet oder Montlingen einen „OL für Jedermann“ durchzuführen. Der Entscheid fiel für Montlingen aus.

Nick überliess in den Folgejahren nichts dem Zufall. Er besuchte die Schulklassen, alle Vereine und viele Organisationen und stellte den OL und den Dorf-OL vor. In Montlingen sprang der Funke wie an keinem anderen Ort über. Die Oberstufe entschied sich 2005 für den OL als Sportfachprüfung. Zweimal machten fast 1000 Teilnehmer mit. Darum erstaunt es nicht, dass bei der 14. Austragung die stolze Zahl von 10'000 Startenden erreicht worden ist.

Nick hat auch eine OL-Brücke über den Rhein zu den Nachbarn in Koblach geschlagen. Mit der Teilnahme des Bürgermeisters war der Start vielversprechend. Doch erwies sich der Fluss eben doch als Hürde. Der direkte Kontakt ist entscheidend. Das hat in Montlingen selber umso mehr funktioniert und den tollen Erfolg möglich gemacht. Nick gehört für sein grosses Engagement ein ebenso grosses Dankeschön.



Erwin Wälter präsentiert das Shirt von Nick Wolgensinger als 10'000. Teilnehmer am Montlinger Dorf-OL. Von links: Martin Meier, Nick und Vreni Wolgensinger.

## **Eine SOM für Bergfreunde: Gute Einzelleistungen, aber wenig Edelmetall**

*von Christoph Ammann*

### **Die Staffel-SM (SOM) auf dem Gotthard war vor allem konditionell anspruchsvoll. Für alle, die gerne in den Bergen sind, war das Laufgebiet ein Leckerbissen.**

Orientierungsläufe oberhalb der 2000m-Grenze sind allein schon von der Lage etwas Besonderes. Man hat die reine Bergwelt zu Füssen. Vegetation gibt es kaum. Das heisst aber nicht, dass nicht mit Gehbehinderungen gerechnet werden muss. Steinbrocken sind allgegenwärtig und somit nur ab einem gewissen Ausmass kartiert. Zur Lage gehört natürlich auch, dass dem Wetter zumindest punkto Erlebnis eine grosse Bedeutung zukommt. Zumal man an einer Staffel naturgemäss für ein paar Stunden unter freiem Himmel ist. Da könnte es das ganze Jahr über garstig werden. Bei der SOM Ende August auf dem Gotthard passte alles zusammen. Zudem gab es nicht weniger als drei Zuschauerposten, sodass die Läufer unterwegs und bei der Ankunft in Richtung Ziel gut beobachtet und angefeuert werden konnten.

#### **Gelände mit vielen Details**

Das Laufgelände war etwas für Geniesser der Bergwelt: Alpweiden, Felsen, Felsplatten, Sümpfe, Wildbäche, Seen und – eben – viele Steine. Wege gab es kaum. Eine Orientierungshilfe waren je nachdem noch die alte und neue Passstrasse. Wie auf allen Schweizer Pässen gehören zwar auch auf dem Gotthard die Stromleitungen und –masten zum Landschaftsbild, kartiert waren sie jedoch nicht. In diesem detailreichen und steinigen Laufgebiet bestand erhöhtes Risiko für Suchaktionen im Postenraum. Nur ein paar Tage nach dem Dorf-OL in Marbach hier zu laufen, hat wieder einmal aufgezeigt, wie vielfältig der Orientierungslauf-Sport und deren Anforderungen sind.

Insgesamt waren die Bahnen nicht besonders schwierig, die Posten teilweise schon ziemlich früh erkennbar. Vorsicht war bei einigen Postennestern geboten, von denen man sich leicht verwirren lassen konnte. Konditionell war man dafür gefordert, wobei auch die Höhe des Laufgebietes nicht unterschätzt werden durfte. Wie meist im offenen und praktisch weglosen Gelände spielte die Routenwahl kaum eine Bedeutung. Auf der Elite-Bahn boten sich nur auf einer Teilstrecke absolut unterschiedliche Routen an. Und dennoch war es wichtig, wenn immer möglich die Höhe zu halten und so zusätzliche Höhenmeter zu vermeiden und Kräfte – für den Zieleinlauf – zu sparen.

Resultatmässig konnte die OLG nicht an die Erfolge früherer Staffelmeisterschaften anknüpfen. Das Seniorinnen-Trio Judith Tobler, Monika Ammann und Maja Kunz ging wegen fehlender Posten ganz leer aus. Der Nachwuchs war auf dem Gotthard leider kaum vertreten. So gelang Mario Ammann (H180), mit Läufern anderer Vereine, als einzigem der Sprung unter die ersten drei. Kurz vor dem Ziel war er sogar auf Siegeskurs. Er stempelte den drittletzten Posten als Erster eines hochkarätigen Trios. Dann lief er vor den Augen der Zuschauer direkt zum Schlussposten, musste korrigieren und sich von den beiden Konkurrenten wieder überholen lassen. Die nationale Elite fehlte ebenso und nicht zum ersten Mal in dieser Saison bei einer Meisterschaft, da sie gleichzeitig am Weltcup in Lettland im Einsatz war. Dies wurde zumindest mengenmässig durch drei OLG-Mannschaften ausgeglichen, wobei dem Top-Team mit Simon Rüegg, Lukas Deininger und Patrick Zbinden der erfreuliche 12. Rang gelang.



Mit einem Blitzstart kann Mario Ammann (H180) auf der Schlusstrecke bis zum ersten Posten zu den beiden Spitzenläufern aufschliessen.

---

## Beitrittserklärung:

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zur OL-Gruppe St.Gallen/Appenzell als

Aktivmitglied

Passivmitglied

Name, Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_

Telefon P: \_\_\_\_\_ Mobile: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Einsenden / mailen an: Ruedi Kellenberger, Präsident OLG St.Gallen/Appenzell,  
Freiestrasse 37, 8610 Uster, mail@rudolfkellenberger.ch

---

## Zwei St.Gallerinnen sorgen für Schlagzeilen

**Zuerst trumpft Eliane Deininger mit ihren beiden EM-Titeln und den dazu passenden Goldmedaillen auf. Dann überrascht Vre Harzenmoser mit ihrer Beteiligung am Dokumentarfilm „Aktiv ins Alter“, der seit anfangs September in zahlreichen Schweizer Kinos läuft. Da muss sogar die Presse mitmachen.**

(am) Während Eliane ihre Erfolge an der Jugend-EM in der Slowakei klar angestrebt hat und sich zurecht auch feiern lässt, fühlt sich Vre lange Zeit nicht so wohl in ihrer Rolle als „Filmstar“. Inzwischen ist die Spielzeit des Filmes aber angelaufen und man erlebt als Zuschauer eine entspannte und auch authentische Vre.

### „Es chunnt wie s’chunnt“

Sportlerinnen wie Eliane Deininger sind Spitzenleistungen auf allen Stufen und wie jetzt an der EM natürlich schon zuzutrauen. Aber die Konkurrenz ist stark und zum Siegen braucht es starke Leistungen und viel Selbstvertrauen. Die Goldmedaillen haben auch die St.Galler Medien „wachgerüttelt“. Auch das Regionaljournal Ostschweiz von Radio SRF 1 interessierte sich für „die neue Hoffnung im Orientierungslauf“ und lud Eliane zum Interview, das sie souverän meisterte. Richard Fischbacher nannte sie „ein Versprechen für die Zukunft“. Aus dem Beitrag darf man schliessen, dass Eliane darauf mit „Es chunnt wie s’chunnt“ geantwortet hat.



#### Eliane Deininger

In ihrer Altersklasse ist die 17-jährige St.Galler Kantischülerin die schnellste Orientierungsläuferin Europas. Für ihre sportlichen Erfolge opfert sie gerne ihre Freizeit. Die Schule hat nämlich immer noch oberste Priorität. Im Herbst wird Eliane Teil des Nationalkaders und die Vorbereitungen auf die Junioren-Weltmeisterschaft 2018 beginnen. Zum OL kam sie durch ihre Familie. Grossvater, Vater und Bruder sind alles



begeisterte Läufer. Nun wurde die Schülerin noch für die Wahl zur St.Galler Nachwuchssportlerin des Jahres nominiert. Wir drücken die Daumen!

### Nichts für Vegetarier

Der „schischo“-Redaktion ist nicht bekannt, ob sich bereits die „Schweizer Illustrierte“ zur grossen Reportage angemeldet hat. Sicher ist aber, dass „Der Anzeiger“ für Eliane eine Brodworscht übrig hatte. Im Text ist auch die Nomination für die Wahl zur St.Galler Nachwuchssportlerin des Jahres vom 4. September 2017 erwähnt. Mittlerweile ist bekannt, dass Eliane bei dieser Ausmarchung die Nase nicht ganz vorne hatte und die Wahl knapp verpasst hat.

### Verzicht auf Junioren-Europa-Cup (JEC)

Im September und Oktober stehen noch drei hochkarätige OL-Wochenenden bevor: das Säntis-OL-Weekend mit der MOM, das Alpine OL Weekend in Grindelwald mit dem Weltcup-Finale und schliesslich das OL-Weekend Rigi. Das sind 6 nationale Events, die Eliane liegen sollten. Das Wochenende im Berner Oberland wird sie allerdings verpassen. Die anvisierte Selektion für den JEC in der Steiermark hat sie zwar geschafft. Sie kann aber kurzfristig bei einem spannenden Biologieprojekt in Italien teilnehmen und verzichtet darum für einmal auf einen OL-Wettkampf.

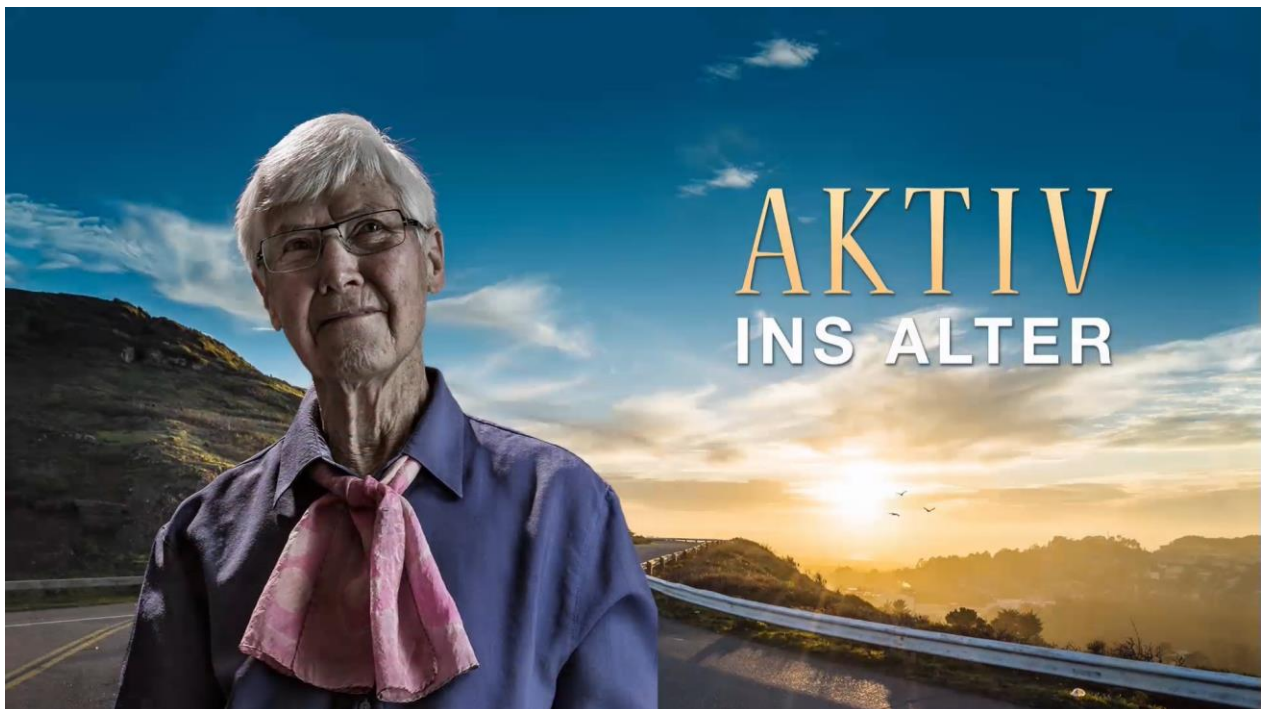


### **Vre grüsst von der Kino-Leinwand**

Die einen träumen von sportlichen Erfolgen, die anderen von einer Karriere beim Film oder Theater. Vre Harzenmoser hat beides erreicht. Aber hat sie davon auch geträumt? Der Sieg im Sprint-OL an der Senioren-WM 2016 in Estland war eine tolle Leistung. Nebst einer guten physischen Verfassung hat ein gesunder Ehrgeiz ihn möglich gemacht. Mit ihrer felsenfesten Überzeugung, dass „wer rastet, der rostet“, ist Vre ohne Zweifel eine sehr gute Besetzung für einen Film, der den Sport auch im hohen Alter in den Mittelpunkt rückt.

### **Fast still und heimlich**

Kenner von Vre wissen, dass sie ein solches „Ufhebis“ und die Publizität nicht sucht. Das Projekt startete vor rund 3 Jahren. Der Produzent besuchte dann irgendwann ein Vereinstraining vom Mittwochabend im Sitterwald und begleitete Vre auf ihrer Bahn. Die anderen Mitglieder, die am Training mitmachten, wussten wohl schon, was dahinter steckte. Doch in der allgemeinen Wahrnehmung lief es doch eher „unter Ausschluss der Öffentlichkeit“ ab. Im Juli wurde der Verein vom Produzenten kontaktiert mit dem Ziel, die Werbung für den Film auch in OL-Kreisen in Gang zu setzen. Mittlerweile läuft der Film in den Kinos. Es gab Reportagen im „Tagblatt“, im OL-Heft und auch im „Fit for Life“. Der Produzent Manuel Schweizer hat mitgeteilt, Vre habe ihre Zurückhaltung seit der Filmpremiere vom 1. September in Wil etwas abgelegt. Vermutlich ähnlich wie im August 2016 in Estland, als sie bei der Siegerehrung entspannt und auch erfreut dem Publikum zuwinkte. Das wird jetzt im Zusammenhang mit dem Film niemand von ihr erwarten. Dennoch: Danke Vre für dein Engagement und deinen Einsatz für eine gute Sache – auch für den OL-Sport!



Alle Informationen zum Film siehe [www.aktivinsalter.com](http://www.aktivinsalter.com).

## **Crowdfunding: Lukas Deininger sucht Schnee und Kohle**

von Lukas Deininger

**Lukas Deininger hat sich für die nächste Ski-OL-Saison hohe Ziele gesteckt. Um diese zu erreichen, ist er auf finanzielle Unterstützung angewiesen. Die erhofft er sich auch von den Vereinsmitgliedern und „schischo“-Lesern.**

Lukas hat seine Ideen und Pläne der „schischo“-Redaktion zugeschickt. Er schreibt:

Es gibt eine Crowdfunding-Plattform für den Schweizer Sport. Auf [www.ibelieveinyou.ch](http://www.ibelieveinyou.ch) kann jeder Sportler Geld für sein Projekt sammeln. Als aktives OLG-Mitglied stelle ich dort u.a. mit einem kurzen Video meine Ziele für die nächste Ski-OL-Saison vor. Ich kann ein letztes Mal an der Junioren-WM starten und erhoffe mir die Qualifikation für den Weltcup.

Sommertrainings inkl. Trainingslager, Reise-, Übernachtungs- und Materialspeisen gehen ins Geld. Ich rechne mit 3'850 Franken und hoffe, diesen Betrag während der 50-tägigen Frist sammeln zu können. Diese endet bereits Anfangs Oktober. Das Projekt geht also in die Schlussphase.

Für deine Spende biete ich ganz verschiedene Gegenleistungen an, von der persönlichen Grusskarte über selbstgemachtes schwedisches Weihnachtsgebäck bis hin zu einem halben Trainingstag auf Langlaufskiern. Siehe selber unter: <http://ibiy.net/LukasDeininger>.

Wer mich in meinem Projekt gerne unterstützen möchte, kann dies übers Internet mit dem obenstehenden Link machen oder mir per Telefon, SMS, Whatsapp, E-Mail oder auch einfach ganz persönlich Bescheid geben.

Ich freue mich über jede Unterstützung.

Herzliche Grüsse

Lukas Deininger; 078 830 25 21;  
[lukas.deininger@hotmail.com](mailto:lukas.deininger@hotmail.com)

Auch die Schweizer Weltklasse-Langläuferin **Laurien Van Der Graaff** meldet sich für Lukas zu Wort und sagt:

“Aus eigener Erfahrung weiss ich, wie schwer der Sprung von den Junioren in den Weltcup ist. Viel gutes Training und mentale Stärke sind wichtig! Unterstützt Lukas, sodass er mit viel Freude und einer optimalen Vorbereitung die ideale Linie findet und seine Ziele auch dank eurer Hilfe erreicht.”



## Resultatspiegel: Juni – September 2017

<b>SM Sprint-OL, 24. Juni, Windisch (City)</b> H14 9. Joschua Schilter H16 5. Andrin Benz 6. Andrin Sutter H60 1. Mario Ammann H70 10. Willi Streuli D12 4. Leonie Benz D18 7. Eliane Deininger D55 2. Judith Tobler 5. Monika Ammann D75 4. Vre Harzenmoser		D18 3. Eliane Deininger DAK 2. Stefanie Sutter D45 10. Rita Deininger D55 3. Monika Ammann D75 5. Vre Harzenmoser	
<b>SM Langdistanz-OL, 25. Juni, Saalhöchi, Erlinsbach AG</b> H16 5. Andrin Benz HAK 6. Sandro Domeisen 10. Jonas Vogel H60 5. Mario Ammann D12 10. Leonie Benz D18 1. Eliane Deininger DAK 5. Stefanie Sutter D55 1. Judith Tobler 4. Monika Ammann D75 5. Vre Harzenmoser		<b>SM Staffel-OL, 27. Aug., San Gottardo</b> HE 12. Simon Rüegg, Lukas Deininger, Patrick Zbinden 28. Tobias Zbinden, Michael Huber, Stefan Brauchli 31. Matthias Sandmeier, Sebastian Rüegg, Christoph Ammann H150 12. Dieter Sandmeier, Heinz Weber, Patrick Kunz H180 3. Mario Ammann (mixed) 21. Willi Streuli (mixed) H14 n.kl. Joschua Schilter (mixed) DE 11. Eliane Deininger (mixed) D150 n.kl. Judith Tobler, Monika Ammann, Maja Kunz	
<b>5er-Staffel, 2. Juli, Stadlerberg, Stadel ZH</b> 5er 24. Annike Eriksrud Karlsen, Andrin Benz, Joschula Schilter, Erich Brauchli, Lukas Deininger 72. Judith Tobler, Markus Zbinden, Rainer Müller, Niklaus Wolgen- singer, Christoph Ammann Kids 11. Linn Tobler, Nando Oberholzer, Leonie Benz		<b>3. Nat. OL, 2. Sept., Bois de la Baume, Fleurier NE</b> H55 10. Jürg Hellmüller H60 8. Mario Ammann H70 7. Willi Streuli D12 9. Leonie Benz D18 2. Eliane Deininger OM 1. Isabelle Hellmüller	
<b>2. Nat. OL, 20. Aug., Wasserfallen, Reigoldswil BL</b> H40 10. Michael Huber H55 6. Jürg Hellmüller H60 3. Mario Ammann		<b>4. Nat. OL, 3. Sept., Les Cernets, Fleurier NE</b> H14 7. Joschua Schilter H60 5. Mario Ammann D18 1. Eliane Deininger OM 1. Isabelle Hellmüller	
<b>3./4. Nat. OL, 2-Tageswertung</b> H60 4. Mario Ammann D18 1. Eliane Deininger OM 1. Isabelle Hellmüller			
<b>Rheintaler OL-Cup 2017 Gesamtwertung Damen</b> 1. Leonie Benz 40 1. Rita Deininger 40 6. Stefanie Sutter 38 10. Trix Deuber 33		<b>Rheintaler OL-Cup 2017 Gesamtwertung Herren</b> 1. Joschua Schilter 40 5. Robert Furrer 37 6. Thomas Looser 36 9. Martin Stamm 34	

## Trainingsprogramm September-November 2017

Block	Tag	Datum	Was / Thema	Wann	Besammlung	Planung	Trainings- leitung
4	Mittwoch	30.08.2017	Hohfirst	Startzeiten: 18:00-18:30	Engelburg, Kreuzung Schwendiweg und Schwendistrasse		Matthias Sandmeier
	Mittwoch	13.09.2017	Hohfirst	Startzeiten: 18:00-18:30			
	Mittwoch	06.09.2017	Rheintaler OL- Cup Diepoldsau	Startzeiten: 17:30-19:00	MZH Kirchenfeld, Hint. Kirchstrasse 14a, Diepoldsau		
5	Mittwoch	20.09.2017	Eggen	Startzeiten: 18:00-18:30	Speicher, Vögelinsegg		Lukas Deininger
	Mittwoch	27.09.2017	Eggen	Startzeiten: 18:00-18:30			
Während den Herbstferien vom 1. bis 22. Oktober findet kein organisiertes OLG-Training statt.							
Nach den Herbstferien beginnt am 25. Oktober im Riethüsli wieder das OLG-Hallentraining.							
<b>➔</b>	25.10.2017	18:15 - 18:45 kurzes Lauftraining für alle, die Lust haben	18:50 - 20:15 Hallentraining: Kondition, Kraft, Koordination & OL-Formen	Turnhalle Gerhardstrasse, Riethüsli			
	<b>01.11.2017</b>			<b>Achtung:</b> Kein OLG-Training; Feiertag im Kt SG			
	08.11.2017			Turnhalle Gerhardstrasse, Riethüsli			
	15.11.2017						
	22.11.2017						
	29.11.2017						
	06.12.2017						

**Anlaufstelle für Fragen:** Patrick Zbinden, Technischer Leiter  
pazb@gmx.ch; 079 778 33 96

### Vereinstermine 2018 (Stand 1. September 2017)

Datum	Hinweis	Veranstaltung	Ort/Gebiet	Anlass
17.02.2018		Hauptversammlung Vereinsmeisterschaft	Altstätten SG	
22.04.2018		St.Galler OL	Rorschacherberg	Regionaler OL
02.05.2018		Marper Dorf-OL	Marbach	Rheintaler OL-Cup
23.05.2018	Prov.	Heerbrugger OL	Heerbrugg	Rheintaler OL-Cup
20.06.2018	Noch offen	Montlinger Dorf-OL	Montlingen	Rheintaler OL-Cup
27.06.2018				
22.08.2018		Widnauer Dorf-OL	Widnau	Rheintaler OL-Cup
05.09.2018		Bernecker Dorf-OL	Berneck	Rheintaler OL-Cup
16.09.2018		Engelburger OL	Hirschberg	Regionaler OL
13.10.2018		ARGE ALP 2018	Flumserberge	In Zusammenarbeit mit OL Regio Wil und Sportamt Kanton SG
14.10.2018				