

**OLG  
ST.GALEN  
APPENZEL**

# SCHISCHO 2 / 2019



**OLG ST.GALLEN/APPENZELL**

# „schischo“ impressum

Nr. 2/2019

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

### Redaktionsadresse:

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

### Juni 2019

30. 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

### Vereinsvorstand:

Präsident	Ruedi Kellenberger	Uster	079 / 310 57 17
Vizepräsident	Raphael Wälter	Altstätten	071 / 755 71 18
Aktuar	Jonas Wälter	Altstätten	071 / 755 71 18
Kassier	Simon Rüegg	Schmerikon	079 / 587 42 30
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 2019:

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

<b>Aktivmitglieder:</b>	Jugendliche - Jahrgang 2001 und jünger	Fr. 40.-
	Erwachsene - Jahrgang 2000 und älter	Fr. 60.-
	Familien inkl. Jugendliche bis Jahrgang 2001	Fr. 100.-
<b>Passivmitglieder:</b>	mindestens	Fr. 60.-
<b>Gönner:</b>	(ohne Mitgliedstatus)	nach Belieben

### Redaktionsschluss 3/2019:

Erscheinungsdatum:

### 15. August 2019

September 2019

### Bildlegende Titelseite:

St.Galler OL 2019 – „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleider!“ Wer's glaubt!

## Editorial

### „Jetzt wird wieder in die Hände gespuckt!“

Aufmerksame Leser mit einem guten Gedächtnis mögen sich wohl noch an das letzte Editorial erinnern. Es war indirekt dem deutschen Musiker Herbert Grönemeyer gewidmet. Wikipedia sei Dank für die Information, dass Grönemeyer zuerst als Schauspieler bekannt war, bevor er als Musiker wahrgenommen wurde. Wie war das doch jeweils unendlich spannend, wenn er im Film „Das Boot“ mit dem U-Boot immer tiefer tauchte, der Druck auf die Kabine immer grösser und die Geräusche in der Schiffswand immer lauter wurden.

Und jetzt folgt der Exkurs mit Geier Sturzflug und ihrem legendären Hit „Bruttosozialprodukt“ aus dem Jahr 1978, aus dem der Text in der Überschrift entlehnt ist. Der Titel steht im Zusammenhang mit der Zustimmung von Swiss Orienteering, dass die OLG SGA in Kooperation mit OL Zimmerberg im Oktober 2021 am Flumserberg ein nationales Wochenende durchführt. Das bedeutet auf jeden Fall viel, aber auch spannende Arbeit. „Hol's der Geier: wir werden das schaffen! Wir haben anderes auch schon gemeistert.“

Dazu gehört auch der 2003 lancierte Rheintaler OL-Cup. Mit vereinten Kräften wird Ende Juni der 100. „OL für Alle“ über die Bühne gehen. In Montlingen – dem OL-Mekka. Es ist bei jedem Dorf-OL ein gutes Gefühl zu erfahren, wie viel Know-how die so zahlreichen, engagierten Mitglieder aufbauen konnten. Dieses Verständnis nicht nur für die einzelne Tätigkeit, sondern auch für das Ganze ist überaus wertvoll und motiviert, Verantwortung zu übernehmen im Interesse von Sport und Sportlern.

Mit 100 ist natürlich noch lange nicht Schluss! Aber das OK Rheintaler OL-Cup sieht den Moment gekommen, mit einem kleinen Fest dieses Jubiläum zu feiern. Der 11. September soll für die ganze OLG SGA ein „Freudentag“ werden. Gefeierte wird in Berneck. Aber vorher wird noch „richtig in die Hände gespuckt“. Bevor Wurst und Brot aufgetischt werden, gibt es noch eine Sprint-Staffel als Trainingseinheit. Schliesslich ist dann Mittwoch ...

Mario Ammann, Redaktor

<b>Inhaltsverzeichnis „schischo“ 2/2019</b>			
2	Impressum	16	Richterswil: nat. OL / Sprint-Staffel
3	Editorial; Inhaltsverzeichnis	17	Kolumne „Weg zum Ziel“
4	Vorstandsmitteilungen, Aktuelles	18	Nationales OL-Wochenende Tirol
6	Swiss Orienteering	18	Beitrittserklärung
7	NOM 2019	19	Ausschreibung Engelburger OL
8	Appenzeller sCOOL-Cup	20	Appenzell 2020, Helferaufruf
9	OL-Einsteigerkurs Rheintal	21	Appenzell 2020, Anmeldeblatt
10	MOM 2019	22	Ausschreibung Öpfel-Trophy Arbon
11	Rheintaler OL-Cup 2019	23	Resultate
12	71. St.Galler OL	23	Letzte Meldung(en)
14	Winteruniversiade 2019, Ski-OL	24	Trainingsprogramm

## Vorstandsmitteilungen, Aktuelles

### Mutationen:

#### Eintritte:

Nicolai Berther	1995	Klusstrasse 22	9000 St.Gallen
Frank Sailer	1966	Dorfstrasse 4	9462 Montlingen

#### Adressänderung:

Adrian Brauchli	1985	Berneggstrasse 52	9000 St.Gallen
Adrian Gilgen	1986	Amietstrasse 13	3006 Bern
Rahel Gilgen-Ammann	1986	Amietstrasse 13	3006 Bern
Margrit Proske	1968	Giessereistrasse 20	9320 Arbon

#### Austritte:

Sissi Jakob, Alea Wohlwend

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

---

### **Vorstandssitzung 13. Mai 2019**

An der zweiten Sitzung im Jahr 2019 traf sich der Vorstand unter anderem zur Beratung der folgenden Themen:

#### *Berichterstattungen*

- Präsident Ruedi Kellenberger durfte an der Sitzung zum ersten Mal die zwei neuen Vorstandsmitglieder Simon Rüegg (Kassier) und Jonas Wälter (Aktuar) begrüßen. Die Amtsübergabe von ihren Vorgängern hat stattgefunden und sie arbeiten sich fortlaufend in ihre neuen Aufgaben ein.
- Am 12. Mai hat in Richterswil nicht nur ein nationaler Sprint-OL, sondern auch eine Sprint-Staffel stattgefunden. An dieser haben über 60 Prozent der Vorstandsmitglieder teilgenommen. Der Vorstand würde sich freuen, wenn er den Clubmitgliedern diesbezüglich als Vorbild dienen dürfte. Bei der OLG hat es neben ambitionierten Teams auch noch viel Platz für Personen, die ohne grossen Druck mitmachen und OL im Team erleben möchten! Die nächste Gelegenheit bietet sich an verschiedenen Anlässen:
  - Schweizer Fünferstaffel vom 23. Juni, Irchel bei Winterthur (Meldeschluss vorbei)
  - Schweizer Meisterschaft im Staffel-OL vom 30. Juni, Liebegg Nord bei Aarau
  - Regionale ROLV-Staffel vom 21. August, Auholz bei Sulgen
  - Schweizer Meisterschaft im Team-OL vom 2. November, Dietschwiler Höchi bei Wil
  - Schweizer Meisterschaft in der Sprint-Staffel vom 3. November, Wil SG
- Kartenchef Martin Stamm berichtet von neuen, hochgenauen LIDAR-Daten, welche nach und nach auch in unserem Vereinsgebiet die Erstellung von OL-Karten erleichtern.
- Die OLG als aktive Organisatorin: Neben dem Appenzeller sCOOL-Cup und drei Läufen des Rheintaler OL-Cups haben im laufenden Jahr bereits der Osterhasen-OL mit neuem Teilnehmerrekord sowie der St.Galler OL auf dem tückischen HSG-Gelände stattgefunden.

#### *Aktivitäten 2019*

- Unsere OL-Trainings: Der 1. Trainingsblock auf der Karte «Hirschberg» ist schon vorbei, zurzeit läuft der 2. Block auf der Karte «Tannenbergl» (siehe letzte Seite).

- Der Rheintaler Einsteigerkurs wurde am 23. & 30. März in St.Margrethen mit 13 Teilnehmenden durchgeführt. Der St.Galler Einsteigerkurs wird am 19. Juni mit der Teilnahme am OLG-Training und anschliessendem Bräteln abgeschlossen.
- Spielabend am 3. Juli als letztes Training vor den Sommerferien beim GBS-Schulhaus Riethüsli u.a. mit Volleyball, Fussball ... Der Spass steht im Vordergrund.
- Rheintaler OL-Cup: Die Sprint-Serie ist in vollem Gang. Am 26. Juni wird in Montlingen der 100. Lauf stattfinden. Das Helferfest vom 11. September in Berneck ist für alle OLG-Mitglieder offen und wird mit einem OL-Training verbunden.
- Clubweekend in der Innerschweiz vom 31. August/1. September (4. Nationaler & SPM): In der OLG-Unterkunft sind mittlerweile alle 37 Schlafplätze belegt.
- 52. Engelburger OL vom 15. September (Sitterwald Nord): Die OL-Karte wurde von Beat Imhof neu aufgenommen. Dieter Sandmeier (Laufleiter), Matthias Sandmeier (Bahnlegung) und Tobias Zbinden (Kontrolle) sind auf Kurs.

#### *Ausblick 2020 ff.*

- Die Hauptversammlung 2020 findet am 15. Februar im Bürgerspital St.Gallen statt.
- 72. St.Galler OL vom 26. April 2020 (Eggen Ost): Die OL-Karte wird neu aufgenommen. Laufleiter Heinz Weber wird von Bahnleger Joschua Schilter und Kontrolleur Willi Streuli unterstützt.
- OLG-Clubweekends 2020: Trainingsweekend im Frühling (noch zu bestimmen), nationales Weekend im Tessin (2.-3. Mai) und nationales Auffahrtsweekend im Jura (21.-24. Mai).
- 53. Engelburger OL vom 18. Oktober 2020 (Tannenberg oder Hohfirst): Für diesen ROLV-Schlusslauf mit Massenstart bei DA/HA wird Markus Zbinden die Laufleitung und Pädi Zbinden die Bahnlegung übernehmen. Als Kontrolleur ist Erich Brauchli im Einsatz.
- OLG-Clubreise 2020 im Juli mit O-Ringen und vorgängiger Trainingswoche: Die Vorbereitungen sind angelaufen. 25-30 Teilnehmende der OLG sind vorangemeldet. Das regionale Nachwuchskader Nordostschweiz wird in der 1. Woche ebenfalls ein Trainingslager auf der Insel Gotland durchführen. Wir werden einerseits Synergien nutzen, andererseits aber auch für genügend Ruhe voneinander schauen (z.B. unterschiedliche Unterkunft).

Die angemeldeten Personen erhalten Ende August 2019 detailliertere Informationen. Wer den Anmeldeschluss verpasst hat und doch noch mitkommen möchte, kann sich bis spätestens Ende Juli 2019 melden (siehe Ausschreibung im „schischo“ 1/2019).

- Nationales Weekend Flumserberg 2021: Die OLG hat gemeinsam mit der OL Zimmerberg die Zusage von Swiss Orienteering erhalten. Am 2./3. Oktober 2021 werden wir also wieder einen Grossanlass mit zwei nationalen Läufen auf die Beine stellen! Für die Langdistanz am Sonntag hat die OLG den Lead, Mario Ammann und Felice Büchi haben bereits für die Bahnlegung/Kontrolle zugesagt.

#### *Verschiedenes*

- Im Winter ist die Universiade der grösste Multisportevent nach den olympischen Spielen. Die nächste Winteruniversiade findet 2021 in Luzern statt. Damit der Ski-OL ins Programm genommen wird, muss die Sportart ihre direkten Kosten selbst tragen. Von der OLG wären aller Voraussicht nach Eliane und Lukas Deininger am Start. Der Vorstand hat entschieden, dass sich die OLG einmalig mit CHF 1'000 an der Crowdfunding-Kampagne von Swiss Orienteering beteiligt ([www.ibelieveinyou.ch/skiol](http://www.ibelieveinyou.ch/skiol)). Das Sammelziel liegt bei CHF 50'000.

- Für die Betreuung von sCOOL-Aktivitäten (sCOOL@School, aber ohne sCOOL-Cup) wird immer noch ein Verantwortlicher oder eine Verantwortliche gesucht. Bei Interesse oder Fragen bitte unbedingt melden ([mail@rudolfkellenberger.ch](mailto:mail@rudolfkellenberger.ch)).
- Dieter Sandmeier wird die Organisation des Appenzeller sCOOL-Cups auf das Jahr 2021 abgeben. Die Nachfolgerin, der Nachfolger oder das Nachfolger-Team könnte Dieter evtl. bereits bei der Durchführung im Jahr 2020 über die Schultern schauen und so optimal auf die Aufgabe vorbereitet werden ([mail@rudolfkellenberger.ch](mailto:mail@rudolfkellenberger.ch)).
- Swiss O Week 2019 in Gstaad: Wie schon 2016 im Engadin vergütet die OLG ihren Mitgliedern CHF 10.- pro bestrittene Etappe. Nach der Wettkampfwoche kann der Anspruch beim Kassier mit Angabe der Zahlungsverbindung geltend gemacht werden.

### **ROLV Nordostschweiz**

- ROLV-Lager vom 14.-18. Oktober (Sellamatt): Die maximale Teilnehmerzahl ist schon fast erreicht, ca. ein Viertel der Anmeldungen sind OLG-Mitglieder (siehe Ausschreibung unter [www.olgsga.ch](http://www.olgsga.ch)).
- Der ROLV-Verbandskurs soll nur noch alle zwei Jahre durchgeführt werden (kombiniert mit J+S-Kurs). Der nächste Kurs findet demnach 2021 statt.

Raphael Wälter, Vizepräsident

---

### **Zwei OLGler in den SOLV-Schlagzeilen**

**An der Delegiertenversammlung von Swiss Orienteering (Schweizerischer OL-Verband SOLV) vom 2. März 2019 in Wil SG standen mit Jürg Hellmüller und Patrick Kunz auch zwei OLGler im Rampenlicht.**

Jürg Hellmüller als amtierender Verbandspräsident leitete die Versammlung und kündigte nach sechs Jahren seinen Rücktritt aus dem Zentralvorstand per nächster DV an.

Für ausserordentliche Leistungen wurde auch Patrick Kunz mit einem OL-Baum geehrt. Seit vielen Jahren bringt Patrick sein pädagogisches Wissen und seine OL-Erfahrung in den OL-Sport ein. So war er u.a. Hauptautor des neu geschaffenen J+S-Lehrmittels Orientierungslauf. Den Preis erhielt er „für die geistigen Vorarbeiten und die gelungene Umsetzung des neuen **O-Kompetenzraster** als Grundlage des neuen Lehrmittels OL“.

Die OLG SGA ist stolz, Mitglieder in ihren Reihen zu haben, die sich an vorderster Front für den OL-Sport einsetzen, und dankt Jürg und Patrick herzlich für ihr investiertes Herzblut.

Quelle: [www.olgsga.ch](http://www.olgsga.ch)

Autor: Erwin Wälter / 4. März 2019

---



## **Die nationale OL-Saison 2019 beginnt mit einem Paukenschlag: Andrin Benz wird Schweizer Meister im Nacht-OL**

**Die 50. Schweizer Meisterschaft im Nacht-OL im Hürnbergwald im Kanton Bern wird zum „Triumphlauf“ für Andrin Benz. Im Massenstart-Rennen der H18 gewinnt er souverän mit über 2 Minuten Vorsprung.**

(am) Nacht-OL: Hilfe! Wie will man sich denn im Dunklen zurückfinden? Diese Frage haben sich möglicherweise sogar einige der 700 Teilnehmer gestellt, die am Abend des 23. März bei Schlosswil BE an der diesjährigen NOM an den Start gingen. Es war eine besondere SM, da sie an gleicher Stelle stattfand wie die erste Schweizer Meisterschaft in dieser Disziplin vor 50 Jahren.

### **Tapfer und ohne Scheu**

Dem Ergebnis zufolge hatte Andrin Benz keinerlei Berührungängste. Für alle Kategorien wurde die NOM als Massenstart-Rennen mit Schlaufen ausgetragen. Andrin stand mit 25 weiteren Konkurrenten an der Startlinie. Er fand lobende Worte sowohl für den Wald, als auch für die Bahn. Auf der 7.7 km langen Strecke mit 275 m Steigung waren 25 Posten anzulaufen. „Der Hürnberg war ein wirklich schöner Wald. Es war ein spannendes Rennen, das technisch fordernd war“, sagte Andrin nach dem Lauf.

Bei Wettkämpfen mit Massenstart spielt auch die Taktik eine wichtige Rolle. Andrin verhielt sich wie „ein alter Hase“. Oder doch eher wie „ein schlauer Fuchs“? Auf jeden Fall machte er alles richtig. Hier sein Kommentar zu seinem Lauf: „Der Start verlief eher mässig. Es bildete sich eine grössere Gruppe, mit der ich die erste Schlaufe absolvierte. Bei der zweiten Schlaufe erhöhten wir das Tempo und das Feld wurde auseinander gezogen. Ich hatte immer Sichtkontakt zum Führenden unserer Gruppe. Doch wir wussten bis ins Ziel nicht, ob die Gruppe, welche die beiden Schlaufen in der anderen Reihenfolge absolvierte, schneller war. Als wir den Mittelposten zum dritten Mal stempelten und die Schlaufen abgeschlossen waren, griff ich an. Da waren wir nur noch zu zweit. Die anderen unserer Gruppe hatten wir in der Steigung abgehängt. Ich lief dann anders vom Posten weg. Von da an lief ich alleine. Beim 20. Posten nahm ich die Richtung nicht genau, was mich einiges an Zeit kostete. Das Kompasslaufen war das wichtigste. Ich hoffte, dass ich nicht überholt worden bin. Es war ein Weckruf. Nun lief ich sorgfältig und konzentriert bis ins Ziel. Erst dort realisierte ich, dass ich Erster bin. Den 2. und 3. Platzierten habe ich während dem Lauf nie gesehen.“

### **Erster Einzeltitel**

Dieser Sieg ist für Andrin Benz zwar nicht der erste Erfolg an einer Schweizer Meisterschaft. Das Nachwuchstalent aus Untereggen gewinnt an der NOM 2019 aber die erste Goldmedaille in einer Einzeldisziplin. Herzliche Gratulation!



## Gelungener Appenzeller sCOOL-Cup 2019

**Das Wetter spielte mit am traditionellen Appenzeller sCOOL-Cup. Im Dorf Appenzell starteten am 28. März bei perfekten Bedingungen 619 Schülerinnen und Schüler aus beiden Appenzeller Halbkantonen.**

Es standen je drei Kategorien für Knaben und Mädchen des 3. bis 9. Schuljahres zur Verfügung. Für den Bahnleger Andrin Sutter war es eine Premiere und er löste die Aufgabe bravourös. 22 Helferinnen und Helfer der OLG St.Gallen/Appenzell trugen zu einem reibungslosen und unfallfreien Ablauf bei.

Ein Blick auf die Rangliste zeigt, dass Klassen, welche mit ihren Lehrerinnen und Lehrer schon im Vorfeld den Umgang mit der Karte geübt hatten, eindeutig im Vorteil waren.

Beim anschliessenden Rangverlesen wurden in den Kategorien der Oberstufe auch die kantonalen Schulsportmeisterinnen und –meister gekürt. Bei den Ausserrhodern siegten die OLGler Philipp Wetter (zusammen mit Leon Sousa-Poza) bei den Knaben und die Schwestern Saskia und Ladina Schäpper mit jeweils grossem Vorsprung. Sie haben sich damit für den Schweizerischen Schulsporttag in Basel vom 22. Mai 2019 qualifiziert.

Bei den Innerrhödlern stachen die Gold- und Silbermedaille der OLGlerinnen Jana und Nina Sutter in der Kategorie der 3. und 4. Klässler hervor.



Quelle: [www.olgsga.ch](http://www.olgsga.ch)

Autoren: Dieter Sandmeier + Erwin Wälter / 30. März 2019



## **OL-Einsteigerkurs Rheintal Gelungene Premiere in St.Margrethen**

**Erstmals ist auch im Rheintal ein OL-Einsteigerkurs angeboten und durchgeführt worden. An zwei Samstagnachmittagen im März haben 13 motivierte Teilnehmer erste oder vertieftere OL-Erfahrungen gesammelt.**

(am) Die Idee eines OL-Einsteigerkurses im Rheintal entstand schon vor einiger Zeit. Mit der Umsetzung hat es aber erst jetzt im März 2019 geklappt. Ein solcher Kurs hatte von Anfang an zum Ziel, nicht nur OL im urbanen Gelände zu vermitteln, sondern unbedingt auch einen Einblick in den OL-Sport im Wald zu geben. Das ist im St.Galler Rheintal gar nicht so einfach, weil es das optimale Gelände dazu leider nicht gibt.

### **St.Margrethen als Kursort**

Der Kurs war bewusst im März angesetzt worden, damit interessierte Teilnehmer das Erlernte auch noch an den Frühlingsläufen in der Region Nordostschweiz anwenden konnten. Als Kursort kam St.Margrethen zum Zug, weil dort die Kombination „Dorf-Wald“ auch logistisch am besten möglich war. Dazu entstanden im Massstab 1:4000 die OL-Karte „St.Margrethen“ und im Massstab 1:10000 die OL-Karte „Gletscherhügel“. Die Dorfkarte kam am 3. April auch beim Rheintaler OL-Cup zum Einsatz.

Bei guten Bedingungen konnte das Leiterteam bestehend aus Mario und Monika Ammann, Martin Koster sowie Erwin, Jonas und Raphael Wälter die gemischte Teilnehmerschar für den OL begeistern. Der Kurs fand am 23. und 30. März statt. Bereits am 31. März wagten sich die Ersten auch am „Stöff Memorial“ im Wald an den Start. Wunderbar!



Jonas Wälter vom Leiterteam steht bei den Übungen unterstützend zur Seite.

## Erfolgreiches Oberaargauer OL-Weekend: Stefanie Sutter und Stefan Brauchli gewinnen an der Mitteldistanz-SM

**An der Mitteldistanz-Schweizermeisterschaft (MOM) vom 13. April stehen mit Stefanie Sutter (DAK) und Stefan Brauchli (H35) auch zwei OLGler zuoberst auf dem Podest. Zwei weitere Podestplätze und zwei Siege am 1. Nationalen OL am Folgetag runden die gute OLG-Bilanz ab.**

Die beiden Läufe hätten unterschiedlicher nicht sein können. Am Samstag ein äusserst gut belaufbarer Wald fast ohne Höhenmeter bei idealem Wetter. Am Sonntag ein gezuckertes Laufgebiet mit gesalzenen Aufstiegen bei coolen Temperaturen. Rund 30 OLGler waren am Samstag bei Walliswil an der Aare und am Sonntag in Hutu (Huttwil) im Einsatz und lernten eine Gegend kennen, in die man als Ostschweizer sonst selten hinkommt. Logiert wurde im Rekrutierungszentrum in Sumiswald.

Die OLG «rekrutierte» an diesem Wochenende nicht weniger als 25 Topten-Plätze. Gleich zweimal unter die besten Zehn schafften es neun OLGler. Die beste Bilanz wies dabei der neu bei H35 startende Stefan Brauchli auf mit dem Sieg an der MOM und dem 2. Rang am Sonntag. Nach dem letztjährigen Sieg an der SPM gelang Stefanie Sutter diesmal der Sieg an der MOM in der Kategorie DAK.



Die «podestverwöhnten» D55-Läuferinnen Isabelle Hellmüller und Judith Tobler schlugen ebenfalls wieder zu mit den Rängen 1, 2 und zweimal 3. Um wenige Sekunden am Podest schrammten Monika und Mario Ammann vorbei mit drei vierten Rängen. Weitere Familiengeschichten lieferten die Wälter-Zwillinge mit den HAK-Rängen 4, 5, 8 und 10 sowie die Familie Benz. Familienoberhaupt Ivo gelang bei OK gar ein Sieg. Trotzdem musste er sich von seinem Jüngsten geschlagen geben. Julian hatte bei H10 die gleiche Bahn und war um zwei Sekunden schneller. Dies reichte zum 5. Platz, womit er sich gegenüber dem Vortag um zwei Ränge verbessern konnte, gleich wie Leonie (vom 9. auf den 7. Platz).

Quelle: [www.olgsga.ch](http://www.olgsga.ch)

Autor: Erwin Wälter / 14. April 2019



## **Rheintaler OL-Cup 2019: Gelungener Start mit Premiere in St.Margrethen**

**Der 17. Rheintaler OL-Cup kann einen guten Start verzeichnen. Der Auftakt in St.Margrethen hat sich gelohnt. In Widnau und Heerbrugg braucht es immer noch schnelle Beine. Der weitere Weg führt über Berneck zum Jubiläumslauf vom 26. Juni in Montlingen.**

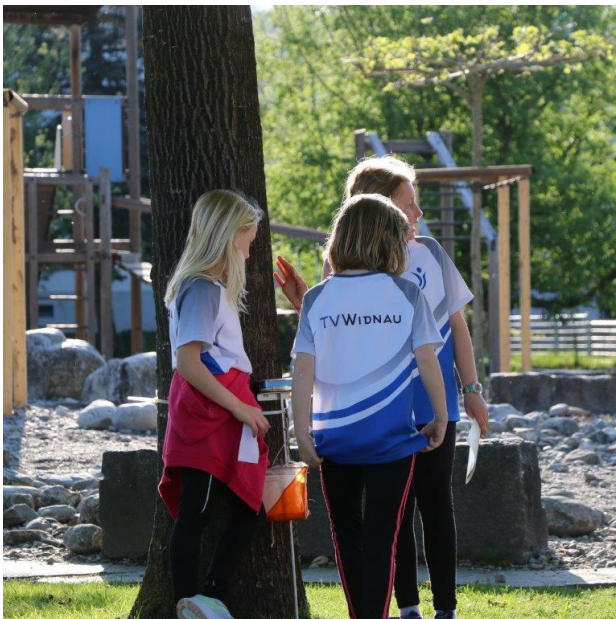
(am) Der bevorstehende 100. „OL für Alle“ beschert der grossen Fan-Gemeinde in diesem Jahr ein besonderes Programm. Damit das Jubiläum mit dem Montlinger Dorf-OL und am traditionellen Datum gefeiert werden kann, entschied sich das OK für 5 Läufe vor den Sommerferien und gleichsam als Zugabe für St.Margrethen als weiteren Austragungsort. Die Premiere am 3. April kam sehr gut an.

### **World Orienteering Day in Heerbrugg**

Schon dort war mit der einheimischen Bettina Mattle als Bahnlegerin „Frauenpower“ Trumpf. In Widnau tanzten die Teilnehmer nach der Geige von Fiona Signer. Es war spannend zu erleben, wie die Appenzellerin den Ort durch ihre OL-Brille sieht und wo sie bei den Bahnen die Akzente setzte. Grossandrang herrschte am 15. Mai in Heerbrugg. Über 400 Teilnehmer konnten gezählt werden. Davon waren etwas mehr als die Hälfte Schüler der Oberstufe Mittelrheintal. Schon im Vorjahr hatte die Schule den Heerbrügger OL in ihr Programm aufgenommen. Das Angebot kam wiederum gut an. Erneut passte der Termin in den Zeitraum, in welchem der Internationale OL-Verband als „World Orienteering Day“ auf der ganzen Welt OL-Veranstaltungen durchführen möchte.

### **Jubiläum steht bevor**

Am 25. Juni 2003 war der Rheintaler OL-Cup in Heerbrugg mit dem ersten „OL für Jedermann“ lanciert worden. 16 Jahre später kann die OLG SGA zum Lauf Nummer 100 einladen. Welcher Ort wäre dazu nicht passender als Montlingen! Über alle Jahre konnte kein anderes Dorf so viele Einheimische zur Teilnahme motivieren. Das ist Nick Wolgensinger zu verdanken, der seinen Traum von 1000 Teilnehmern nur um Haaresbreite verpasste. Bereits am 12. Juni ist Berneck an der Reihe. Den Schluss macht Rheineck am 28. August.



## **71. St.Galler OL vom 28. April 2019: Stägeli uf, Stägeli ab – Juhee!**

**St.Gallen wird auch als „Stadt der tausend Treppen“ bezeichnet. Einige davon haben die 350 Teilnehmer am diesjährigen St.Galler OL live erlebt. Der Anlass hat Ende April als verlängerter Sprint-OL mehrheitlich auf dem HSG-Gelände auf dem Rosenberg stattgefunden.**

(am) Tausend Treppen sind zwar massiv übertrieben. 140 mit 13000 Stufen sollen es aber sein. Die St.Galler wissen, was das bedeutet. Am 28. April 2019 haben auch mindestens 300 OL-Läufer von auswärts einen Eindruck von der besonderen Lage der Stadt erhalten. Denn zum ersten Mal ist oben auf dem Rosenberg ein Orientierungslauf durchgeführt worden. Rolf Wüstenhagen, Vereinsmitglied und HSG-Professor, hatte sich stark gemacht für einen Sprint-OL in und um das Uni-Gelände. Er hatte auch die Aufgabe des Bahnlegers übernommen. Rolf Bollhalder war als Laufleiter im Einsatz.

### **Hohe Anforderungen**

Rolf Wüstenhagen mag die OL-Disziplin „Sprint“ und er bevorzugt technisch anspruchsvolles Gelände. So hatte er als Bahnleger eine klare Vorstellung, wie der 71. St.Galler OL ausgestaltet werden sollte. Er zog alle Register und zwang die Teilnehmer zu ständigem Kartenlesen. Ungestümes Losrennen konnte vor einer unpassierbaren Mauer enden. Mangelnde Konzentration hatte zur Folge, dass man den Posten auf dem falschen Niveau anpeilte. Notabene war viel Spielraum vorhanden für spannende Routenwahlen. Oft geht es insbesondere beim Sprint-OL um Sekunden. Da kann jedes Bögli und vor allem jedes unnötige Stägeli Auswirkungen auf die Rangliste haben. Die Bahnen erhielten durchs Band gute Noten. Man war von A-Z gefordert, sowohl OL-technisch als auch physisch.

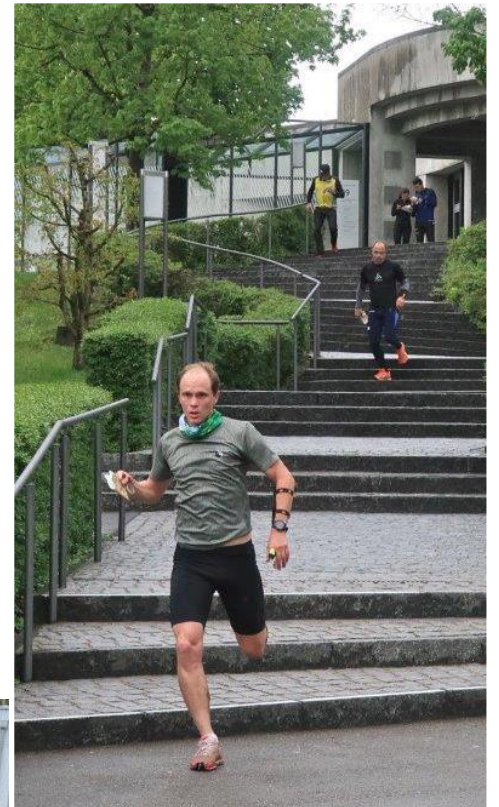
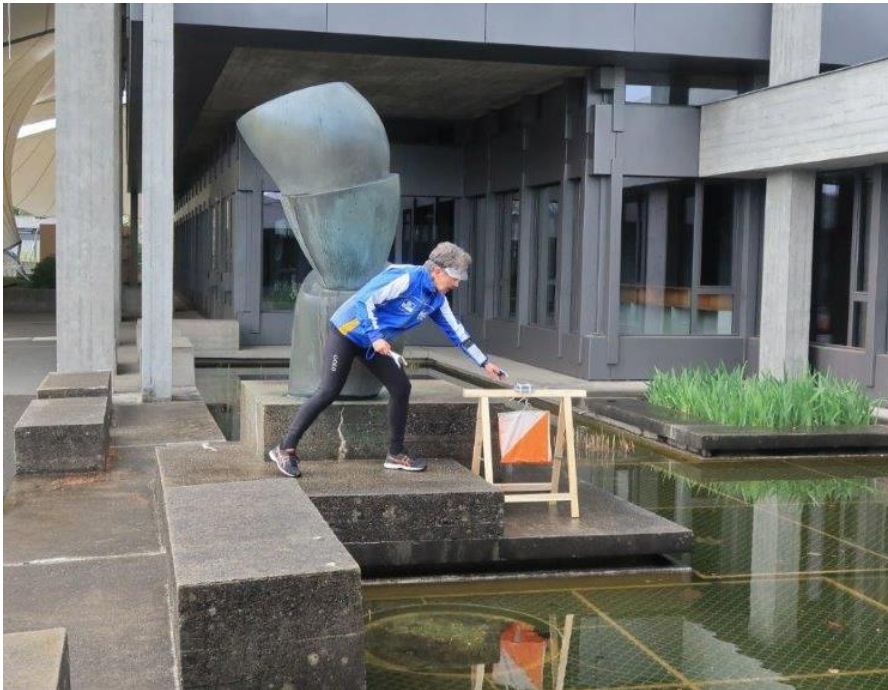
### **April-Wetter – Hudelwetter**

Am letzten April-Wochenende finden hin und wieder entweder der St.Galler OL oder der Engelburger OL als regionaler OL statt. Das Wetter machte am 28. April 2019 der „Jahreszeit“ – dem Monat April – alle Ehre. Die trotz allem gut gelaunten Teilnehmer erlebten alle Facetten, die wettermässig möglich sind. Es war durchwegs immer sehr frisch bis kalt. Regen, Schnee, ein Hauch von Sonne ... Im Treppen-Wirrwarr der HSG kamen aber die meisten trotzdem so richtig zum Schwitzen. Das ganze Helferteam der OLG SGA ermöglichte ein tolles OL-Fest.

*(Bilder: Jakob Hagmann, „Rotmonten Zytig“)*







Impressionen vom  
71. St.Galler OL  
vom 28. April 2019



## **Winter-Universiade 2019 in Russland: Olympiafeeling im Ski-OL**

*von Lukas Deininger*

### **Vom 28. Februar bis 13. März 2019 hat im russischen Krasnojarsk die Winter-Universiade 2019 stattgefunden mit Lukas Deininger in der Sparte Ski-OL.**

Wenn du glaubst, die Russen haben die Limits ausgeschöpft, können sie immer noch mehr bieten. Russland arrangierte im März die 29. Winter-Universiade in der sibirischen Millionenmetropole Krasnojarsk. 3'000 Athleten aus 57 Nationen traten in 13 Sportarten zu den Weltspielen der Studenten an. Zum ersten Mal war der Ski-OL als optionale Sportart im Programm vertreten.

#### **Überwältigende Ankunft in Sibirien**

Genau 100 Athleten trafen sich Mitte Februar in Bern. Es gab viele Informationen und die Teambekleidung wurde gefasst. Die Vorfreude auf den Anlass war nach einer langen Vorbereitungszeit berechtigterweise gross. Bereits zwei Wochen später ging die Reise in der Helly-Hansen-Ausstattung los ins tiefste Sibirien. Schon am Sheremetyevo-Flughafen in Moskau empfingen uns die ersten Volunteers. Es hingen meterhohe Werbeplakate der Universiade und die ersten Russen wünschten uns viel Glück. Sechs Zeitzonen östlich begrüsst uns im Morgengrauen am Flughafen, welcher für die Spiele komplett renoviert und erweitert wurde, frenetische Fans, Helfer und das Maskottchen.

Auch im Athletendorf kamen wir nicht aus dem Staunen heraus. Nach der Sicherheitskontrolle analog jener an einem Flughafen standen wir vor einer Kleinstadt für alle Teilnehmenden auf dem Campus einer der Universitäten Krasnojarsks. Wolkenkratzer mit Wohnungen für uns, standesgemäss mit Bettwäsche und Duschgels im Universiade-Design, einem Friseursalon, einem Blumenladen oder der gigantischen Dining Hall mit einer 108m langen Ausgabestrasse. Vier verschiedene Küchen sorgten während 20 Stunden am Tag für unser leibliches Wohl.

#### **Gänsehautmomente**

Mein persönliches Highlight war die dreistündige Eröffnungsfeier. Inmitten der Delegation schritten wir in die ausverkaufte Arena, gefüllt mit mehreren tausend Zuschauern, Sport- und Politgrössen. Ein unvergesslicher Gänsehautmoment für einen Ski-OL-Läufer. Vladimir Putin eröffnete die Spiele, eine zweistündige Tanzshow mit Feuerwerk und Entzünden des Universiaden-Feuers folgte. Vor Olympia mussten sich die Veranstalter definitiv nicht mehr verstecken. Nun folgten aber endlich die Rennen. Ein Sprint, eine Verfolgung, eine Sprintstaffel und eine Mitteldistanz. Absichtlich kürzere und zuschauerfreundliche Rennen mit besten Voraussetzungen für tolle TV-Übertragungen.

Als neues Format wurde die Verfolgung ausgetragen. Mit den geringen Zeitabständen des Sprints ging es auf eine verkürzte und gegabelte Mitteldistanzbahn inklusive Stadionpassage. Spektakel pur für uns Athleten wie auch fürs Publikum. Ein Kompromiss, der zukunftsweisend für den Ski-OL-Sport sein dürfte. Die Russen waren auf jeden Fall begeistert, die Mitteldistanz war mit 3'000 zahlenden Zuschauern ausverkauft. Ein weiterer Gänsehautmoment, vor dieser Kulisse ins Stadion einzulaufen.

#### **Ich bin ein Star**

Nebst den eigenen Rennen liessen wir keine Gelegenheit aus, die Wettkämpfe der anderen Schweizer Sportler zu verfolgen. Schliesslich waren wir ganze zwei Wochen in Russland, Zeit dazu hatten wir genügend. Sei es Curling oder Eiskunstlauf, wir waren beeindruckt. Da wir ausserhalb des Dorfes und der eigenen Wettkampfstätte „auf freiem Fuss“ waren,

erlebten wir das Star-dasein hautnah. Der Weg vom Platz im Hockeystadion zum Grillstand konnte fast schon beschwerlich sein, wenn laufend Foto- und Autogrammünsche von begeisterten russischen Sportfans erfüllt werden durften. Dasselbe galt im Universiade-Park, einer Art Jahrmarkt im Stadtzentrum, direkt am siebtgrössten Fluss der Erde, dem Yenissei. Über diesen wurde extra eine neue Autobahnbrücke gebaut, um den Verkehrsproblemen der Stadt Abhilfe zu schaffen und einen reibungsfreien Transport von und zu den Wettkampfstätten zu gewährleisten. Die Stadt erhielt zudem eine Strassenbeleuchtung. Vor der Universiade war es in Krasnojarsk dunkel in der Nacht.

### **Universiade 2021 in Luzern – Vielleicht mit Ski-OL im Programm?**

Im Bus ging es in Uniform an winkenden und High-Five-verteilenden Volunteers vorbei an die Abschlusszeremonie, wo die Kleidungsstücke getauscht werden konnten. Unsere militärgrünen Winterjacken waren heiss begehrt, die glitzernd-goldenen Wintermäntel der Kasachen weniger. Die Universiade-Fahne ging in die Hände des Luzerner Stadtpräsidenten. Denn in zwei Jahren findet dieser Anlass als zweitgrösster Multisportevent der Welt im Winter in der Zentralschweiz statt. Da die Spiele bei uns nie mehr so gross sein werden, bleiben die vielen Erinnerungen an fantastische Sportwettkämpfe, die weder der Ski-OL noch ich sie jemals erlebt haben.

#### **Ski-OL an der Winter-Universiade in Luzern 2021**

Die Bemühungen, Ski-OL auf 2021 im Wettkampfprogramm zu haben, laufen auf Hochtouren. Ski-OL ist die letzte von fünf Sportarten, die als optionaler Bestandteil der Spiele noch in Frage kommt. Dies wäre ein wichtiger Schritt in der Entwicklung des gesamten OL-Sports, denn so würde der Ski-OL ab 2023 die Voraussetzungen zur definitiven Aufnahme erfüllen. Da das OK mit einem schlanken Budget arbeitet, wird verlangt, dass wir die Ski-OL-Rennen selber finanzieren können. Dafür sind rund 500'000 Franken notwendig. Auch du kannst dich am Projekt beteiligen! Wie das funktioniert, erfährst du unter [www.swiss-orienteeering.ch/universiade](http://www.swiss-orienteeering.ch/universiade). Die Ski-OL-Welt dankt dir!



Das Athletendorf der Universiade in Krasnojarsk (Bild: Lukas Deininger)

## **Sprint-OL in Richterswil am Zürichsee: St.Galler Sieg in der offenen Kategorie an der Sprint-Staffel**

**Der 12. Mai stand ganz im Zeichen des Sprint-OL. Am Vormittag stand ein nationaler OL auf dem Programm. Am Nachmittag folgte eine Mixed-Sprint-Staffel bzw. eine Sprint-Staffel. Letzteres mit positivem Ausgang für die OLG.**

(am) Der 2. Nationale OL als Sprint-OL warf seine Schatten voraus. Denn als Vorbereitung wurden verschiedene regionale OL ebenfalls als Sprint durchgeführt. Notabene auch der St.Galler OL von Ende April. Der Lauf in Richterswil war zudem als Testlauf für Elite, Junioren und Jugend ausgewählt worden. Für diese Kategorien war eine Quarantäne eingerichtet worden und der Start erfolgte zeitlich vor den anderen Altersklassen.

### **Beteiligung mässig – Resultate gut**

Mit 29 Vereinsmitgliedern war die Beteiligung nicht sonderlich hoch, obschon Richterswil in der Nachbarregion ZH/SH liegt und der Sprint-OL zu den Stärken der OLG gehört. Dafür dürfen sich die Resultate sehen lassen. Nicht nur die vielen engen Gassen im alten Ortskern, auch die angrenzenden Neubaugebiete ermöglichten sehr anspruchsvolle Bahnen. Eine Unachtsamkeit – und schon war man eine Gasse zu weit, stand an der falschen Ecke oder wählte die längere Route. Das wussten Techniker für sich zu nutzen, während „Tempobolzer“ eher auf der Strecke blieben. Resultate siehe Seite 23.

### **Dreier-Staffel gewinnt den Sprint**

OL Zimmerberg als Veranstalter nahm auch eine Sprint-Staffel ins Programm. Zur Auswahl standen eine Mixed-Sprint-Staffel mit je 2 Damen/Herren ohne Altersbeschränkung (SSA) und für Jugendliche bis 16 (SS16) sowie eine „offene“ Dreier-Staffel in freier Zusammensetzung. Nur 13 OLGler hatten Lust auf einen zweiten Start. Jana Sutter füllte



zusätzlich eine Lücke in einer Staffel der OL Regio Wil. In der Kategorie SSO hatten sich Patrick Zbinden, Simon Rüegg und Stefan Brauchli zu einem sehr starken Trio zusammengeschlossen. Mit Bestzeiten auf allen 3 Strecken landeten sie – nicht ganz überraschend – einen klaren Sieg. Auch Jonas und Raphael Wälter konnten zusammen mit Stefanie Sutter im vorderen Bereich mithalten. Als 10. resultierte am Ende aber doch schon ein rechter Rückstand.

„In die Höhle des Löwen“ mit 90 Staffeln wagte sich nur das Quartett Leonie Benz, Mario Ammann, Ruedi Kellenberger und Monika Ammann. Leonie schlug sich auf der Startstrecke im Feld illustrieren Namen wie Judith Wyder, Paula Gross ... als 25. sehr tapfer. Die Senioren konnten auf ihren Strecken die Pace der Konkurrenz nicht halten. Monika Ammann überquerte die Ziellinie schliesslich auf Rang 56. Mitmachen war wichtig!

### Eine Sportart der Geniesser

OL ist eine spannende Sportart. Bei Wind und Wetter geht es raus in die Natur. Die Karte zeigt uns die Wege, die zum Posten führen, und wie gut belaufbar diese Wege sind. Allerdings, dabei handelt es sich nur um eine Näherung. Und dies ist auch gut so, schliesslich findet OL draussen in der Natur statt. Das Wetter von oben, ein trockener oder feuchter Untergrund, ein völlig überwachsener Pfad, Fallholz ... es gibt einige Unbekannte, welche einen Einfluss auf das Ge- oder Misslingen einer Route haben. Mich fasziniert besonders, wie nahe man als OL-Läufer der Natur kommt - nicht nur, weil man mehr oder weniger freiwillig durchs Unterholz kriecht. Eine andere Sportart mit einer solchen Nähe zur Natur und ihrem Jahresgang gibt es kein zweites Mal. Die Saison beginnt mit den ersten Knospen im noch fast kahlen Frühlingwald und endet mit dem Stapfen durch Blättermeere (oder tiefen Schnee ...), wenn der Wald sein Herbstgewand abgelegt hat. Diese Wow-Erlebnisse, besonders wenn man sich motivieren musste, überhaupt an den OL zu gehen, empfinde ich als etwas Grossartiges.

Natur bedeutet neben Flora bekanntlich auch Fauna - und auch der Wind darf nicht vergessen gehen. Begegnungen mit Rehen, Hirschen oder Eichhörnchen sind immer wieder amüsant. Wildschweine trifft man glücklicherweise nur selten an, dafür ist der Schreck dann umso grösser. Vogelgezitscher, das Rascheln von Blättern oder das Wippen von Bäumen bei stärkerem Wind: Jeder Wald riecht und klingt anders. Der OL führt einen auch in vermeintlich bekannten Wäldern immer wieder an Stellen, wo Nicht-OL-Läufer niemals hinkommen. Dies eröffnet neue Perspektiven und ist schön. Die meisten OL-Läufer sind mit diesem Begleitprogramm auch sichtlich glücklich. Offenbar garantiert das O-Laufen Abwechslung, Spannung und Motivation. Jedenfalls habe ich noch keinen OL-Läufer mit Knopf im Ohr gesehen, so wie dies mittlerweile bei Strassenläufen oder teilweise sogar Velofahren gang und gäbe ist. Diese Sportler können scheinbar zu wenig Kraft aus der natürlichen Umgebung ziehen. Dabei hat diese, wie erwähnt, auch immer ihren besonderen Klang. Aber bei manchen scheint es so, als ob dieser noch nicht genügen würde oder zu langweilig ist. Auf der anderen Seite klagt der Mensch heute oft über Reizüberflutung, allein, er überflutet sich vielfach selbst damit.

Nichtsdestotrotz sehe ich auch im OL ein gesundes Potenzial für etwas mehr musikalische Unterhaltung und Unterstützung. Das derzeitige Gepiepe des Badges ist hoffentlich noch nicht das Ende der Entwicklung. Wir dürfen gespannt sein auf den ersten musikspielenden Badge. Schön wärs ja, wenn man immerhin wie beim Handy einen persönlichen Klingelton wählen könnte zur Bestätigung, dass korrekt gebatcht wurde - und umgekehrt. Beim Zielposten würde dann je nach Klassierung etwa "We are the Champions", "Wer hat an der Uhr gedreht" oder "Über sieben Brücken musst du gehn" ertönen.

## Nationales OL-Wochenende im Tirol:

### Erinnerungen an „Orientierungslauf Dornbirn-Laterns“ vom 16./17.5.15

**Fast auf den Tag genau 4 Jahre nach dem gemeinsamen OL-Weekend AUT-CH in Vorarlberg mit der Sprint-Meisterschaft in Dornbirn sind heuer die Besten und Schnellsten im Tirol gekürt worden. Die Namen sind +/- die gleichen.**

(am) Die nationale Fuss-OL-Szene in Österreich spielt sich mehrheitlich in den Ländern Niederösterreich, Wien, Burgenland, Steiermark und Kärnten ab. Am 18./19. Mai 2019 waren aber auch die Tiroler am Zug. Zwei Nachbarvereine führten im Grossraum Kitzbühel einen Langdistanz-OL und einen Sprint-OL durch. Der Anlass vom Sonntag war Österreichische Staatsmeisterschaft für die Elite und Österreichische Meisterschaft für Senioren und Nachwuchs. Die Elite war komplett am Start, weil die Wettkämpfe über die Teilnahme am Weltcup in Finnland vom Juni entschieden. Eine Selektion war gleichzeitig eine gute Ausgangslage für die WM in Norwegen vom August.

Bei den Herren wurden die arrivierten Gernot Ymsén-Kerschbaumer und Robert Merl von Matthias Gröll geschlagen. Gröll war 2015 bei H20 der beste Österreicher. Bei den Damen hat Ursula Kadan ihre dominierende Stellung bestätigt. In Dornbirn hatte sie gefehlt. Auf den Plätzen folgen Laura Ramstein (Doppelbürgerin CH-AUT; Staatsmeisterin in Dornbirn) und Carlotta Scalet.

Nach 2017 in Klagenfurt waren Monika und Mario Ammann erneut am Start. Monika konnte dank ansprechenden Läufen an beiden Tagen gewinnen. Mario hatte mit dem Alt-Internationalen Willi Müller auch noch Konkurrenz aus der Schweiz. Die beiden machten die Tagessiege unter sich aus. Müller-Ammann und Ammann-Müller. Die Einheimischen waren am Samstag näher dran. Am Sonntag fiel der Mitfavorit wegen einer Postenfehlers aus der Entscheidung.

---

## 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](mailto:mail@rudolfkellenberger.ch)



# 52. Engelburger OL

## Sonntag 15.9.2019, Wittenbach SG



<b>Regionaler OL</b>	Verkürzte Langdistanz
<b>Karte</b>	Sitterwald Nord, 1:10'000, 2019
<b>Veranstalter</b>	OLG St. Gallen / Appenzell
<b>Laufleitung</b>	Dieter Sandmeier
<b>Bahnlegung</b>	Matthias Sandmeier
<b>Kontrolle</b>	Tobias Zbinden
<b>Kategorien</b>	Alle nach WO (D/H10 bis D75/H80) Offen kurz, Offen lang (Alter frei) Familien (mind. 1 Erwachsener + 1 Kind, Alter frei)
<b>Startgeld</b>	2003 und jünger: CHF 9.00 Gruppen: wie Einzel 1999 bis 2002: CHF 13.00 Miete SI-Card: CHF 3.00 1998 und älter: CHF 20.00 zusätzliche Karte: CHF 3.00 Familien: Dank <a href="#">famigros</a> starten alle Familien gratis.
<b>Anmeldung</b>	Am Lauftag im Wettkampfbüro. Keine Voranmeldung möglich.
<b>Wettkampfbüro</b>	Schulanlage Steig, 9300 Wittenbach
<b>Anreise</b>	Wir empfehlen die Anreise mit öV (siehe <a href="#">Fahrplan</a> ). Der Fussweg zum WKZ ist ab dem Bahnhof Wittenbach (Distanz 1.1 km) und ab der Bushaltestelle Wittenbach Zentrum (Distanz 0.7 km) markiert.  Anreise mit dem Auto: Die Parkplätze sind ab Dorfeingang Wittenbach markiert. Beim WKZ stehen <u>keine</u> Parkplätze zur Verfügung. Bitte die offiziellen Parkplätze benutzen und den Anweisungen des Verkehrsdienstes Folge leisten. Nichtbeachten und wildes Parkieren führen zur Disqualifikation.
<b>Versicherung</b>	Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmer. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.
<b>Besonderes</b>	OL-Beiz im WKZ. Kinderhort beim Wettkampfbüro (eigene Spielsachen mitbringen). Die Weisungen und Bahndaten werden ca. 1 Woche vor dem Lauf auf der <a href="#">Homepage</a> der OLGSGA publiziert.  Bei extremen Wetterbedingungen kann der Lauf abgesagt werden. Eine allfällige Absage würde auf der <a href="#">Homepage</a> der OLGSGA am Vorabend bis 18:00 Uhr publiziert.
<b>Auskunft</b>	Dieter Sandmeier, 9100 Herisau, E-Mail: <a href="mailto:sandcom@bluewin.ch">sandcom@bluewin.ch</a> Mobil: +41 79 669 23 03

**Hauptsponsoren**



Präsident Ruedi Kellenberger hat bereits im März per Mail die Vereinsmitglieder über das sportliche Grossereignis 2020 in Appenzell informiert. Hier sind noch einmal die Fakten:

Am 29./30. August 2020 findet in Appenzell das Eidgenössische Jubiläums-Schwingfest aus Anlass des 125-jährigen Bestehens des Eidgenössischen Schwingerverbandes statt. Der Anlass gilt als Höhepunkt der Schwingssaison 2020. Am Hauptanlass vom 30. August nehmen die 120 besten Schwinger teil. Rund 18'000 Gäste werden erwartet.

Für diesen Grossanlass braucht es vor, während und nach dem Festwochenende rund 1500 Helfer! Deshalb werden die Sportvereine aus Appenzell und der näheren Umgebung um entsprechende Unterstützung angefragt.

Unser Mitglied Johann Signer ist Personalchef im Organisationskomitee und zuständig, dass in erster Linie am Festwochenende genügend helfende Hände zum Erfolg des Schwingfestes beitragen. Logisch, dass er dabei auch an die OLG SGA gedacht hat...!

Johann Signer hat nachstehend das Wesentliche zusammengefasst. Noch ausführlichere Informationen zum Schwingfest und dem Helfereinsatz gibt es auf folgenden Webseiten:

<https://www.appenzell2020.ch/helfer.html>

<https://www.appenzell2020.ch/helfer/faq.html>

Einsatztermine:

- *Sa 29. August 2020 ganzer Tag (Jubiläumsanlass für Funktionäre, Sponsoren und weitere geladene Gäste)*
- *So 30. August 2020 ganzer Tag (Schwingfest)*

Schwerpunkte der Einsätze:

- *Festwirtschaft*
- *Logistik*
- *Nachschub*
- *Littering*

Was wird geboten:

- *Kick-Off Anlass am 30. August 2019 (für registrierte Helfer bis 30. Juni 2019)*
- *HelferInnen T-Shirt*
- *Freier Zugang auf Helfertribüne*
- *Verpflegung während dem Fest*
- *Entschädigung der Einsatzstunden*
- *Schlussanlass im April 2021*

Auf der Folgeseite sind alle möglichen Einsatztage und Einsatzmöglichkeiten aufgelistet. Das OK wünscht, dass die Meldungen vereinsweise eingehen. Wer helfen will und kann, leitet die Angaben darum an Ruedi Kellenberger ([mail@rudolfkellenberger.ch](mailto:mail@rudolfkellenberger.ch)). Wunschtermin ist der 20. Juni 2019. „Nachmeldungen“ sind aber wohl möglich.

**„Gesch au Du ös d’Hand?“** Der Vorstand freut sich, wenn viele Mitglieder im Rahmen ihrer Möglichkeiten den sicher erinnerungswürdigen Helfereinsatz leisten. Besten Dank!

## Anmeldung für Helfereinsätze am Eidgenössischen Jubiläums-Schwingfest 2020 in Appenzell

Wir bitten Sie die persönlichen Angaben im grünen Feld auszufüllen. Herzlichen Dank! **Termin: 20. Juni 2019.**

Anrede			
Vorname		Nachname	
Strasse			
PLZ		Ort	
Mobile		E-Mail	
Geburtsdatum			

Bitte die gewünschte T-Shirt Grösse mit x angeben

T-Shirt Grösse	<input type="checkbox"/> XS	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> M	<input type="checkbox"/> L	<input type="checkbox"/> XL	<input type="checkbox"/> XXL
----------------	-----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	-----------------------------	------------------------------

Ein  bei den verschiedenen Schichten bedeutet, dass die jeweilige Arbeit im genannten Einsatzbereich und am angegebenen Tag übernommen werden kann. Es können mehrere Einsätze geleistet werden. Vielen Dank!

Einsatzbereich	Datum		Schichten			
	Mo	Di	Vormittag	Nachmittag	Abend	ganzer Tag
Aufbau	Mo	10.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	DI	11.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	MI	12.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	DO	13.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	FR	14.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	SA	15.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	MO	17.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	DI	18.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	MI	19.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	DO	20.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	FR	21.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	SA	22.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	MO	24.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	DI	25.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	MI	26.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aufbau	DO	27.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Service ab 18. J	FR	28.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Buffet/Stände	FR	28.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Allrounder	FR	28.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Logistik	FR	28.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Reinigung	FR	28.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Parkdienst	FR	28.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Service ab 18. J	SA	29.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Buffet/Stände	SA	29.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Allrounder	SA	29.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Logistik	SA	29.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Reinigung	SA	29.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Parkdienst	SA	29.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Service ab 18. J	So	30.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Buffet/Stände	So	30.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Allrounder	So	30.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Logistik	So	30.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Reinigung	So	30.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Parkdienst	So	30.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	Mo	31.08.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	DI	1.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	MI	2.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	DO	3.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	FR	4.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	SA	5.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	Mo	7.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	DI	8.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	MI	9.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	DO	10.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	FR	11.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Abbau	SA	12.09.20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>



## Stadt- OL in Arbon Freitag 21. Juni 2019

(6. Lauf zur Öpfel-Trophy 2019)



<b>Veranstalter</b>	OL-Verein Amriswil <a href="http://www.ol-amriswil.ch">http://www.ol-amriswil.ch</a> mit IG Sport Region Arbon	
<b>Laufleiter / Auskunft</b>	Felix Engeler, Rächlisberg 8, 8580 Amriswil, Tel. 071 411 45 85 E-Mail: <a href="mailto:f.engeler@gmx.ch">mailto:f.engeler@gmx.ch</a>	
<b>Besammlung</b>	Schwimmbad Arbon, ab 17 Uhr	
<b>Anmeldung</b>	Nur am Lauftag	
<b>Startzeiten</b>	17.30 – 19.30 Uhr // Zielschluss 20:30 Uhr	
<b>Öffentlicher Verkehr Privater Verkehr</b>	Bahnhof Arbon, ca. 1 km bis WKZ, WKZ Parkplätze in Schwimmbadnähe ausgeschildert	
<b>Laufgebiet</b>	Stadt Arbon	
<b>Karte</b>	„Arbon“, 1:5'000, Stand Frühling 2018, Bahnen eingedruckt	
<b>Kategorien</b>	<b>OLL</b> OL-LäuferInnen lang (4 km) <b>OLK</b> OL-LäuferInnen kurz (3 km) <b>OLJ</b> OL-JuniorInnen (3 km) <b>FUNL</b> Damen/ Herren lang (4 km) <b>FUNK</b> Damen/ Herren kurz (3 km)	<b>SEK</b> SekundarschülerInnen (3 km) <b>PRIM</b> PrimarschülerInnen (2,5 km) <b>FAML</b> Familien lang (3 km) <b>FAMK</b> Familien (2,5 km) <b>S+E</b> Sie + Er (3 km)
<b>Startgeld pro Lauf</b>	Über 18 Jährige (ab 2001), Familien Jugendliche (2000 und jünger) Zusatzkarte für Gruppen	CHF 8.- CHF 5.- CHF 3.-
<b>Wettkampfform</b>	Einzellauf; in den Kategorien OLL - PRIM getrennte Ranglisten nach Damen und Herren. In den Kategorien FUNL, FUNK, SEK und PRIM kann auch in Duos gestartet werden.	
<b>Ausrüstung</b>	Joggingdress und Joggingsschuhe genügen.	
<b>Öpfel-Trophy</b>	Der Lauf zählt zur Öpfel-Trophy 2019. Reglement und Daten unter <a href="http://www.oepfel-trophy.ch">www.oepfel-trophy.ch</a> In allen Kategorien gibt es eine Öpfel-Trophy-Gesamtwertung mit attraktiven Preisen für die ersten drei LäuferInnen. Rangverkündigung am 14.9.2019 in Altnau.	
<b>Auswertung</b>	Elektronische Postenkontrolle und Zeitmessung. Kontrollchips (SI-Cards) werden - falls nicht vorhanden - gratis und leihweise zur Verfügung gestellt.	
<b>Rangliste</b>	Rangliste unter: <a href="http://www.oepfel-trophy.ch">www.oepfel-trophy.ch</a>	
<b>Verpflegung</b>	Zielgetränk und Apfelprodukte gratis. Kioskwirtschaft im Schwimmbad.	
<b>Versicherung</b>	Ist Sache der TeilnehmerInnen. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.	
<b>Info für Einsteiger</b>	Für OL-Neulinge stehen bei der Anmeldung betreuende Personen zur Verfügung.	

**Achtung!Achtung!**  
Dieser Lauf zählt zur ROLV-Meisterschaft!  
D/H 10 starten bei PrimarschülerInnen  
D/H 12 starten bei OL JuniorInnen  
D/H 14 starten bei OL JuniorInnen  
D/H 16 starten bei OL Kurz

<b>Hauptsponsor</b>	 <b>Thurgauer Kantonalbank</b>	
<b>Sponsoren</b>	      	

## Resultatspiegel: März – Mai 2019

<p><b>SM Nacht-OL, 23.3.2019</b> <b>Hürnberg BE</b> H18 1. Andrin Benz HB 2. Rainer Müller H35 9. Stefan Brauchli H55 8. Jürg Hellmüller H70 5. Willi Streuli D55 2. Isabelle Hellmüller</p> <p><b>SM Mitteldistanz-OL, 13.4.2019</b> <b>Tannhubel BE</b> H10 7. Julian Benz H16 10. Joshua Schilter HAK 4. Raphael Wälter 10. Jonas Wälter H35 1. Stefan Brauchli H60 4. Mario Ammann D14 9. Leonie Benz DAK 1. Stefanie Sutter D55 2. Judith Tobler 3. Isabelle Hellmüller D60 4. Monika Ammann</p> <p><b>1. Nat. OL, Langdistanz, 14.4.2019</b> <b>Fluewald Ahorn BE</b> H10 5. Julian Benz HAL 2. Patrick Zbinden HAK 5. Raphael Wälter 8. Jonas Wälter H35 2. Stefan Brauchli H60 7. Mario Ammann D14 7. Leonie Benz D55 1. Isabelle Hellmüller 3. Judith Tobler D60 4. Monika Ammann D75 10. Vre Harzenmoser OK 1. Ivo Benz</p>	<p><b>2. Nat. OL, Sprint, 12.5.2019</b> <b>Richterswil ZH</b> HAM 8. Miklas Kossert HAK 1. Raphael Wälter 6. Sandro Domeisen 6. Jonas Wälter H35 3. Stefan Brauchli H60 5. Mario Ammann H65 8. Erich Brauchli H70 7. Ruedi Kellenberger DAK 1. Stefanie Sutter D55 1. Isabelle Hellmüller D60 5. Monika Ammann D20 7. Eliane Deininger</p> <p><b>Mixed-Sprint-Staffel, 12.5.2019</b> <b>Richterswil ZH</b> SSA 56. Leonie Benz Mario Ammann Ruedi Kellenberger Monika Ammann</p> <p><b>Sprint-Staffel, 12.5.2019</b> <b>Richterswil ZH</b> SSO 1. Patrick Zbinden Simon Rüegg Stefan Brauchli 10. Jonas Wälter Stefanie Sutter Raphael Wälter 16. Erich Brauchli Markus Zbinden Rainer Müller</p>
---	---

### Eliane Deininger ist für JWOC in Dänemark selektioniert

Die Selektion war für Eliane kein Selbstläufer, weilte sie doch bis Ende April in Schweden und hat relativ spät von Ski- wieder auf Fuss-OL gewechselt. Bei den beiden letzten Selektionswettkämpfen in den anspruchsvollen Wäldern von Ils Aults und Fürstenwald liess sie aber nichts mehr anbrennen. Mit den Rängen drei und vier war ihr die Selektion sicher. Nun reist sie wie im Vorjahr – damals noch als 18-Jährige und damit eigentlich noch bei der EYOC startberechtigt – zum zweiten Mal an eine Junioren-WM. Diese findet vom 3. bis 13. Juli in Silkeborg in Dänemark statt. Die OLG gratuliert ganz herzlich!

Quelle: [www.olgsga.ch](http://www.olgsga.ch)

Autor: Erwin Wälter / 28. Mai 2019



## OLG-Training bis zu den Herbstferien 2019

Block	Tag	Datum	Was / Thema	Startzeiten	Besammlung
	Mittwoch	12.06.2019	Rheintaler OL-Cup (Berneck)	17:30 - 19:00	MZH Bünt
	Mittwoch	19.06.2019	Abschluss-OL zusammen mit Einsteigerkurs anschliessend Bräteln	18:00	Turnhalle Hebel, St. Georgen
	Mittwoch	26.06.2019	Rheintaler OL-Cup (Montlingen)	17:00 - 19:30	Schule Montlingen, Bergliweg 6
	Mittwoch	03.07.2019	Spieltturnier Riethüsli	18:00 - 19:30	Sportanlage hinter dem GBS-Schulhaus Riethüsli (Tal der Demut)
<b>Während den Sommerferien vom 6. Juli bis 12. August 2019 findet kein organisiertes OLG-Training statt.</b>					
	Mittwoch	14.08.2019	OL-Training mit OL Regio Wil Greutersberg Nord	17:45	Verbindungsstrasse Wuppenau und Braunau: <a href="https://www.olregiowil.ch/termine/Eventdetail/155/12/1-herbsttraining">https://www.olregiowil.ch/termine/Eventdetail/155/12/1-herbsttraining</a>
	Mittwoch	21.08.2019	ROLV-Staffel	17:45	Organisation Thurgorienta; Informationen folgen
	Mittwoch	28.08.2019	Rheintaler OL-Cup (Rheineck)	17:30 - 19:00	Turnhalle Kugelwis (Rheineck)
3	Mittwoch	04.09.2019	OL-Training Hohfirst	18:00-18:30	Engelburg, Kreuzung Schwendiweg und Schwendistrasse
	Mittwoch	11.09.2019	Rheintaler OL-Cup " <b>Helferfest</b> " für Alle (Berneck) mit Sprint-Staffel	18:00	MZH Bünt
	Mittwoch	18.09.2019	OL-Training Hohfirst	18:00-18:30	Engelburg, Kreuzung Schwendiweg und Schwendistrasse
	Mittwoch	25.09.2019	Sprint-Training Teufen anschliessend Znacht bei Familie Zbinden	17:45	Sportanlage Teufen
<b>Während den Herbstferien vom 28. September bis 20. Oktober findet kein organisiertes OLG-Training statt.</b>					
<b>Nach den Herbstferien beginnt das OLG-Hallentraining wieder am 23. Oktober.</b>					

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