

Schischo 3/2004

Mitteilungsblatt der
OLG St.Gallen/Appenzell

„Homepage“-Version

Es fehlen gestalterische Elemente
und/oder Beiträge, die nicht im
Originaldokument integriert sind.

MITTEILUNGSBLATT DER OLG ST.GALLEN / APPENZELL

Redaktionsadresse:

Rahel Ammann
Degenstrasse 1
9442 Berneck
fon: 071 / 744 64 71
fax: 071 / 744 64 72

15. September 2004
15. Jahrgang
erscheint 4x jährlich
Auflage: 150 Ex.
email: schischo@olgsga.ch

Vereinsadresse:

Mario Ammann
Degenstrasse 1
9442 Berneck
email: mario@ammannberneck.ch

Ehrenmitglied von
OLG SG/APP und SOLV:
Ludwig Hofmann
email: info@olgsga.ch
homepage: www.olgsga.ch

Vereinsvorstand:

Präsident	Mario Ammann	Berneck	fon:	071 / 744 64 71
			fax:	071 / 744 64 72
Vizepräsident	Felix Büchi	St.Gallen	fon/fax:	071 / 245 86 94
			mobile:	079 / 697 05 94
Aktuarin	Doris Brand	Untereggen		071 / 860 07 63
Kassier	Mario Fässler	Eggersriet	fon/fax:	071 / 877 23 18
Techn. Leiter	Heinz Weber	Teufen		071 / 330 03 85
Kartenchef	Peter Rietmann	Herisau		071 / 351 55 43
Material	Christa Ebnetter	Appenzell	fon/fax:	071 / 787 52 04
Besonderes	Michael Huber	St.Gallen		043 / 535 68 72
Jugendbetreuer	vakant			

Kartenverkauf:

Mario Fässler
email: mariofaessler@bluewin.ch
Kellerswiesenstr. 42 9034 Eggersriet 071 / 877 23 18

Material:

Christa Ebnetter
email: christa.ebnetter@bluewin.ch
Unt. Blumenrain 15 9050 Appenzell 071 / 787 52 04

Jahresbeiträge 2004: Postkonto 90-790-8, 9000 St.Gallen

Aktivmitglieder:	Jahrgang 91 und jünger	gratis
	Jahrgänge 90 bis 85	Fr. 10.-
	Jahrgang 84 und älter	Fr. 25.-
	Familien (inkl. minderj. Kinder)	Fr. 40.-
Erwachsene im gl. Haushalt:	für jeden weiteren Erw.	+ Fr. 10.-
Sympathiemitglieder:	mindestens	Fr. 20.-

Redaktionsschluss 4/2004:

Erscheinungsdatum:

15. November 2004
25. November 2004

Liebe OLGler und OLGlerinnen

Wie das Titelblatt zeigt, geht es Schlag auf Schlag! In den nächsten Wochen findet ein OL Highlight nach dem anderen statt. Es bleibt keine Zeit um eine Verschnaufpause zu machen.

Für uns Ostschweizer sind die Anfahrtswege mal nicht so lange, weil beinahe die ganze abschliessende Saison in unserer Nähe stattfindet. Ich hoffe natürlich, dass wir alle von diesem klitzekleinen Heimvorteil profitieren können.

In Athen kämpften sie um Olympiamedaillen; in Schweden werden unter den besten OL-Läufern der Welt die Weltmeistertitel vergeben; wir in der Schweiz geben alles für eine Schweizermeisterschaftsmedaille; am Wettkampf der ARGE ALP-Länder feiten wir um gute internationale Resultate oder wir sammeln einfach Punkte für die Vereinswertung. Ein erwähnenswerter Unterschied zwischen uns und zu Athen: wir brauchen kein Doping!!! Es gab in Athen leider zu Hauff Dopingmissbräuche ... Wir wollen hoffen, dass der OL-Sport nie in solch schlechtes Licht und in negative Schlagzeilen gerät!

Ich wünsche allen nochmals viel Energie, Elan und Ehrgeiz für die abschliessende Herbstsaison und freue mich darauf im nächsten Schischo viele positive Berichte zusammenstellen zu können.

Viel Erfolg!

Die Schischoeditorin
Rahel Ammann



Inhaltsverzeichnis „schischo 3/2004“			
3	Editorial, Inhaltsverzeichnis	15	Kurzberichte KOM / SOM 2004
4	Vorstandsmitteilungen	16	Interview mit Richard Werner
6	OL in Nordamerika	18	Ausschreibung 56. St.Galler OL
9	50 km OL „Rund um Pfäffikon“	19	Helferaufruf 56. St.Galler OL
10	Jugend-EM in Salzburg	20	Ausschreibungen
12	Studenten OL-WM in Pilzen	21	Die andere Seite = Schmunzelseiten
13	Fünferstaffel 2004	23	Beitrittserklärung; Kunterbunt
14	Rheintaler OL-Cup 2004	24	Resultate; Termine

Vorstandsmitteilungen

Mutationen:

Eintritte:

Thomas Wälte 66 Poststr. 17 8586 Kümmertshausen 079 438 03 72

Austritte:

Peter Sonderegger Wattstr. 10 9240 Uzwil

Adressänderungen/Adressergänzungen:

Armin & Martha Egli Via Surpunt 52 7500 St.Moritz 081 833 04 38

Manuel Gossauer Kirchweg 15 3052 Zollikofen 031 351 73 71

Michael Huber Wasserschöpfli 29 8055 Zürich 079 473 55 80

Mutationen und Adressänderungen bitte dem Präsidenten mitteilen !

6. Appenzeller Dorf-OL vom 5. September

Bei strahlendem Sonnenschein war Appenzell anfangs September Durchführungsort eines weiteren spannenden Dorf-OL. Laufleiterin Christa Ebnetter nutzte ihren Heimvorteil und sorgte zusammen mit ihrer Helfercrew für einen reibungslosen Wettkampf. Die Karte im Massstab 1:7'500 verlangte volle Konzentration. Manch einer bekundete etwas Mühe mit der Lesbarkeit. Hier ist anzumerken, dass sich die OL-Karten von Dörfern und Städten seit der Neuauflage der Karte „Apezzöll“ im Frühjahr 2002 stark verändert haben. Für die Kategorien Sprint, H/D10 und Offen sCOOL ist der Dorfkern im Massstab 1:4'000 grob überarbeitet worden. Besten Dank allen Helferinnen und Helfern!

56. St.Galler OL vom 13. November

Der Verein kommt in diesem Jahr noch einmal zum Einsatz. Am 13. November macht die OLG wie schon im Vorjahr den Saisonabschluss mit dem Finnischen Team-OL in der Stadt St.Gallen. Es dürfte sich vorläufig um den letzten Wettkampf in dieser Form handeln. Es ist darum zu hoffen, dass alle „Nostalgiker“ diese Startmöglichkeit nicht verpassen wollen. Weil der Lauf auf der Stadtkarte stattfindet, wird er auch als „OL für Jedermann“ mit 6 verschiedenen Alterskategorien ausgeschrieben. Darum sind für diesen 13. November 2 Dinge sehr wichtig:

1. Helfereinsatz (siehe Aufruf auf Seite 19)
2. Werbung bei Bekannten, Freunden und Nachbarn zur Teilnahme am OL

Rheintaler OL-Cup 2004

Die Rheintaler Deputation versetzt keine Berge, aber setzt ein ganzes Dorf in Bewegung. Gemeint ist Montlingen am gleichnamigen Bergli. Mit Nick Wolgensinger an der Spitze konnten am 1. September sage und schreibe 625 Personen für einen Start am 1. Montlinger Dorf-OL begeistert werden. Und begeistert waren sie tatsächlich!

sCOOL! Tour de Suisse: das Konzept überzeugt mal für mal!

5 von 6 Etappen auf dem Vereinsgebiet sind inzwischen erfolgreich durchgeführt worden. Noch bevor dieser Schischo fertig gedruckt ist, gehört auch der Anlass von Gams der Vergangenheit an. In St.Gallen sind für diese von Simon und Christof Seger bestens organisierten OL-Halbtage von den beiden Schulanlagen Rotmonten und Schönenwegen neue Karten erstellt worden. Das verbessert die OL-Möglichkeiten in der Stadt, weil die Schulen im letzten Jahr beim sCOOL-Big-Event auf der Stadtkarte mitgemacht haben und damals nur wenige Karten auf Stadtgebiet entstanden sind.

Sportliche Erfolge

Zwei Vereinsmitglieder konnten sich für internationale Einsätze qualifizieren. Der grosse Coup blieb dort zwar aus. Doch aus den Erfahrungen kann man immer wieder lernen.

Rahel Ammann schaffte den Sprung ins Team, welches Ende Juni in Salzburg an der Jugend-Europameisterschaft startete. Sie berichtet in diesem Schischo ausführlich von ihrem besten Starteinsatz. – An der SOM gewann Rahel in der Kategorie D18 Gold.

Lukas Ebnetter konnte ebenfalls im Juni in Tschechien an der Studenten-WM starten. Kenner der OL-Szene wissen, dass es sich hier um einen topbesetzten Anlass handelt. Auch Lukas schreibt über seine Erlebnisse in und um Pilzen. – Lukas gelang es nicht, sich für die EM in Dänemark oder die WM in Schweden zu qualifizieren.

www.olsga.ch – gehört einfach zu den Favoriten

Die Vereinshomepage ist der Zielsetzung „aktuell“ und „informativ“ zweifellos einen Schritt näher gekommen. Zu hoffen ist, dass sie auch von den Vereinsmitgliedern fleissig angewählt wird. Sonst wäre ja der Aufwand „für d’Katz“!

Zur Erinnerung – HV 2005

Diese findet am Freitag, 14. Januar 2005, statt. Einladung und Traktanden folgen im nächsten Schischo und auf der Homepage.

Ausblick 2005

Zur Zeit stehen zwei Veranstaltungen auf dem Programm:

Sonntag, 10. April	Engelburger OL, „Hohfirst“
Sonntag, 28. August	Schweizermeisterschaft im Kurzstrecken-OL, „Hirschberg“

Auch wenn der Engelburger „nur“ ein Regionaler OL ist, braucht es für einen reibungslosen Ablauf eine stattliche Anzahl Helfer. Das gilt aber ganz besonders für die KOM von Ende August. Danke, wer sich diese beiden Daten schon jetzt für den Verein reserviert!

Noch so bald ist der September vorbei und es bleiben nur noch wenige OL-Starts. Dazu allen recht viel Erfolg wünscht

Mario Ammann, Präsident

OL in Nordamerika: von der anderen Seite gesehen

Jetzt war er schon wieder schneller, der Hannes. Eigentlich wollte doch ich – wie der schischo-Redaktorin schon längst versprochen – der treuen schischo-Leserschaft über OL à l'Américaine berichten. Und was finde ich in der letzten Ausgabe des immer mit brennendem Interesse verschlungenen schischo? Hannes' Erlebnisbericht über OL in Nordamerika. Nun ja, da ich mit meinem Werk schon begonnen habe, versuche ich es zu Ende zu bringen. Während am Fernsehen die San Francisco Giants gegen die Los Angeles Dodgers spielen (Baseball natürlich, die Fussball-EM bekommt man hier nur via Internet mit), wandern meine Augen zum Stubenfenster meiner Berkeley-Wohnung hinaus und suchen bei der in der Ferne hervorragenden Golden Gate Bridge und der Skyline von San Francisco OL-berichterstatteische Inspiration.



Blick aus der Stube

Natürlich kann man das meiste, das Hannes beschrieb, auch hier an der Westküste erleben, dennoch gibt es einige Unterschiede. Erste Differenzen zeigen sich schon, wenn man mit dem Auto (mit was denn sonst??) zum OL oder Training fährt. Geschieht das im Februar, kann man sich an den blühenden Magnolien am Strassenrand erfreuen. Später im Jahr wird einem klar, wieso Kalifornien schon lange vor den ersten Goldfunden "der goldene Staat" genannt wurde. Die im Winter knallgrünen Wiesen und Hügel verwandeln sich in goldene Felder. Auch findet man hier in Nord-Kalifornien kaum ärmliche Hütten. Dafür springen allenthalben riesige Einfamilienhaussiedlungen, in denen jedes Haus "individuell" zu sein vorgibt und dennoch kaum vom nächsten unterschieden werden kann, aus dem goldenen Boden heraus. Plakate und Tafeln, die es mit Bush wohl meinen, sieht man in diesen Siedlungen keine. Dafür kann man sich im unvermeidlichen Stau auf der Autobahn an den unzähligen und z.T. fantasievollen Abziekleber auf den Stossstangen erheitern. "America needs a regime change" oder "Re-defeat Bush" sind ziemlich nüchtern. "Anyone but Bush" oder "Impeach Bush" lassen auch nicht viel Spielraum zur Interpretation übrig. Dann gibt's aber auch die diskreten Kleber mit nur einem durchgestrichenen W darauf, oder aber die desillusionierten, sich nach den guten alten Zeiten sehnen: "Bring back Monica Lewinsky". Die einen benutzen subtile Wortspiele ("Defoliate Bush"), andere bevorzugen Klartext ("BULLSHIT", "Bush lost and lies", "Fuck Bush"). Dass Bush in Kalifornien nicht mehr viel Kredit hat, merkt man auch, wenn man eine 100 Meter lange dreifache Kolonne erdulden muss, um an Kinobillette für Michael Moores neusten Streifen 'Fahrenheit 9/11' zu kommen.

Selbstverständlich kommt vor den Fahrten zum OL das Training. Schon dieses hat es hier in sich. Mein mittägliches Jogging mit Arbeitskollege Ed führt mich entweder "zur Bank hoch", wo man sich jeweils versichert, dass die Aussicht über Berkeley, die Bay bis hin zur Golden Gate Bridge immer noch grandios ist.

Wenn man's etwas strenger nimmt, "klettert" (mit Höhenmetern steht man hier besser nicht auf Kriegsfuss) man in den nahe liegenden Tilden-Regional Park, von wo aus man – Überraschung! – ebenfalls eine atemberaubende Aussicht geniessen kann (sofern man dort noch Atem zum Ausrauben übrig hat...).

Was die animalischen Bedrohungen während den Trainings anbetrifft, muss man sich im Land der Superlative auch an neue Massstäbe gewöhnen. Waren es im heimatlichen Appenzellerland zügel- respektive leinenlose Hofhunde, die den ultimativen Adrenalin-kick hervorriefen, findet man hier am Wegrand eine Meldung des Sheriffs, die vor kürzlich gesichteten (glücklicherweise noch nie von mir) Pumas warnt und gleich auch noch Anregungen gibt, wie man sich im Falle eines Puma-Angriffs verhalten soll (nicht wegrennen...haha). Nicht besonders beruhigend wirken auch die Abschnitte in den OL-Weisungen, in denen darauf hingewiesen wird, dass die Gegend für ihre geselligen Bären, die "im Allgemeinen (!) aber nicht aggressiv seien", bekannt sei. Aber auch ohne Bären und Pumas kann man schon seine Schrecksekunden erleben, wenn man beim Sonntagsjogging nur knapp einer wütend rasselnden Klapperschlange entgeht.

Wenn man sich trotz allem zur Teilnahme an einem OL durchringt, hat man wie Hannes schon treffend beschrieben, die Möglichkeit, tagelang durch den Staat zu fahren, um irgendwo bei Los Angeles an einem regionalen OL (hier heissen sie B-Meet) teilzunehmen. Diese entsprechen dann in ihrer Grössenordnung tatsächlich einem schlecht besuchten Clubtraining eines Schweizer OL-Klubs. Die Organisation ist erfrischend unkompliziert, die Leute supernett und freundlich (wie in den Schweizer OL-Klubs...). Allerdings ist man als Bewohner der San Francisco Bay in der glücklichen Lage mitten im Einzugsgebiet des grössten amerikanischen OL-Klubs (Bay Area Orienteering Club) zu wohnen, was zur Folge hat, dass man auch ohne tagelange Anfahrten regelmässig zu schönen OL-Erlebnissen kommt. Mein erstes fand im Februar in Form der klubinternen Sprintmeisterschaften statt. Der 'Wald': ein offener, schneller, z.T. sumpfiger, nicht allzu schwieriger 'Regional Seashore' gleich um die Ecke meines Wohnorts (o.k., ich musste nur 15 Minuten Auto fahren). Ein typischer Günts-OL also, könnte man meinen. Klar dass ich mir einbildete, es da diesen Ami-Amateuren so richtig zu zeigen. Schöne Fehleinschätzung. Zum einen entpuppten sich etwa 50% der Teilnehmer als emigrierte Schweden, Finnen oder Schweizer, zum anderen liessen es sich einige 'lokale' Mitglieder der amerikanischen Nationalmannschaft nicht nehmen, diese Clubmeisterschaft als schnelles Kartentraining zu nutzen. Auch wenn diese gegen Foss und andere CH-Cracks wohl keinen Stich hätten, gegen Amateur Günts witterten sie ihre Chance und nahmen sie gnadenlos wahr. Immerhin schaffte ich es, die schwedischen und finnischen Senioren einigermaßen in Schach zu halten. Bemerkenswert an diesem Klubanlass war aber die trotz der improvisierten Organisation tadellose Zeitmessung in der Form von SportIdent.

Mein zweites OL-Erlebnis fand in Form eines 2-tägigen 'A-meets' (Western State Championships) südlich des Lake Tahoe statt. Wiederum äusserst familiäre Organisation und Atmosphäre. Die Anreise mit Matthias Kohler, einem nach Stanford ausgewanderten Berner Chemiker, mit dem ich, wie sich herausstellte, während meinen jugendlichen Berner Jahren einige Hulli-Trainings absolvierte, war schon spektakulär. Zuerst über golden in der Nachmittagssonne leuchtende Hügel, später durch alpine Tannenwälder bis an den Südrand des auf ca 2000 m gelegenen riesigen Gebirgssee Lake Tahoe. Am ersten Tag weihte mich Matthias mit einem lockeren Training in die Charakteristik des Laufgeländes ein. Hoppla... das ist weniger Günts-OL. Wenige Wege, halboffener, z.T. super belaufbarer, z.T. von umgefallenen Bäumen schier unpassierbarer und äusserst unübersichtlicher Bergwald, durchsetzt von zahllosen Granitblöcken. Dazwischen immer wieder ein Ausblick auf den von noch mit Schnee bedeckten Bergen gesäumten Lake Tahoe. Wieso nach Norwegen reisen? Das Schöne liegt ja so nahe!!



Der Wettkampf selber war toll. Wiederum äusserst einfache, aber perfekt klappende Organisation und wenn's mal nicht so klappte eine sympathische Bereitschaft, sämtliche Augen zuzudrücken. Zeitmessung wieder professionell mit SportIdent. Diesmal ging ich mit etwas bescheidener Einstellung an den Start um dann beruhigend festzustellen, dass man als Europäer bei den Senioren mit relativ wenig Lauftraining zu den Schnellsten gehört und trotz peinlichen Fehlern noch vorne mitmischen kann (wenn nur diese Schweden ihre Ferien zu Hause verbringen würden, Norwegen liegt doch so nah!!). OL ist hier, von wenigen ambitionierten Ausnahmen abgesehen, nicht sehr lauf-sportlich. So werden für Anlässe aktiv sogenannte ‚Adventure-Racer‘ beworben. Das scheinen OL-fremde Personen zu sein, die in ihrer Freizeit ‚wilde und gefährliche‘ Sachen unternehmen wollen.

Alleine mit einer Karte in den Wald zu stechen gehört da anscheinend dazu, was angesichts der möglichen Begegnungen im Wald (siehe oben) durchaus verständlich ist. Auch wird in der klubinternen Mailinglist heftig darüber diskutiert, wie der Klub sich orientieren will: Eher sportlich im europäischen Sinn oder eher Richtung Familien- und ‚Pfadi-Anlässe‘. Ich hoffe natürlich, dass es auch hier für beides Platz haben wird.

Die Organisation von OL's ist hier weit schwieriger als wir in der Schweiz es gewohnt sind. Grundsätzlich sind solche Anlässe nur in Regional-Parks, State-Parks, National Forests oder National Parks möglich. Davon gäbe es in Kalifornien eigentlich genug. Allerdings muss auch der lokale Ranger einverstanden sein, wenn man eine Karte aufnehmen oder gar einen Anlass (mit max. 300 Teilnehmern, nota bene) organisieren will. Während einige der Ranger OL-Karten als willkommene Hilfsmittel für ihre Arbeit gutheissen und OL-Anlässe als ideale Plattformen, um die Bevölkerung auf die Schönheiten der Natur zu sensibilisieren, unterstützen, stehen andern beim Gedanken daran, dass jemand einen Fuss abseits der offiziell bewilligten Wege setzt sämtliche Haare zu Berge. Das ist der Grund, warum selbst in einem Staat von der Grösse Kaliforniens mit riesigen Parkflächen nur eine bescheidene Anzahl OL-Karten existieren. Wer hier seit ein paar Jahren OL macht, findet sich immer wieder in den gleichen Gebieten mit ähnlichen Bahnen. Kein Wunder also, dass es schwierig ist, OL in Amerika populär zu machen. Die öffentliche Benutzbarkeit praktisch sämtlicher Wälder in Skandinavien und der Schweiz ist wohl ein wichtiger Faktor, warum dieser tolle Sport in diesen Ländern am schnellsten Fuss gefasst hat.

Martin Kunz

Weitere Fotos zum Bericht von Martin Kunz findet man auf der Vereinshomepage.

50 km OL rund um Pfäffikon ZH: viele km, mehr Posten, am meisten Begeisterung – wenig Teilnehmer

Der folgende Beitrag, verfasst von Mario Ammann, ist nicht nur Bericht, sondern auch Kommentar – auf jeden Fall ziemlich persönlich „gefärbt“.



Laien staunen immer wieder, wenn sie vom dichten OL-Terminkalender hören. Denn mit Meisterschaften, nationalen und regionalen OL ist das Jahresprogramm tatsächlich ziemlich voll. Dazu kommen noch „Must“ wie Fünferstaffel und andere. Verschiedene Laufgebiete – verschiedene Aufgaben: das macht das Ganze reizvoll.



Man hört aber aus unserem Verbandsgebiet auch Stimmen wie „langweilig“, „regionale sind out“, „das Besondere fehlt“. Also wäre der 50 km-OL rund um Pfäffikon gerade das Richtige gewesen. Am Wochenende vom 19./20. Juni gab es keine anderen Veranstaltungen; die Wettkampfform war einzigartig; die möglichen Teambildungen vielfältig; ein Anlass für Vereine ... und trotzdem blieben die Leute zu Hause!

Selber schuld! Denn dieser OL verdient das Prädikat „hervorragend“. Unsere frühe Entscheidung daran teilzunehmen hat uns ein Sport-Erlebnis ermöglicht, das vielleicht nicht so schnell wieder kommt. Denn die Begeisterung der Teilnehmer allein wird nicht genügen, damit sich Nachfolge-Veranstaltungen realisieren lassen. Die Gelände-Konstellation ist eine wichtige Voraussetzung für einen spannenden OL-Wettkampf. In Pfäffikon waren weniger als 5% nicht kartiert und Überlaufstrecken. Dazu wird die Beteiligung von Pfäffikon bei potentiellen Veranstaltern keinen besonderen Motivations-schub auslösen. Das dürfte auch bei der OLG St.Gallen/Appenzell so sein. Immerhin wird im 2006 der Verein 50 Jahr alt. Da möchte man durchaus Akzente setzen.



In der Kategorie „Duo“ standen Monika und ich schon früh auf der Startliste. Später spannte Michael Huber mit Roland Ludwig zusammen. René Binder, der die 50 km „solo“ zurücklegte, vervollständigte das Quartett. Der Veranstalter verdient auch 3 Monate später ein dickes Kompliment und ein Dankeschön aus St.Gallen.



EYOC IN SALZBURG VOM 25.-28. Juni 2004

Aufgrund meiner Leistungen an den Selektionsläufen wurde ich nach 2001 zum zweiten Mal für den EYOC (European youth orienteering championships) nominiert. An diesen Jugend-Europameisterschaften zugelassen sind die Kategorien D/H 16/18. Der Schweizer Delegationsleitung geht es bei diesem Wettkampf darum, dass die jungen Athletinnen und Athleten erste internationale Erfahrungen sammeln und Vergleiche mit anderen Nationen machen können. Auch wenn die skandinavischen Länder an diesem Anlass fehlen, ist die Konkurrenz dank der geschlossenen Teilnahme der östlichen OL-Nationen sehr gross.

Der EYOC fand in diesem Jahr in Österreich statt, genauer in der Umgebung von Salzburg. Auf dem Programm standen drei Wettkämpfe in drei Tagen: ein Sprint, ein Lauf über die klassische Distanz und zum Schluss ein Staffellauf.

Sprint auf dem Mönchsberg und in der Altstadt von Salzburg (26.6.)

Damit wir optimal auf das Sprintgelände vorbereitet waren, besuchten und beäugten wir am Freitagmorgen, ganz offiziell mit der OL-Karte ausgerüstet, die Salzburger Altstadt und die wichtigen Überläufe vom Waldstück in den Stadtteil. Viele Passagen und enge Durchgänge wurden besichtigt, die Belaufbarkeit des Waldes ausgetestet und spekuliert wie die Bahn nun aussehen würde.

Nach der offiziellen Eröffnungsfeier blieb nicht mehr viel Zeit bis zum ersten Start um 16.00 Uhr. Ich war im 1. Startblock eingeteilt und hatte zudem eine tiefe Startnummer zugelost bekommen. Auf dem Weg zum Start, gleich hinter dem Schloss Hohensalzburg gelegen, zogen immer dichtere Wolken auf, aus denen sich ein heftiger Platzregen entlud. Damit war die Hoffnung auf ein trockenes Laufgebiet dahin. Es war Vorsicht geboten auf den langen Treppenpassagen und um die Hausecken.

Zum Einlaufen stand ein kleiner Kartenausschnitt zur Verfügung, um wenigstens ein bisschen mit dem ungewöhnlichen Massstab 1:4000 vertraut zu werden. Die Nervosität etwas abgelegt und hoch konzentriert stand ich im Startgatter und wartete auf mein Startsignal. Für mich war die Sprintform praktisch neu und ich musste enorm darauf achten, dass ich mein Starttempo nicht zu hoch wählte, weil immer das Wort „Sprint“ in meinem Kopf hämmerte und dies schnell, schnell, schneller bedeutete.

Ich kam gut auf die Karte und lief die ersten beiden Posten optimal an, obwohl es nur davon wimmelte. Zum 3. Posten geriet ich zu weit links und erwischte eine falsche Senke, was eine 40s Suchaktion zur Folge hatte. Ohne Motivationsschwund lief ich weiter ein hohes Tempo und redete mir ein, dass noch nichts verloren sei! Die lange Treppenpassage vom Waldstück in den Altstadtteil und die Geländeumstellung bereiteten mir keine Mühe. Auch von den vielen Touristen in den engen Gassen liess ich mich nicht beirren und lief ohne weitere Fehler ins Ziel.

Nun begann die lange Warterei bis zum Schlussergebnis. Ich wusste: ausser meinem 40s-Fehler hatte ich einen perfekten Lauf und die Zeit war gut. Nur ganz selten schob sich wieder ein neuer Name vor mich auf die Zwischenrangliste. Alles Bangen und Hoffen auf ein Diplom nützte jedoch nichts, ich fiel noch auf den 8. Rang zurück.

Sicherlich ist meine kleine Suchaktion sehr ärgerlich und ich möchte nicht daran denken was für eine Platzierung möglich gewesen wäre, wenn ... Ich bin aber dennoch mit diesem Ergebnis sehr zufrieden. Es war ein tolles Erlebnis, eine schöne Erfahrung und der Lauf liess einiges von den bevorstehenden Wettkämpfen erhoffen ...

... Leider verliefen meine anderen zwei Wettkämpfe überhaupt nicht nach Wunsch. Das Langdistanzrennen war konditionell und vor allem auch dank mehreren Routenwahlproblemen technisch sehr anforderungsreich. Ich kam nie richtig ins Rennen und es unterliefen mir Fehler, die ich sonst nicht mache. Ich will das Positive mitnehmen, aus meinen Fehlern lernen und vor allem auch die Arbeit im mentalen Bereich verstärken. Dann sollte es beim nächsten Mal besser klappen.



Rahel Ammann belegt an der Jugend-EM im Sprint den 8. Rang.

Erinnerungen an die Studenten OL WM in Pilzen, Tschechien

von Lukas Ebnetter, Appenzell

„Gaudeamus igitur, juvenes cum sumus!...“ Der jahrhundertealten internationalen Hymne des Studentensportverbandes durfte ich dieses Jahr abermals beiwohnen. Das Jahr 2004 ist schon jetzt mein Jahr des Studentensports: im März konnte ich mich für die Cross Studenten WM in Turin qualifizieren und im Juni verpasste ich zwar die Selektion für die OL Europameisterschaften, konnte mir dafür einen Startplatz für die Studenten OL WM ergattern.

Nach der bequemen Reise nach Pilzen, der Geburtsstadt des Pilsener Urquells, rochen wir keine Hopfen- und Malzdämpfe, sondern den unvergleichlichen Duft internationaler Titelkämpfe. Egal ob in edlen Hotels oder wie in Tschechien in einem Studentenheim logiert wird – das Kribbeln im Bauch, die Treffen mit Freunden, bekannten und unbekanntem Spitzenläufern aus aller Welt, die Eigenheiten fremder Länder, hochkarätige Wettkämpfe und Wettkämpfer, das alles macht einen solchen internationalen Anlass unvergesslich. An der Studenten WM sind Studenten bis 28 Jahren zugelassen. Das gibt dem Teilnehmerfeld einerseits eine gewisse Ausgereiftheit, auf der anderen Seite wird die Meute auch mit jüngeren Läufern erfrischt, die es vielleicht nicht an die „richtige“ WM schaffen. Wohlbemerkt, die Studenten WM war auch eine richtige WM, mit richtigen Spitzenathleten, die auch an der WM im September in Schweden ein Wörtchen mitreden werden.

Meine Wettkampfhärte liess etwas zu wünschen übrig. Die Zeit seit meinen Fussproblemen im Mai war noch zu kurz, um an meine Topform heran zu kommen. Trotzdem konnte ich mich während der WM ständig steigern. Ich kam im Sprint, Mittel und in der Staffel zum Einsatz. Für die Mitteldistanz wurde ich erst einen Tag vor dem Wettkampf nachnominiert, da der geplante Felix Bentz vom Langstreckenlauf eine offene Fleischwunde am Schienbein ins Ziel brachte und ihm die Ärzte einen Start verboten. Mein bester Lauf gelang mir im Sprint. Der Wettkampf bot fast alles, was ein Sprint bieten kann: Quartiergebiet, Waldstücke und zum Schluss ultraschneller Park. Mit 24 Posten in 15 Minuten war für ständige Konzentration und Kartenarbeit gesorgt. Meine Zielzeit stellte sich vorläufig als beste ein. Doch ständig kamen Läufer, die mir winzige Sekunden stahlen. Zum Schluss klassierte ich mich als neunter, eine Sekunde hinter dem achten, 13 Sekunden hinter dem Diplomplatz (6.), 15 Sekunden hinter einer Medaille, 20 hinter der goldenen. Sollte ich jetzt zufrieden mit dem Top-Ten Platz sein oder mich über eine knapp verpasste Medaille ärgern? Ich war ein bisschen beides, doch da die Vorbereitung mit den Fussproblemen alles andere als ideal war, gestand ich mir mehr Freude und Zuversicht als Enttäuschung ein. Die Mitteldistanz lief ich ganz ohne Druck. Ich nahm einige positive Erlebnisse, aber auch negative aus diesem Lauf mit nach Hause. In der Staffel gelang mir ein guter Lauf, doch leider war unsere Teamleistung trotz der Streckenbestzeit von David Schneider sehr enttäuschend.

Für uns erfolgsverwöhntes Schweizer OL Volk kehrten wir trotz der Bronze Medaille der Studentinnen-Staffel mit einer ernüchternden Leistungsausbeute zurück. Doch aus jedem Lauf kann man vieles lernen, und das lässt sich in nüchternem Zustand fast besser als in euphorischem. Die tschechischen Wälder gefielen mir wiederum sehr gut. Der Osten ist immer eine OL-Reise wert! – Auf der Heimreise überlegte ich mir, wie ich meine zwei Studenten WM Einsätze in zwei Jahren noch übertreffen könnte. OL, Cross, Armbrustschiessen, Curling, Gleitschirmfliegen?

Fünferstaffel 2004: Von Pleiten, Pech und Pannen!

von Mario Ammann

Die Fünferstaffel zählt zu den besonderen OL-Veranstaltungen im Jahr. Das zeigt sich auch darin, dass sie im „SOLV-Forum“ immer wieder thematisiert wird. Die Ausgabe 2004 im Rümlangerwald bildete für viele den Abschluss der Frühlingssaison und/oder den Auftakt zu OL-Ferien im Ausland. Die Vereinsdelegation schnitt durchgezogen ab – nicht nur aus eigenem Verschulden.

Man hört und spürt es immer wieder: unterschiedlicher könnten die Sympathien für Staffelläufe nicht sein. Während die einen auf das Teamerlebnis, auf Spannung und den direkten Kampf mit dem „Gegner“ schwören, läuft es den anderen im Wissen um die Mitverantwortung bei dieser Art von Wettkampf nicht erst unter der Dusche eiskalt den Rücken hinunter. Dabei hat natürlich nur die erste Gruppe Recht. Denn Mitmachen kommt bekanntlich vor dem Rang. Das gilt auch im Staffel-OL. Also, ab sofort keine falsche Furcht und hinein ins OL-Vergnügen!

Die Vereinsdelegation an der Fünferstaffel 2004 war grösser als auch schon und konnte – dem Terminkalender sei dank – auf Verstärkung aus Neuseeland zählen. Patrick Kunz, im Juni gerade berufsbedingt in der Gegend, liess sich diese Startmöglichkeit nicht entgehen. Vielen Dank fürs Mitmachen und das kurze Wiedersehen.

Pech hatte vor allem Lena Suhner, die sich auf der Startstrecke oberhalb vom Auge verletzte und den Wettkampf aufgeben musste. Es war zum Glück nichts Ernsthaftes.

Pech hatten auf jeden Fall verschiedene Läuferinnen und Läufer auf der Schlussstrecke oder auf dem Massenstart der nicht abgelösten Läufer. Denn sie fielen einer Ablaufpanne des Veranstalters zum Opfer. Sie benützten eine Auslesestation, welche nur die Abschnittszeiten ausdrückte, sonst aber nicht am System angeschlossen war.



Bedauerenswert ist in diesem Zusammenhang vor allem die Reaktion des Veranstalters. Denn anstatt sich selber an der Nase zu nehmen, war er bass erstaunt über viele fehlende Zeiten und sprach dabei von „Irrläufern“, die nach dem Wettkampf ihren Badge nicht ausgelesen hätten. Von der OLG St.Gallen/Appenzell betraf es gleich 2 Staffeln, so dass nur 2 von 4 möglichen Staffeln in der Wertung erscheinen. Natürlich ist keine Spitzenplatzierung „verloren“ gegangen. Ärgerlich ist es aber allemal, und an dieser Pleite ist allein der Veranstalter schuld. Wenn er zwei verschiedene Auslesesysteme betreibt, muss er dafür sorgen, dass alle ihren Lauf an der richtigen Station ordentlich abschliessen können. Dass gewisse OLG-Cracks nicht ihr volles Rendement entwickeln konnten und das Saisonziel klar verfehlten, tritt dabei ganz in den Hintergrund.

Rheintaler OL-Cup 2004 – unglaubliches Montlingen

Der Rheintaler OL-Cup 2004 steht kurz vor dem Abschluss. Aktuell fehlt noch der Schlusslauf von Widnau. Überrascht wird die 7-teilige Laufserie zwischen Frühlings- und Herbstferien einerseits und zwischen Buechen-Staad und Gams andererseits vom 1. Montlinger Dorf-OL. Dort gingen sensationell über 600 Personen zwischen >0 und 83 Jahren an den Start.

Mittwochabend, 1. September 2004 – Montlingen im St.Galler Rheintal – ein ganzes Dorf in Bewegung! Und das wegen einem Orientierungslauf. Niklaus Wolgensinger als Initiant der von Peter Rietmann im Massstab 1:5'500 erstellten Dorfkarte und lokaler Co-Veranstalter hatte selber immer an 500 Teilnehmer geglaubt, hat diese Zielsetzung aber für sich behalten. Er wollte nicht als „Spinner“ abgestempelt werden. Man bereitete sich darum „nur“ auf 300-400 vor. Immerhin!

Im Angebot standen neben den 6 Alterskategorien im Rheintaler OL-Cup je 3 weitere Kategorien „Plausch“ und „OL“. Das rief nach mehr Postenmaterial und nach dem kompletten Sportident-System. Überhaupt: im Rheintal war ein regionaler OL in Planung.

Der Anlass wurde zum Dorffest. Zuerst kam die sportliche Betätigung, dann die Freude über die Leistung und schliesslich die Begeisterung für den OL. Abgerundet wurde das Ganze mit einem Besuch in der Festwirtschaft. Allein die Umsatzzahlen sind Beweis genug für den Grosseaufmarsch: 360 Grillwürste und 60 Hotdogs gingen problemlos über den Tisch! Der 2. Montlinger Dorf-OL im 2005 ist bereits beschlossene Sache.

Im Rheintaler OL-Cup ist vor dem Schlusslauf vom 15. September erst eine Entscheidung gefallen: Rahel Ammann wiederholt ihren Sieg in der Kategorie „Damen“. Die nächsten Plätze und das ganze Spitzenquintett bei den Herren werden erst in Widnau bekannt. Pech für Niklaus Wolgensinger, der sich momentan die Spitzenposition mit 2 anderen Konkurrenten teilt, wegen eines Klassenlagers aber nicht starten kann.

Der Rheintaler OL-Cup hat sich im 2004 einen festen Platz in der regionalen Sport-Agenda sichern können. Das Interesse liegt dabei – wenn erstaunt's – bei den Familien, ob gemeinsam am Start oder jeder in seiner Alterskategorie. Fortsetzung folgt im 2005!



Nick Wolgensinger, der „Tausendsassa“ aus Oberriet, sorgte zusammen mit seiner Frau Vreni und Lehrerkollege Leo Gadiant mit dem 1. Montlinger Dorf-OL im St.Galler Rheintal für ein sensationelles OL-Ereignis. 625 Teilnehmer, davon praktisch alle OL-Neulinge, an einem Mittwochabend sind möglicherweise „Schweizer Rekord“.

KOM und SOM 2004 – Meisterschaften Nr. 2 und 3

Im August standen mit KOM und SOM zwei Schweizer Meisterschaften auf dem Programm. Beide Male luden dazu Berner Vereine ein. Beide Male war die Beteiligung aus dem Osten nicht besonders gross. KOM flop – SOM top!

Wieder einmal waren an einer KOM Vorlauf und Final am gleichen Tag angesetzt. Diese Herausforderung gönnte sich die OLV Hindelbank. Denn für den Veranstalter ist sie weit grösser als für den Sportler. Dieser kann nach dem Vorlauf bequem zurücklehnen und der Dinge harren, die da kommen. Das Wetter hätte dazu nicht schöner sein können. Wer sich da für den Finallauf nicht genügend erholen konnte, ist selber schuld.

Das Laufgebiet von Grafenried-Etzelkofen liess sich gut in zwei Hälften teilen, die den Bedürfnissen einer KOM gebührend Rechnung trugen. Natürlich entstanden mit der Zeit im „Grünen“ Trampelpfade. Doch auch hier gab es Verzweigungen und Kreuzungen. Und Aufmerksamkeit ist selbst bei der einfachsten Bahn immer am Platz.

Die KOM-Bilanz ist eher ernüchternd: falsche oder fehlende Posten; keine Wiederholung der Leistung im Quali-Lauf ... Die St.Galler/Appenzeller konnten die Heimreise schon frühzeitig antreten.

Besser war die Ausbeute an der SOM, die in Kombination mit einem Nationalen OL am letzten August-Sonntag im Gurnigelgebiet stattfand. Rahel Ammann gewann in einem starken D18-Team Gold und damit die sechste SOM-Medaille in Folge. Je 2 mal Gold, Silber und Bronze hat sie bisher in dieser Disziplin gewonnen. Für das Highlight in Form der einzigen reinen Vereinsstaffel sorgte das DAK-Team mit Doris Brand Hürlimann (mit Melvin), Michèle Sutter Schneider (mit Lukas) und Susanne Schmid-Schilter.



Das aktuelle Interview:

Warum der Vorarlberger OL vom 5. September 2004 nicht stattfindet

Interview mit Richard Werner, Vorsitzender der Sektion OL des SSV Dornbirn Schoren und Mitglied der OLG St.Gallen/Appenzell

***schischo:** Richard Werner, „dein“ SSV Dornbirn Schoren hatte geplant, mit Unterstützung der OLG St.Gallen/Appenzell anfangs September in Satteins (Vorarlberg) einen regionalen OL durchzuführen. Mit wem hat hier unser Verein eine Partnerschaft eingehen wollen?*

Richard Werner: SSV steht für Schulsportverein, und Schoren ist ein Bezirk der Stadt Dornbirn. Seit den 80er Jahren besteht auch eine Sektion OL; diese ist heute ein 3 Mann-Team. Mit einigen Hobbyläufern üben wir den OL-Sport vor allem in der Nordostschweiz aus. 1983 wurde für die Schulen in Dornbirn unter Erwin Reis, dem heutigen Sportreferenten der Stadt Dornbirn, die Karte „Haslach“ erstellt. Wir haben mit dem Jahre 2002 die Aktivitäten im Bereich Schulen und Sport aufgenommen und bieten Doppelstunden an. Dabei haben mir Wolfgang Waldhäusl, ein österreichischer Elite-Läufer, und Gottfried Tobler, Koordinator der Schulsportoffensive in Österreich (siehe www.oefol.at; Rubrik Schulsport), viele Unterstützungen gegeben. Außerdem gibt es im Jahr 2004 zehn öffentliche Läufe mit Distanzen bis 2500 m auf einfachen Basiskarten zum Wandern und Laufen.

***schischo:** Warum kann dieser Lauf jetzt nicht stattfinden?*

Das vorgesehene Laufgebiet ist Teil von vier Gemeinden. Die Gespräche mit den Bürgermeistern waren zur Kartenzeichnung durch eine Regionalplanungsgemeinschaft positiv gedeutet. Der Wald in Österreich kann zur Erholung von Jedermann betreten werden – bis auf die Aufwuchsgebiete. Das Forstgesetz räumt dem Grundeigentümer bei Veranstaltungen allerdings das Recht zum Veto ein. Die Realteilung führte im Kartengebiet zu rund 2000 Eigentümern. Es ist üblich, dass sich diese Grundstückseigentümer in Genossenschaften (für Jagd-, Agrar- und Forstaspekte) vereinen, welche ihrerseits die Interessen aller vertreten. In einer Gemeinde lag klare Zustimmung zum OL vor, eine hegte etwas Zweifel und die dritte ging nach unserer Präsentation in eine Ablehnung hinein. Meiner Meinung nach befürchtete sie ob der grossen Zahl von Läufern negative Auswirkungen auf den Wald. Dazu kommt nicht zuletzt die Unkenntnis über die Sportart Orientierungslauf.

***schischo:** Haben ähnliche Erfahrungen diese Entwicklung als mögliches Szenario erwarten lassen? Auf welche OL-Aktivitäten kann man im Land Vorarlberg bisher zurückblicken?*

In den Wäldern Österreichs werden Ranglisten-Läufe mit 500 Teilnehmern schon seit 30 Jahren durchgeführt. In den 80-er Jahren gab es den Vorarlberger OL mit Läufen im Raum Götzis mit der Karte „Meschach“ und in Dornbirn. 1989 entstand die Karte „Bregenz-Vorkloster“. Ein Osterhasen-OL in den Achauen von Dornbirn gibt es seit damals noch immer. Bisher fanden allerdings keine grösseren Veranstaltungen vergleichbar mit der Schweiz statt; diesbezüglich steht Vorarlberg noch am Anfang. Die Vermittlung von Kenntnissen über OL erfolgte darum bis dato zu wenig – dies ist nun auch nachzuholen. Das Land Vorarlberg möchte Orientierungslauf fördern. Die Forstorgane sehen ihrerseits keine grundsätzlichen Probleme.

schischo: *Wie gross ist die „Vorarlberger OL-Szene“? Welche Schritte sind geplant und was bedeutet diese Laufabsage für die weitere Entwicklung?*

Mir sind fünf bis sechs regelmässige OL-Läufer bekannt. Meist sind es zugezogene Personen. Der nächste Schritt ist eine kleine Veranstaltung nahe Feldkirch. Aus unseren Aktivitäten an den Schulen sollen mittelfristig OL-Zellen entstehen.

schischo: *Gibt es bereits neue Laufprojekte? Die Rede war von „ARGE ALP 2007“ in Vorarlberg. Ist diese Veranstaltung jetzt gefährdet?*

Der Lauf in Satteins war vor allem auch als Vorbereitung für 2007 gedacht. Die Tiroler hatten diesen Lauf in ihrem Jahresprogramm eingeplant. Ich prüfe jetzt im Raum Feldkirch mit den Tirolern einen Ersatzlauf als Bestandteil des Tiroler OL-Cup und führe weiter Vorgespräche. Vorarlberg möchte im Jahre 2007 den ARGE ALP-Länderkampf durchführen; dieses Ziel bleibt bestehen. Eine Gesprächsrunde mit weiteren Gemeinden ist vorgesehen. Die konkrete Planung bis 2007 wird aber Satteins weiterhin einbinden. Die Machbarkeiten und Möglichkeiten für 2007 sind rund um Feldkirch auszuloten. Dies ist einer der nächsten Schritte.

schischo: *Abschliessend noch zu deiner Person. Kannst du dich unseren Lesern kurz vorstellen? Uns interessiert vor allem auch dein Bezug zum OL-Sport.*

Ich wohne in Dornbirn, bin 54 Jahre alt, verheiratet und arbeite als Sachbearbeiter für Luftreinhaltung am Umweltinstitut des Landes Vorarlberg in Bregenz. OL habe ich 1974 im Raum Wien beim Studium kennen gelernt. Durch das konsequente Training kam ich 1977 in der offenen Staffelmeisterschaft auf den dritten Platz. Ich habe mich in der Freizeit zum Lehrwart und zum Trainer ausgebildet.



Derzeit bin ich Freizeitsportler und habe Kontakte mit sechs Schulen, wo ich im Mai und Juni Doppelstunden auf Schul-Areal-Karten abgehalten habe. Für die nächsten Jahre möchte ich hier gemeinsam mit Lehrern den Sport des Waldlaufes – ich möchte im Moment für meine geplanten Aktivitäten lieber diesen Ausdruck verwenden – verstärkt im Unterricht einsetzen. Ich werde auch mit den Leichtathleten zusammenarbeiten. Dafür ist auch eine Homepage eingerichtet worden: www.orientieren-vbg.at.

schischo: *Richard Werner, wir bedanken uns für diese Ausführungen. Wir wünschen dir bei deinen Plänen viel Erfolg. Die Entwicklung in unserem Nachbarland werden wir auf jeden Fall mit grossem Interesse verfolgen.*

Der SSV Dornbirn Schoren ist der grösste Damenhandballverein in Österreich. Die erste Mannschaft spielt in der obersten Landesliga; der Verein spielte schon im Europacup der Cupsieger. Der Verein feierte am 21. August sein 20 Jahr-Jubiläum.

56. St.Galler OL

Samstag, 13. November 2004

Karte	Stadt St.Gallen ; Massstab 1:4'000; Stand 2003
Veranstalter	OLG St.Gallen/Appenzell
Bahnleger	Mario Ammann, Berneck
Besammlungs Anmeldung Startzeiten	Volksbad-Turnhalle; Nähe Stadtpark bzw. Kantonsspital 13.00 – 14.30 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr
Öffentlicher Verkehr	Bus Nr. 1 „Stephanshorn/Guggeien“ bis Haltestelle „Singenberg“; von dort markiert, 3 Min.
Privatverkehr	Öffentliche (gebührenpflichtige) Parkplätze im Gebiet „Brühltor-OLMA-Kantonsspital“
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmer. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.
Auskunft	Mario Ammann, Degenstrasse 1, 9442 Berneck 071 / 744 64 71; mario@ammannberneck.ch

Laufform 1	Finnischer Team-OL
	Wertungslauf der Vereinsmeisterschaft des Regionalen OL-Verbandes Nordostschweiz
- Laufmodus	Team-OL mit Postennetz für Dreierteams in beliebiger Zusammensetzung. Anzahl Posten je nach Alter und Geschlecht der Team-Mitglieder. Freie Einteilung der Posten pro Team nach dem Start. Fehlende <u>und</u> doppelte Posten werden mit einem Zeitzuschlag bestraft. Weitere Bestimmungen sowie Infos über Anzahl Posten sind ab 6.11.2004 auf www.olgsga.ch und am Lauftag beim Besammlungsort publiziert.
- Postenkontrolle	Mit Sportident! Badge mitbringen; Miete CHF 2.--
- Startgeld	CHF 30.-- pro Team

Laufform 2	Normal-OL	Einzel oder 2er-Gruppen	
- Kategorien - Startgeld pro Läufer	Jg. 1992 + jünger	Schüler/Schülerinnen II	CHF 7.--
	Jg. 1991 – 1989	Schüler/Schülerinnen I	CHF 7.--
	Jg. 1988 – 1985	Junioren/Juniorinnen	CHF 10.--
	Jg. 1984 – 1970	Herren/Damen	CHF 13.--
	Jg. 1969 – 1955	Senioren/Seniorinnen I	CHF 13.--
	Jg. 1954 + älter	Senioren/Seniorinnen II	CHF 13.--
	Alter frei	Familien	CHF 13.--
- Postenkontrolle	Mit Sportident; Miete CHF 2.--		

Besonderes	Rangverkündigung der ROLV-Einzelmeisterschaft und der ROLV Vereinsmeisterschaft ab 16.30 Uhr in der OL-Beiz
-------------------	---

OLG St.Gallen/Appenzell

www.olgsga.ch

Auf zum grossen Finale:

Finnischer Team-OL vom 13. November 2004 Stadt St.Gallen

Helferaufruf

Unser Verein darf auch in diesem Jahr wieder den regionalen Saisonabschluss durchführen. Auf der Karte „Stadt St.Gallen“ fällt im Finnischen Team-OL die Entscheidung in der Vereinsmeisterschaft des Regionalen OL-Verbandes Nordostschweiz. Der Vorstand ist überzeugt, den 3-er Teams auf der Stadtkarte eine knifflige Aufgabe stellen zu können. Daneben sollen auch „Einzelsportler“ und vor allem OL-Neulinge einen Startplatz bekommen. 6 Bahnen je Alterskategorie (siehe Ausschreibung gegenüberliegend) sind für jedermann eine günstige Gelegenheit, OL-Luft zu schnuppern.

Damit wir alle Aufgaben zeitgerecht und kompetent ausführen können, brauchen wir auch deine Unterstützung. Wir bitten dich

- am Lauftag selber in einem der zahlreichen Ressort mitzuhelfen
- einen Kuchen mitzubringen
- Werbung für diesen Anlass zu machen.

Die Einsatzzeiten sind frühestens ab 11 Uhr und längstens bis 19 Uhr. Wir brauchen deine Hilfe entweder

- beim Einrichten des WKZ in der Volksbadhalle in St.Gallen
- beim Einrichten der Festwirtschaft
- beim Betrieb der Festwirtschaft
- bei der Anmeldung
- beim Start
- beim Ziel
- bei der Auswertung
- beim Posten einziehen
- beim Aufräumen

Also, da ist doch bestimmt etwas dabei, das deinen Neigungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten entspricht. Auf deinen Anruf, dein Mail oder einfach deine Mitteilung wartet:

Mario Ammann, Präsident
Degenstrasse 1
9442 Berneck

Telefon P 071 / 744 64 71
mario@ammannberneck.ch



OL Lager 2004 des ROLV Nordostschweiz Selamatt / Toggenburg vom 4. – 8. Oktober 2004

Der Regionale OL-Verband Nordostschweiz organisiert in den Herbstferien wiederum ein OL Lager. Es ist für Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters geeignet. Eine Teilnahme kann wärmstens empfohlen werden. **Es hat noch einige freie Plätze !!!**

Datum: Montag, 4. Oktober – Freitag, 9. Oktober 2004

Teilnehmer: OL-Sportler mit Grundkenntnissen, ab 10 Jahren

Kosten: 150 Franken pro Teilnehmer *

Unterkunft: Skihaus Herrenwald, Alp Selamatt

Anmeldung/
Auskunft: **bis spätestens Mittwoch, 22. September 2004** an:
Beat Imhof, Zielwies, 8362 Balterswil
071 / 970 08 38; Mobile 079 / 232 36 54
imhof-kartografie@bluewin.ch

Angabe von: Vorname, Name, Jahrgang, Adresse, Telefon, E-Mail

* davon übernimmt für Jugendliche die Vereinskasse einen Beitrag von 75 Franken

48. Wiler OL (*)
Sonntag, 24. Oktober 2004
Jonschwil SG

Lauf zur Einzelmeisterschaft des Regionalen OL-Verbandes Nordostschweiz

Veranstalter: UOV Wil / OL Regio Wil

Karte: neue OL-Karte „Wildberg“, 1:10'000, Stand 2004

Besammlung: Primarschulhaus Jonschwil, offen ab 07.30 Uhr

Anmeldung: nur am Lauftag bei der Besammlung

Startzeiten: 09.00-12.00 Uhr; Weg Garderobe-Start ca. 20 Minuten

Parkplätze: Firma Elkuch Eisenring AG

Anreise ÖV: Postauto Wil ab 07.01, 09.01, 11.01; Jonschwil ab 10.42, 12.42
Postauto Uzwil ab 08.36, 10.36; Jonschwil ab 11.16; 13.16

Kategorien: D10-D65; DAL, DAK; H10-H75; HAL, HAM, HAK (ohne H/D 20)
Offen sCOOL, Offen kurz, Offen lang, Familien, Sie & Er

Kinderhort: vorhanden, offen ab 08.30 Uhr

Spezialpreise: Um 13.30 Uhr werden unter den Kategorien H/D 10-14 einige Naturalpreise ausgelost.

Auskunft: Heinz Baumgartner, Ilgenstrasse 5, 9500 Wil (071 / 923 37 52)

„Die andere Seite“ zum Schmunzeln

Schön reingefallen!

Tenero war anfangs August nicht nur Treffpunkt des nationalen und der regionalen Nachwuchskader. Auch ausländische Teams bereiteten sich in dieser Woche auf die Junioren OL-WM 2005 im Tessin vor. Von diesen, und in ihren Dress klar erkennbar, rundeten namentlich die Briten und Tschechen diese Schweizer Reise mit einem Start am Bündner OL Weekend ab.

Ein in Winterthur studierender, wechselweise HAL und HAM startender OL-Läufer aus der nordöstlichsten OL-Schweiz, mit einer Affinität zum Slawischen ebenso wie zum Mediterranen, gewährte an diesem Bündner OL Weekend einen Mitstreiter, den er klar nicht der bekannten, einheimischen Gilde zuordnen konnte. Der Mann, der ihm sehr „tschechisch“ vorkam, weckte sein Interesse und zwecks der Frage nach seinem Wohlbefinden warf er diesem einen Brocken auf russisch vor die Füsse. Schliesslich hatte er sich während einem Semester in diese Sprache vertieft. Der Angesprochene, gleichermassen erstaunt wie verduzt, gab in gut verständlichem Deutsch zu verstehen, dass er ihn nicht verstanden habe. Nun, das wiederum hat der besagte Student natürlich verstanden, um sogleich dem tschechisch aussehenden Läufer das Kompliment nachzureichen, er spreche sehr gut deutsch.

Worauf dieser – erneut staunend und diesmal fast unverstündig – entgegnete, er komme schliesslich aus Deutschland und deutsch sei ja seine Muttersprache!

Von Schlüsseln, Schienen und anderen Beinen!

Die fast vollständige Familie versammelte sich am Vortag zur KOM zu einem abschliessenden lockeren Footing. Der Tochter war das Ganze von Beginn weg nicht so geheuer. Kaum richtig gestartet wurde die Gruppe zufällig und überraschend mit der Freundin des Abwesenden ergänzt, so dass jetzt tatsächlich die nominelle Vollständigkeit erreicht worden war. Das leichte Joggen wurde wenig später jäh unterbrochen, als die Älteste im Bunde ihre Tschaggen zu wenig hoch anhub und – beobachtet von allen anderen – sich in aller Eile mit dem Oberkörper dem Boden näherte. Der Aufprall auf die Schulter schien nicht ohne Wirkung geblieben zu sein. Oh Schmerz! Der weitere Weg führte direkt zum Arzt, welcher die Befürchtung „Schlüsselbeinbruch“ bestätigte. Das bedeutet: keine KOM, kein Gurnigelwald-Weekend, kein Nationaler OL im Tannenberg.

Dabei hatte die Lokalpresse eben von der Führung in der SOLV-Jahrespunktliste durch die jetzt bös Gestrauchelte berichtet. Mancher Leser hat möglicherweise an der KOM einen Spitzenplatz erwartet. Warum diese Hoffnung nicht erfüllt werden konnte, hat der familieninterne Korrespondent der Zeitung "brüewarm verzellt". Aber entgegen der Usanz liess er den Bericht vor dem Versenden nicht gegenlesen.

Am folgenden Morgen stieg beim beflissenen Schreiber während der Busfahrt zum Bahnhof urplötzlich ganz langsam eine böse Vorahnung auf. Hat die Angetraute tatsächlich das Schlüsselbein gebrochen? Oder vielleicht sogar das Schienbein?

Kaum dem Bus entflohen, liess er per Händy die Einbandagierte wissen, er habe das komische Gefühl, sie habe - laut Zeitung - möglicherweise das Schienbein gebrochen!

Ja Prost - mehr war vorerst nicht zu hören. Aber sie war auf jeden Fall jetzt auf diese Eventualität vorbereitet, sollte sie dann im Verlaufe des Morgens die Zeitung lesen.

Für den Schreiber war die Spannung verständlicherweise zu gross. Der Weg führte zum Kiosk; die Zeitung musste her! Oh Schreck, der Knochenbruch hatte sich tatsächlich wesentlich von oben nach unten verschoben. Und die Betroffene? Oben etwas gstabig, unten aber doch recht gut zu Fuss unterwegs liess im Dorf einige Damen und Herren etwas nachdenklich werden, da sie von einer Frau mit gebrochenem Schienbein eine andere Vorstellung hatten. Der Verdacht lag nahe, dass die dem OL-Sport durchaus zugeneigte, aber für ihre rekordverdächtige "Entensammlung" bekannte Lokalzeitung wieder einmal einen Volltreffer gelandet hat. Kei Ahnig vo Botanik!

Kartengruss von den Masters in Asiago

Beitrittserklärung:

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

Aktivmitglied

Sympathiemitglied / Passivmitglied

Name, Vorname: _____ Geburtsdatum: _____

Strasse: _____

PLZ, Wohnort: _____

Telefon P: _____ E-Mail: _____

Unterschrift: _____ Datum: _____

Einsenden, faxen oder mailen an:

Mario Ammann, Präsident OLG St.Gallen/Appenzell FAX 071 / 744 64 72

Degenstrasse 1, 9442 Berneck

info@olgsga.ch

Auszug aus dem aktuellen Vereinsaushang beim Sport Sonderegger, St.Gallen:

*„Ich möchte Sport mit
meinen Jungs treiben.“
- "Machen Sie doch
Orientierungsläufe!"*

**OLG
ST.GALLEN
APPENZEL**
Orientierungslauf-Gruppe
St.Gallen/Appenzell
www.olgsga.ch

Das rät Barbara Boucherin, Verantwortliche für die J+S-Ausbildung im Bundesamt für Sport einer Mutter von 2 Söhnen im Alter von 10 und 13 Jahren.

Quelle: Migros-Magazin 32, 3. August 2004; Thema "Erziehung"

Recht hat sie! Und das Positive: Orientierungslauf gibt es für Sie, für dich, einfach für jedermann auch in der Stadt und in der Region St.Gallen.

Resultatspiegel „Nationale OL“ und „Schweizer Meisterschaften“

3. Nat. OL, 3. Juli, Riederfurka-Bettmeralp

D18	3.	Rahel Ammann
D20	-	Antonia Dörig
D45	7.	Monika Ammann
DAL	34.	Susanne Schmid
DE	11.	Monika Fässler
H45	16.	Mario Ammann
HAK	10.	Heinz Weber

4. Nat. OL, 4. Juli, Les Collons

D18	6.	Rahel Ammann
D20	13.	Antonia Dörig
D45	8.	Monika Ammann
DAK	16.	Susanne Schmied
DE	9.	Monika Fässler
H45	14.	Mario Ammann
H55	14.	Ruedi Kellenberger
HAK	19.	Heinz Weber

KOM, 15. August, Grafenried

D18	5.	Rahel Ammann
D20	10.	Antonia Dörig
D45	14.	Christa Ebnetter
D65	1.	Vre Harzenmoser (B-Final)
H45	5.	Mario Ammann
HAK	12.	Michael Huber
HE	-	Lukas Ebnetter

5. Nat. OL, 28. August, Gurnigelwald

D18	3.	Rahel Ammann
D20	12.	Antonia Dörig
D45	10.	Christa Ebnetter
D65	1.	Vre Harzenmoser
DAK	18.	Susanne Schmid
H45	5.	Mario Ammann
H60	30.	Peter Rietmann
H75	5.	Ludi Hoffmann
HAK	18.	Sandro Domeisen

SOM, 29. August, Staffelalp

D18	1.	Rahel Ammann
DAK	22.	Doris Brand Hürlimann Michèle Sutter Susanne Schmid
DE	15.	Antonia Dörig
D135	4.	Christa Ebnetter
H135	5.	Mario Ammann
H185	-	Peter Rietmann

6. Nat. OL, 12. Sept, Tannenbergl

D14	31.	Tabea Signer
D18	5.	Rahel Ammann
D20	9.	Antonia Dörig
	10.	Maiann Suhner
D35	13.	Daniela Signer
D45	12.	Christa Ebnetter
D50	11.	Esther Sutter
D65	-	Vre Harzenmoser
OM	24.	Lucie Andres
H12	22.	David Signer
H14	40.	Andreas Heim
H16	40.	Andrin Möschi - Lukas Brauchli
H40	23.	René Binder
H45	13.	Mario Ammann
	42.	Rolf Bollhalder
	46.	Toni Heim
H50	15.	Hannes Suhner
	29.	Erich Brauchli
H60	2.	Hans Baumann
	15.	Peter Rietmann
	17.	Mario Fässler
H65	36.	Heinz Deininger
H75	7.	Ludi Hoffmann
HAK	24.	Heinz Weber
	30.	Adrian Brauchli
HAM	13.	Rolf Wüstenhagen
	14.	Christoph Ammann

Trainingsdaten:

Mittwoch, 22. September

ab Mittwoch, 20. Oktober

letztes „Sommertraining“, Hirschberg; 18.30 Uhr
P an der Strasse Sammelplatz – Hoher Hirschberg
wöchentliches Hallentraining; 18.30-20.00 Uhr
Gerhardt-Turnhalle, St.Gallen-Riethüsli