

schischo 2/2007

Mitteilungsblatt der
OLG St.Gallen/Appenzell

„Homepage“-Version

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

„schischo“ impressum

Nr. 2/2007

MITTEILUNGSBLATT DER OLG ST.GALLEN / APPENZELL

Redaktionsadresse:

Christoph Ammann (ca.)
Zürcherstrasse 7
7320 Sargans
fon P: 078 / 636 07 46
fon G: 00423 / 236 16 30

1. Juni 2007
18. Jahrgang
erscheint 4x jährlich
Auflage: 160 Ex.
email: schischo@olgsga.ch

Vereinsadresse:

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

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

Klubvorstand:

Präsident	Mario Ammann	Berneck	fon:	071 / 744 64 71
			fax:	071 / 744 64 72
Vizepräsident	Roland Lussmann	Appenzell		071 / 787 39 24
Aktuarin	Doris Brand	Untereggen		071 / 860 07 63
Kassier	Mario Fässler	Eggersriet	fon/fax:	071 / 877 23 18
Techn. Leiter	Damian Tanner	Teufen		071 / 333 51 05
Ausbildung	Maja Kunz	St.Gallen		071 / 222 66 34
Kartenchef	Peter Rietmann	Herisau		071 / 351 55 43
Material	Christa Ebnetter	Appenzell	fon:	071 / 787 52 04
			fax:	071 / 787 82 02
Besonderes	Michael Huber	Zürich		043 / 535 68 72

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 2007:

Postkonto 90-790-8, 9000 St.Gallen

Aktivmitglieder:	Jugendliche - Jahrgang 89 und jünger	Fr. 25.-
	Erwachsene - Jahrgang 88 und älter	Fr. 40.-
	Familien inkl. Jugendliche bis Jahrgang 89	Fr. 60.-
Sympathiemitglieder:	mindestens	Fr. 40.-
Gönner:	(ohne Mitgliedstatus)	nach Belieben

Redaktionsschluss 3/2007:

Erscheinungsdatum:

15. August 2007
1. September 2007

Entscheidendes wird sichtbar

Liebe Leserin, lieber Leser

Es sind noch nicht viele Jahre her, da war die Analyse eines OLs vor allem Spekulation. Höchstens in der OL-Beiz konnten gleich nach dem Lauf vage Vermutungen ausgetauscht werden, wenn man gerade mit einer Läuferin oder einem Läufer aus der gleichen Kategorie diskutierte. Wie klar – und manchmal auch brutal – wird uns heute dank SPORTident die Realität aus dem Wald vor Augen gehalten. Doch die zeitlichen Fakten sind nur das eine.

Noch viel mehr interessiert uns ja, wo wir denn die entscheidenden Sekunden und Minuten liegen gelassen haben. Besonders nach einem Lauf ohne grössere Suchaktionen. Früher beschränkte sich der öffentlich zugängliche Routenvergleich auf zwei oder drei Rennen im Jahr. Dem SOLV-Heft lagen jeweils die WM-Bahnen der schnellsten Läufer bei. Heute könnte sich demnach jeder von uns als Topläufer fühlen. Dank Menschen, die sowohl von OL als auch von Software angefressen sind, kann mittlerweile jeder im Internet auch bei „Regionalen“ seine Routenwahlen allen zugänglich machen. Damit können wir auch daheim noch in aller Ruhe nachsehen, ob denn die schnelle Kollegin zu Posten 3 die Umlaufroute gewählt hat und der Kollege zu Posten 8 auch quer gelaufen ist. So habe ich etwa bei unserem Engelburger OL gesehen, dass es zu Posten 12 doch schneller gewesen wäre, das Tobel zu umlaufen. Damit hatte ich zwar schon gerechnet, als ich auf meiner Route mehr rutschte als vorwärts kam. Aber was wäre lehrreicher, als auf dem Bildschirm zu sehen, wie viel schneller die Route des Siegers beim Posten ankommt als die eigene.

Viele weiterbringende OL-Erlebnisse im Sommer wünscht euch

Christoph Ammann, Redaktor

Inhaltsverzeichnis „schischo 2/2007“			
2	Impressum	19	Bilderbogen Frühling 2007
3	Vorwort; Inhaltsverzeichnis	20	Ausschreibung City-OL Dornbirn
4	Vorstandsmitteilungen, Aktuelles	21	Ausschreibung Oberthurgauer OL
6	Felice Büchi – neues Ehrenmitglied	22	Ausschreibung St.Galler OL
8	sCOOL@School	23	Ausschreibung OL-Einsteigerkurs
9	St.Galler sCOOL-Cup 2007	24	Die andere Seite: Live-Reportage
10	Rückblick Engelburger OL	26	Beitrittserklärung
11	3-Tage-OL Deggendorf	26	Helferaufrufe Dornbirn/St.Galler OL
13	Meisterschaftswochenende Ticino	26	ARGE ALP 2007; Berner Weekend
15	Trainingslager Graubünden	27	Resultate
18	Rheintaler OL-Cup 2007	28	Tätigkeitsprogramm Juni-September

Vorstandsmitteilungen, Aktuelles

Mutationen:

Eintritte:

Hans Frischknecht	56	oberer Toracker 34	9100 Herisau	071 3523964
Hansueli Lüthi	53	Stich 286	9104 Waldstatt	071 3522972
Brigitte Wälter	67	Trogenerstr. 56	9450 Altstätten	071 7557118
Erwin Wälter	62	Trogenerstr. 56	9450 Altstätten	071 7557118
Jonas Wälter	94	Trogenerstr. 56	9450 Altstätten	071 7557118
Raphael Wälter	94	Trogenerstr. 56	9450 Altstätten	071 7557118
Tobias Wälter	92	Trogenerstr. 56	9450 Altstätten	071 7557118
Daniel Welz	66	-	-	-
Enza Welz	66	-	-	-
-	-	-	-	-
Nino Welz	01	-	-	-
Raffael Welz	93	-	-	-

Austritte:

Kevin Thoma	89	Kesselhaldenstr. 82a	9016 St.Gallen
Maria Trionfini	78	Tutilostr. 12	9011 St.Gallen

Adressänderungen/Adressergänzungen:

Ariane Monstein-Kunz	65	Gallusstr. 39	9000 St.Gallen	071 2203477
----------------------	----	---------------	----------------	-------------

Mutationen und Adressänderungen bitte dem Präsidenten mitteilen !

Nach dem Engelburger OL die ROLV-Staffel

Die regionale OL-Saison 2007 ist kurz und heftig über das Gebiet vom Regionalen OL-Verband Nordostschweiz gerollt. Wie gewohnt haben im März und April die traditionellen Frühlingläufe stattgefunden. Darunter zum 40.mal auch der Engelburger OL. Wie Erich Brauchli als langjähriger und erfahrener Laufleiter zu berichten weiss aus seiner Sicht „einer der besten und schönsten in der langen Reihe dieses Traditionswettkampfes“. Herzlichen Dank allen, die dazu beigetragen haben.

Damit in der Region bis zur Herbstsaison nicht ganz „Funkstille“ herrscht, organisiert die OLG St.Gallen/Appenzell am Samstag, 9. Juni, in Herisau die diesjährige ROLV-Staffel. Dieser Veranstaltung vorgelagert findet ein Selektionslauf im Sprint-OL für die Jugend-EM in Ungarn (22.-24. Juni) und die Junioren-WM in Australien (7.-13. Juli) statt. Rund 180 Nachwuchsläuferinnen und -läufer werden dazu in Herisau erwartet. Der Ausserrhoder Kantonshauptort – und die perfekte Karte von Peter Rietmann – bestätigt damit nach 2005 zum zweiten Mal seine Qualität als „Sprinterstrecke“.

Trainingslager in Graubünden

Vom 17.-20. Mai nahmen 40 Vereinsmitglieder am gemeinsamen Trainingslager mit der OL Regio Wil im Raum Chur teil. Die 4 Tage waren sehr gut organisiert und für alle Teilnehmer ein echter Gewinn. Für 40 Teilnehmer gibt es nur eine Frage: wann folgt ...

OL-Einsteigerkurs 2007

... das nächste Trainingslager? Dem Vorstand wird es auf Grund des grossen Erfolges wenig Mühe bereiten, sich im positiven Sinne mit dieser Frage auseinander zu setzen. Herzlich Dankeschön allen, die zum guten Gelingen dieses Lagers beigetragen haben. Allen voran Maja und Patrick Kunz!

Die Zusammensetzung der Lagerteilnehmer hat auch gezeigt, dass die im 2006 mit dem ersten OL-Einsteigerkurs eingeschlagene Strategie voll aufgegangen ist. Das Trainingslager hat exakt an diesen Kurs anknüpfen können. In den Bündner Wäldern lag die Latte zwar für alle ziemlich hoch. Doch profitiert haben sicher auch die weniger Geübten.

Nach den Sommerferien ist die „nächste Staffel“ an der Reihe. Es gibt einen neuen OL-Einsteigerkurs in St.Gallen. Wer mögliche Kandidaten kennt, soll diese bitte darauf ansprechen. Mehr Details gibt es auf Seite 23.

Sport und Propaganda ...

... sind zwei Stichworte, die man in dieser Zusammensetzung gut und gerne mit der alten DDR in Verbindung bringen kann. Losgelöst von Politik und Doktrin sind sie heutzutage jederzeit auch für den Orientierungslauf anwendbar. Der **Rheintaler OL-Cup** ist eindeutig eine Propaganda-Veranstaltung. Für den OL! 270 und 440 sind die Teilnehmerzahlen der ersten beiden von total 6 „OL für Jedermann“ in diesem Jahr. Daraus werden zwar nur wenige „richtige“ OL-Läufer hervorgehen. Aber alle verbinden den OL-Sport mit einem positiven persönlichen Erlebnis.

Die gleiche Zielsetzung verfolgt der OL im Rahmen der **Gymnaestrada 2007** in Dornbirn vom 11. Juli. Stefan Röhl engagiert sich mit grossem Elan in dieser Sache. Nebst den tausenden potentiellen Teilnehmern aus dem Kreis der Turner kann und will dieser „OL für Jedermann“ auch die Bevölkerung von Dornbirn ansprechen oder wenigstens in Dornbirn selber zeigen, was OL ist. Zusammen mit der ARGE ALP-Veranstaltung 2007 in Feldkirch sind dies 2 wichtige Möglichkeiten, in der Nachbarschaft den Orientierungslauf vorzustellen. Gerade in Dornbirn braucht es helfende Unterstützung, damit es gelingt.

Der nächste Sommer kommt bestimmt

Und damit auch vielfältige OL-Aktivitäten in der grossen weiten Welt. Im Gespräch sind OL-Reisen ins Trentino, nach Bordeaux, nach Finnland, Schottland ... Ob die Vereinsmitglieder ähnlich erfolgreich abschneiden wie das „Deggendorf-Quartett“ – siehe Seite 11 – erfährt der interessierte schischo-Leser im nächsten Heft. Mann/Frau ist schon jetzt gespannt!

Wie heisst es doch: Mitgegangen – mitgefangen! Lohnt es sich nicht, beim OL mit dabei zu sein? Herzlich willkommen!

Mario Ammann, Präsident

<p>Sport rauchfrei</p>	 <p>Denk nach. Bleib fair.</p>	<p>Sportrauchfrei ist ein Präventionsprogramm des Bundesamtes für Sport, des Bundesamtes für Gesundheit und von Swiss Olympic Association, mit finanzieller Unterstützung des Tabakpräventionsfonds</p>
------------------------	---	---

Felix Büchi **Ehrung als neues Ehrenmitglied**

An der Hauptversammlung vom 19. Januar 2007 ist Felice Büchi zum Ehrenmitglied der OLG St.Gallen/Appenzell gewählt worden. Der Geehrte konnte damals aus beruflichen Gründen nicht an der HV teilnehmen. Die Ehrung erfolgte darum später durch den Vorstand.

Der Vorstand überbrachte dem Neugewählten die Grüsse und den Dank am 14. März im Rahmen eines gemeinsamen Nachtessens. Der Präsident betonte eingangs seiner Laudatio:

*„Eine Schnitzelbank, das wird es aber wirklich nicht. –
Sondern höchstens nur ein schlicht' Gedicht!“*

Nachfolgend einige Auszüge (in kursiver Schrift) aus der Ehrung:

*Felix Büchi, alter Knabe. Hör gut zu, was ich dir zu sagen habe.
Dein Elan in OL-Sachen, - da musst du dir gar keine Sorgen machen -
Der ist enorm, ganz einfach toll. Ich bin des Lobes wirklich voll.
Kein Wort, das folgt, ist übertrieben. Alles steht so in den Akten geschrieben.
Musst dich also nicht genieren, oder am Ende gar noch protestieren.
Ich hab' es in den Ordnern selber gelesen. Es war übrigens sehr spannend gewesen.*

In den Akten taucht der Name Felix Büchi erstmals im September 1973 auf, und das gleich als Sieger vom Jugend-OL in den Eggen. Im folgenden Januar war er bereits Mitglied der Führungscrew der damals noch „vorstandslosen“ OLG St.Gallen. Und

*„Im 76 schlug für die OLG die zweite Geburtsstunde.
Felice gehörte als Kartenchef zur ersten Vorstandsrunde. ...
Auf die HV 81 wollte Felice den Vorstandsjob beenden.
Es fehlte die Zeit an allen Ecken und Enden.“*

Dieser Rücktritt wurde erst 1984 im dritten Anlauf Tatsache. Vorher fand sich einfach kein Nachfolger.

Seit je engagierte sich Felice in der Jugendausbildung. Dabei spielte Jugend+Sport eine wichtige Rolle. 1983 wurde er Experte im Fach „Orientierungslauf“. Später liess er sich auch im Schweiz. OL-Verband SOLV zum Technischen Delegierten ausbilden.

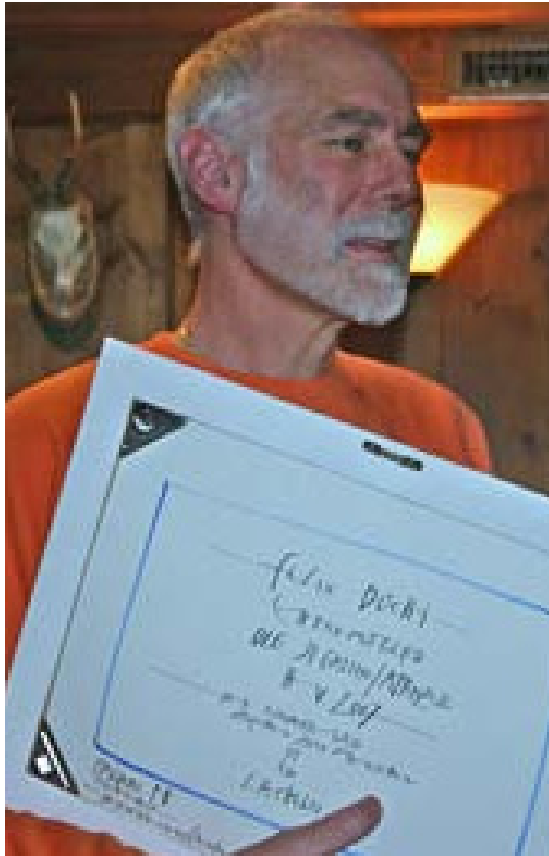
*Auch im Militär geht der Mann stufenweise nach oben.
Er engagiert sich für den Sport – das muss man wirklich loben.*

*Fünf Jahre sind genug – hat man gedacht im OL-Verein,
Felice könnte jetzt doch wieder im Vorstand sein.
Im 89 wird er gewählt; er wird Vizepräsident.
Was jetzt kommt, jeder von uns ein Stück weit kennt.
Seit diesem Jahr heisst der Verein auch offiziell,
OL-Gruppe St.Gallen/Appenzell.*

*Der Verein hat je länger je mehr auch Sorgen.
Doch Felice denkt vorwärts, er denkt an morgen.
Ohne Schwung und Zuversicht
Geht's bergab, das will er nicht.*

*Es fehlt an Leuten, die vorne schalten und walten.
Die Jungen ziehen aus. Es haben genug die Alten. ...*

*Für Ludi Hofmann er auch den Nachfolger sucht.
Er ist für den OL wirklich ziemlich ausgebucht.
Da wäre auch noch sein Studium in Theologie zu nennen.
Felice wir seit November 1994 als katholischen Priester kennen.*



Dazu ein Wort, das muss jetzt hier noch kommen.

*Ich hab' es heute erst vernommen:
„Ein katholisches Menu gibt es am Freitag nur
Sonst mag ich Fleisch und Wein – aus Gottes
Natur!“*

*Eine solche Aufgabe verlangt nach Prioritäten.
OL und OLG bleiben aber seine Spezialitäten.
Im Vorstand ist er wenn immer möglich mit
dabei.*

*Was Felice sagt, ist nicht einfach einerlei.
Als TD ist er auch ab und zu in Aktion.
Er will für den OL nur das Beste in dieser
Funktion.*

*Nach 17 Jahren jetzt als Vize
Verlässt er zum zweiten Mal die OLG-Spitze.
Ein Vierteljahrhundert Vorstandszeit.
Wenn nötig rund um die Uhr für den OL bereit.
Verdient Respekt. – Es würde grad' noch
fehlen.
Müssten wir dich ein drittes Mal noch wählen!*

*Felice, du hast mit Recht gesagt, dein Name würde passen.
Nur, „glücklich“ sind auch wir, da gibt es nichts zu spassen.
Man kann es drehen und wenden auf alle Seiten.
Der OL-Sport kann sich freuen auf gute Zeiten,
wenn sich alle engagieren, wie wir es von dir kennen.
Du verdienst es, dass wir dich zum Ehrenmitglied ernennen.
Wir sagen dir „Herzlichen Dank“ und wollen dir gratulieren.
Als Geschenk wir dir hier ein Bild präsentieren.*

*Wir wünschen dir von Herzen alles Gute auf deinem Weg.
Von Posten zu Posten; nimmst du die Brücke oder den Steg?
Behalt die Richtung auch über Stock und über Stein.
Die Routenwahl wird schon die richtige sein.
Es grüssen dich – kurz und bündig, und zum Schluss ganz schnell –
alle Mitglieder der OL-Gruppe St.Gallen/Appenzell.*

Mario Ammann, Präsident

Schweizer Premiere am Bodensee: Projekt sCOOL&School erlebt in Buechen-Staad einen Superstart

sCOOL 2007+ sowie sCOOL@School sind zwei neue Stichworte im Rahmen vom OL Schulprojekt sCOOL. Die Primarschule Risegg in Buechen-Staad lieferte Ende März die erste Bestätigung, dass der eingeschlagene Weg stimmt.

(ma.) Die sCOOL Tour de Suisse ist seit den ersten Etappen im 2002 der grosse Renner. Jährlich kommen rund 150 Schulen in den Genuss eines spannenden OL-Tages. Dabei sind die Beteiligten immer des Lobes voll. Begeisterung pur! OL verschwindet dann trotzdem wieder schnell in der Versenkung. Aus den Augen, aus dem Sinn!

Sich orientieren und Orientierungslauf

In allen Kantonen ist „sich orientieren“ Bestandteil des Lehrplanes auf der Mittelstufe. Dabei hat das Thema verschiedene Facetten. Dass mit dem Orientierungslauf auch die sportliche Komponente dazu gehört, liegt auf der Hand. Aber gerade hier liegt bei vielen Schulen das Problem: zum einen mangelndes Know-how, OL sach- und stufengerecht zu vermitteln und zum anderen fehlende Zeit für die aufwändige Vorbereitung.

Winterlicher Start in Staad

Hier setzt sCOOL@School an. In 3 Schwerpunktregionen – eine davon bilden die OLG St.Gallen/Appenzell und die OL Regio Wil – werden in ausgewählten Schulen im Team-teaching Grundlagen erarbeitet, mit Hilfe derer die Schule später das Thema selbständig unterrichten kann. Die Primarschule Risegg in Staad war im März schweizweit die erste Schule, die mit zwei Klassen „sCOOL@School“ als Projektwoche erlebte. Sehr zur Zufriedenheit von allen Beteiligten, wie auch in der Ausgabe April der OL-Fachschrift ausführlich zu lesen war. Dass just in dieser Woche am meisten Schnee in diesem Winter fiel, konnte die gute Stimmung nicht trüben.



Isabelle Hellmüller als initiativer Coach

Inzwischen ist auch das zweite Projekt im Vereinsgebiet mit der Primarschule Oberzil in St.Gallen erfolgreich über die Bühne gegangen. Die Primarschule Boppartshof, ebenfalls in St.Gallen, ist derzeit am Laufen. Interessierte Lehrpersonen und vor allem eine initiativ Leaderin, Isabelle Hellmüller als Coach, sollten auch hier die erhofften Resultate möglich machen. Der Grundstein für eine abwechslungsreiche Ausbildung rund um das Thema „orientieren“ ist gelegt. Es liegt später an den Schulen, die Investition zu nutzen und die umfangreichen Ausbildungsunterlagen und Unterrichtslektionen nicht als „Non Valeurs“ irgendwo in einem Regal verstauben zu lassen.

St.Galler sCOOL-Cup 2007 mit Teilnehmerrekord

Am 3. St.Galler sCOOL-Cup starteten so viele Teams wie nie zuvor. Dafür sorgten die Schulen der Gemeinde Thal, denen der Anlass in ihrem eigenen Rayon optimal ins Konzept passte. Auf dem Programm standen ein OL im Zweierteam und ein Staffel-OL in der gleichen Besetzung.

(ma.) Wie bei sCOOL@School hatte die OLG St.Gallen/Appenzell auch mit dem Kantonalen sCOOL-Cup „die Nase vorn“. Der St.Galler sCOOL-Cup 2007 fand noch vor den Frühlingsferien und somit zeitlich weit vor den anderen Veranstaltungen statt. Gründe dafür gab es drei: 1. war Buechen-Staad schon länger als Durchführungsort bestimmt; 2. passte das Datum vom 28. März optimal zum eben abgeschlossenen Projekt „sCOOL@School“ und 3. sind die Mittwochnachmittage im Mai erfahrungsgemäss bereits mit anderen Schulsportanlässen belegt.



Projektziele bestätigt

127 Zweiertteams aus 16 Schulhäusern/-gemeinden machten sich vom WKZ bei den Sportanlagen Bützel aus auf die Postenpirsch. Die Schüler vom Projekt sCOOL@School waren praktisch komplett am Start und stellten sich der Bewährungsprobe, die sie auch bestens bestanden. Auch dieses Resultat spricht für die gute Arbeit von Coach und Lehrpersonen. Die Schüler selber zeigten sich natürlich auch erfreut über das Ergebnis.

Kaltstart für Oberstufenschüler

Die gute Beteiligung der Staader Schüler hätte zwar die Durchführung in ihrem Dorf bereits gerechtfertigt. Die Veranstaltung wäre aber ohne die „Grossen“ vom OZ Thal ehrlicherweise jämmerlich ausgefallen. Denn erst die 60 Teams von der anderen Seite vom Buechberg haben zur Rekordbeteiligung geführt. Der OL war für sie als Sportfachprüfung obligatorisch erklärt worden, was nicht unbedingt alle zu Höchstleistungen motivierte. Trotz allem haben auch sie Einblick bekommen in eine Sportart, die immer noch sehr viele nur vom Hörensagen kennen. Oder überhaupt nicht!

Oben: **Lukas Deininger** (links) gewinnt zum 3. Mal!
Rechts: **Angela Welz** (links) läuft auf Rang 2.



Rückblick auf den 40. Engelburger OL

Der Engelburger OL vom 22. April gilt für mich als einer der besten und schönsten in der langen Reihe dieses Traditionswettkampfes. Es war jedenfalls ein würdiger Anlass zum 40-Jahr-Jubiläum, obwohl wir das ja eigentlich gar nicht speziell gefeiert haben. Dabei möchte ich folgende Punkte speziell erwähnen:

- Mit 435 Startenden resp. – wenn man die Mannschaftsläufer mitzählt – gegen 500 Läufern und Läuferinnen war die Teilnehmerzahl erfreulich hoch. Auch wenn wir damit nicht an die Zahlen anderer regionaler OL herankommen, stellt dies für unsere Verhältnisse im Vergleich zu früheren Jahren doch einen überdurchschnittlichen Wert dar.
- Die hohe Teilnehmerzahl hängt natürlich auch mit dem Wetter zusammen. Für einmal lachte uns das Glück und verschonte uns von Schnee und Kälte. Der strahlende Sonnenschein mit bereits sommerlichen Temperaturen hat bestimmt viele Gelegenheitsläufer zu einer Teilnahme motiviert.
- Die Bahnen wurden durchwegs als sehr interessant und abwechslungsreich gelobt, auch von bekannt heiklen Läufern. Zudem war der Schwierigkeitsgrad gut auf die Anforderungen der einzelnen Kategorien angepasst. Für die ausgezeichnete Bahnlegung gehört Michael Huber ein grosses Kompliment. Denn im kleinräumigen und mit vielen Strassen versehenen „Hohfirst“ ist die Aufgabenstellung gar nicht so einfach.
- Der Service mit eingedruckten Bahnen und freier Startzeit sowie die entsprechende Ablauforganisation haben sich grundsätzlich bewährt. Diese Form wird auch an andern Läufen immer häufiger angewandt und von den Teilnehmern sehr geschätzt. Ein Schwachpunkt war natürlich, dass am Start die Karten einzelner Kategorien ausgegangen sind und einige Läufer deshalb warten mussten. In den Familien- und Offen-Kategorien wurden wir von der Anzahl Teilnehmer überrascht. Dazu kam, dass Gruppen häufig mehr als eine Karte bezogen haben. Dieses Problem muss nächstes Mal besser gelöst werden, z.B. durch laufende Überwachung der Anzahl Anmeldungen und zusätzlich abgegebener Karten, damit wenn nötig sofort Karten nachgedruckt und rechtzeitig zum Start gebracht werden können.
- Der finanzielle Erfolg darf sich sicher sehen lassen und entschädigt uns für den Aufwand, den eine solche Lauforganisation mit sich bringt. Die definitive Bilanz fehlt zwar noch, da noch verschiedene Rechnungen ausstehen. Doch wird mit Bestimmtheit ein erfreulicher Reingewinn heraus schauen, der das Budget von Fr. 2'500.- wesentlich übertrifft.
- Selbstverständlich wäre der Erfolg ohne die tatkräftige Unterstützung zahlreicher OLGler nicht möglich gewesen. Ich möchte deshalb allen Helfern für ihren tollen Einsatz ganz herzlich danken.

Erich Brauchli, Laufleiter

3-Tage Schott Zwiesel Kristallglas Orientierungslauf von Deggendorf: Hartes Brot für initiative Veranstalter

Am 3-Tage-OL im Bayerischen Wald nahmen etwas mehr als 300 Wettkämpfer aus 11 Ländern teil. Deutschland, Österreich und die Schweiz waren am besten vertreten. Die Veranstalter planen jetzt einen 6-Tage-OL im 2009.

(ma.) Im Vorjahr hatten Unmengen von Schnee die Durchführung verhindert. In diesem Jahr stand den Veranstaltern vom SV Mietraching und vom WSV Bernried eine innerdeutsche Terminkollision vor der Sonne. Wegen eines gleichzeitig durchgeführten Jugend-Vergleichswettkampfes fehlten nicht nur die Jugendlichen selber, sondern auch zahlreiche Eltern und Begleitpersonen. OL ist bekanntlich ein Familiensport!

Deggendorf oder Mont-sur-Rolle

Die Region Deggendorf ist eines der wenigen OL-Zentren in Bayern. Direkt am Südfuss des Bayerischen Waldes gelegen sind die „Waldreserven“ schier unermesslich. Die Bezeichnung Bayerischer Wald kommt ja nicht von ungefähr. Auf einer Tiefe von mindestens 40 km zur tschechischen Grenze und zum Böhmerwald hin erstreckt sich das Gebiet von Passau als Grenzstadt zu Österreich über 120 km nach Westen bis auf die Höhe von Regensburg. Das ganze Gebiet liegt (nur) zwischen 400 und 1400 m über Meer. Und trotzdem gibt es in einem normalen Winter Schnee in Hülle und Fülle. Im letzten Jahr war es sogar des Guten zuviel. Der Mitte April über Ostern 2006 geplante 3-Tägeler von Deggendorf musste ausfallen. Die Veranstalter nahmen aber schon früh einen zweiten Anlauf und setzten den Anlass auf Ende April 2007 an und nützten die Konstellation mit dem 1. Mai als in Deutschland arbeitsfreier Tag. Weil vom Bodensee aus betrachtet Deggendorf mit 350 km nicht weiter entfernt ist als der Genfersee, war eine Teilnahme gerade für Ostschweizer gar nicht so abwägig.

Prolog zum Einlaufen

Auf der Startliste standen auch die Namen von Mario Fässler, Ruedi Kellenberger sowie Monika und Mario Ammann. Der Startschuss erfolgte am Freitagabend, 27. April, mit einem Prolog im Freizeitpark von Bischofsmais. Der Sprint zählte noch nicht zur Gesamtwertung, was sicher mit ein Grund war für die sehr magere Beteiligung. Die Schnellsten pro Kategorie mussten trotzdem Vollgas geben. Die wartenden Teilnehmer waren eigentlich mitten im Laufgebiet und es hätte sich für sie gelohnt zu schauen, wie der Wettkampf im Bereich des Zuschauerpostens bzw. Zieleinlaufes von Statten geht. Verschiedene Beispiele haben gezeigt, dass sich nicht alle diese Zeit genommen haben. Oder ging im Wettkampfstress alles wieder vergessen? Die Vereinsdelegation hatte dennoch einen Grund zum Feiern.



Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an ...

.... erklang am Samstagmorgen am Frühstückstisch. Mario Fässler hatte Geburtstag, seinen 66. Natürlich gab es aufmunternde Worte auch zum bevorstehenden Wettkampf. Sie hatten nicht die erhoffte Wirkung! Nun, wie schon am Vortag gab es dennoch wieder



Grund zum Feiern. Das Laufgebiet war „typisch deutsch“: klare Geländeformen, recht gut belaufbarer Mischwald, mit einzelnen Steinen durchsetzt. Der Schlussteil war simpel und trotzdem anspruchsvoll, weil er höchste Aufmerksamkeit forderte. Verschiedene Favoriten vergaben auf den letzten Metern den sicheren Tagessieg.

Aufholjagd

Die Etappen 2 und 3 fanden in einem noch nie kartierten Gebiet statt und standen nur für diesen 3-Tage-OL offen. Das hatte den Deutschen offensichtlich wenig Eindruck gemacht, als dass sie sich für eine Teilnahme hätten bewegen lassen. Das Gelände war jenem vom Vortag recht ähnlich. Bei nur 320 Teilnehmern war der Favoritenkreis pro Kategorie natürlich nicht sehr gross. Um Tages- und Gesamtsieg wurde dennoch mit letztem Einsatz „gekämpft“.

Wer nach zwei Etappen noch im Hintertreffen lag, versuchte am Schlusstag im Jagdstart das vielleicht Mögliche eben noch möglich zu machen. Der Schluss war eher einfach. Wer die letzten Posten in Richtung Ziel an der Spitze in Angriff nehmen konnte, durfte mit gutem Recht an den Sprung aufs Podest glauben. Die Entscheidung musste also vorher fallen.

Happy Birthday zum Zweiten!

Kein Tag ohne Feier! Am Sonntagabend war es Tagessieg Nr. 3. Weil Monika und Mario Ammann am Schlusstag als Erste und somit gejagte Hasen ins Rennen stiegen, standen die Chancen auf eine weitere Siegeshymne nicht schlecht. Grund zum Jubilieren gab es aber schon am Morgen. Mit Ruedi Kellenberger war ein weiteres Geburtstagskind im Quartett. Auch ihm überbrachte der „St.Galler/Appenzeller-Dreiergesang“ die besten Glückwünsche!

Markige Worte mit wenig Tiefgang

Der Anlass bot auch Gelegenheit zur Kontaktpflege mit den Veranstaltern, die wirklich nicht zu beneiden waren. Dies nicht nur wegen der geringen Beteiligung. Auch die organisatorischen Hürden mit teils kuriosen Auflagen waren beachtlich und nicht gerade motivierend. Es gab zwar von den anwesenden Politikern – gewohnt – markige und wohlwollende Worte. Den Veranstaltern ist zu wünschen, dass sie wenigstens nachhallen und für die Zukunft Wirkung zeigen. Immerhin haben unermüdliche „Kämpfer“ für 2009 einen 6-Tage-OL ins Auge gefasst. Schön, wenn 320 zufriedene Teilnehmer vom Schott-Zwiesel-3-Tage-OL auch dem Umfeld die Augen öffnen konnten!



Eindrückliches OL-Wochenende im Ticino

Ein herrliches Panorama, Palmen, Oliven- und Kastanienbäume sowie ein türkisches Gelände boten Mitte Mai die Sprint- und Mitteldistanz-Meisterschaften im Ticino. Patrick Kunz glänzte mit Gold im Sprint durch die Luganeser Gassen.

(ca.) Das diesjährige Tessiner-Wochenende reihte sich nahtlos an schöne und anspruchsvolle OL-Erlebnisse der vergangenen Jahre. Wiederum verstanden es die Organisatoren, aus den beiden Schweizer Meisterschaften Veranstaltungen mit südländischem Ambiente zu machen. Extra für uns OL-Läufer wurde am Samstagnachmittag die Seepromenade in Lugano für einige Stunden gesperrt. Manch einen lockte ein kühler Sprung in den See nicht erst nach dem kurzen Spurt durch die Altstadt von Lugano, denn die Luft war warm und trocken. Doch da war auch noch das herrliche Panorama, das rund um den See zu bestaunen war. Auf der Strecke galt es dann, die Augen wieder auf das wesentliche zu konzentrieren. Es gibt zwar sicher Stadtkarten mit mehr verborgenen Winkel und Gässchen, aber dafür mussten in Lugano – besonders die ersten Läufer – auch noch mit viel Volk und Verkehr zu Recht kommen.

Mit der Kamera hinter Sime her

Auf der Piazza Riforma wurden eine Grossleinwand sowie ein Zuschauerposten aufgestellt, gesäumt von Palmen und Olivenbäumen. So etwas erlebt man in der Schweiz nicht alle Tage. Vom Elite-Rennen gab es packende Live-Bilder und einen tollen Zusammenschnitt, eingefangen von einem Ex-Leichtathlet, der Simone Niggli-Luder bei ihrem Start-Ziel-Sieg teilweise gefolgt war. Standesgemäss wurden bei der Rangverkündigung mit Musik und euphorischen Worten des Speakers alle Medaillengewinner gefeiert. Dazu gehörte erfreulicherweise mit **Patrick Kunz** auch ein St.Galler/Appenzeller. Er siegte mit 12 Sekunden Vorsprung im H40-Rennen. Hervorragend schnitten auch Hannes (H55) und Maiann Suhner (DAL) ab, die als vierte das Podest nur knapp verpassten.



Lugano wird Theater sein für 1500 OL-Läufer, hatte der „Corriere del Ticino“ in seiner Vorschau geschrieben. Es war wirklich eine herrliche Bühne, auch wenn sich manche und mancher natürlich danach über verlorene Sekunden ärgerte, die im Sprint sofort ein paar Plätze kosten. Abgeschlossen wurde der erste Tag dieses Klubweekends mit einem feinen Tropfen und Tiramisù im Grotto al Bosco – die Energiereserven mussten schliesslich schnell wieder aufgebaut werden. Und wer wollte da noch lange weiter hadern?

Schwere Aufgabe in Taverne

Hiess die Devise im Sprint noch Tempo, Tempo, so galt es bei der Mitteldistanz-Meisterschaft in Taverne erstmal ohne Fehler durchzukommen. Das war aber wirklich ein schwer erreichbares Ziel. Kaum jemand kam ohne grössere Suchaktionen durch. Selbst erfahrene Läufer, die im feinen Gelände eigentlich ihre Routine ausspielen können, waren manchmal der Verzweiflung nahe. Andere resignierten gar, was sich an der



ungewöhnlich hohen Zahl fehlender und falscher Posten ablesen lässt. Auf der Karte waren bereits viele Steine, Felsen und Geröllfelder eingezeichnet. Doch einmal im Wald bemerkte man schnell: Das ist ja nur ein kleiner Teil! Die massgebenden Objekte erkennen und sich durch den Rest nicht aus der Ruhe bringen lassen, war also angesagt.

Auch wenn die OLG-Läufer in diesem Rennen nicht um die vordersten Plätze mitmischen konnten, hiess dies nicht, ohne Souvenirs heimzukehren. Denn neben den Steinen war der Wald auch mit Kastanienbäumen gut bestückt. Der Boden war entsprechend mit stacheligen Hüllen übersät. Wer sich abstützen musste oder hinfiel, war darum noch etwas schneller als sonst wieder auf den Beinen. Daheim konnten dann noch über Tage die feinen Stacheln herausgezogen werden.

Monika Fässler in Top Ten

Das tückische Laufgelände war einer Schweizer Meisterschaft auf jeden Fall würdig. Und wie Ranglisten zeigen, hat sich auch tatsächlich die Spreu vom Weizen getrennt. Obwohl in den meisten Kategorien die Siegerzeiten im gewünschten Bereich von 30 bis 35 Minuten lagen, gab es nur wenige Läufer, die sich weniger als 5 Minuten Rückstand einhandelten. Beachtlich schlug sich Monika Fässler (DE), die als 10. mit der Damen-Spitze mithalten konnte. Sie verlor nur knapp 4 Minuten auf den zweiten Platz. Ganz zuvorderst lief Simone Niggli-Luder wieder eine Klasse für sich und nahm allen 3:40 Minuten und mehr ab! Sie bleibt damit nach Gold in der Nacht-OL-Meisterschaft in dieser Saison ungeschlagen. Die Staffel- (2. September) und die Langdistanz-Meisterschaft (23. September) werden erst im Herbst ausgetragen.



Oben: Positive Gesamtbilanz für **Hannes Suhner**.

Rechts: Beste MOM-Rangierung für **Christa Ebnetter**.

Trainingslager in Chur: Höhenkurvensalat mit Kompassdressing

Das gemeinsame Trainingslager von OLG St.Gallen/Appenzell und OL Regio Wil über das Auffahrtswochenende war ein grosser Erfolg. Die Wälder in der Region Chur waren anspruchsvoll und für alle Stufen bestens geeignet.

(ma.) Man muss in den Geschichtsbüchern der OLG St.Gallen/Appenzell weit zurückblättern, um darin eine vergleichbare Veranstaltung zu finden. Zwar war im Sommer 2000 ein bunt gemischtes Team für eine Trainingswoche in die Nordwestecke vom Trentino gereist und verbrachte hinter dem Mendelpass abwechslungs- und lehrreiche Tage. Auch damals hatten Patrick und Maja Kunz die Hände im Spiel. Martin Kunz und Thomas Popp waren weitere Protagonisten. Das Trainingslager vom 17.-20. Mai 2007 im Raum Chur war als Fortsetzung vom OL-Einsteigerkurs vor Jahresfrist „offener“ gestaltet. Mangels Erfahrung wusste man in der Planungsphase nicht so recht, wie viele OLGler sich vom Angebot angesprochen fühlen, weshalb die OL Regio Wil als Partner mit ins Boot geholt wurde.

Erwartungen weit übertroffen

Die Zurückhaltung erwies sich als unbegründet. Die St.Galler/Appenzeller kamen in Scharen, schliesslich 41 an der Zahl und – was besonders erfreulich war – quer durch alle Alters- und Leistungsstufen. Eine starke Mannschaft! Von der OL Regio Wil waren ebenfalls annähernd gleich viele Personen dabei. Man kannte sich sowieso oder konnte sich in den 4 Tagen kennen lernen.

Auch Hotel ein Volltreffer

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah! Das gilt erst recht für die Trainingswälder Fürstenwald, Ils Aults, Bonaduz und Trin. Aber auch die Unterkunft im Hotel Sportzentrum „Fünf Dörfer“ in Untervaz liess kaum Wünsche offen. Einrichtung, Zweckmässigkeit, Verpflegung, Freizeitangebot – man könnte die Liste noch verlängern – verdienen gute bis sehr gute Noten. Trotz intensiven Trainings tagsüber waren am Abend beim Tennis- oder Badmintonspiel allfällige Strapazen im Nu vergessen. Auch die Jüngsten kamen auf ihre Rechnung. Zum Hotel gehörte ein toller Spielplatz mit Finnenbahn, auf der sie ihre Väter mutig zum Laufduell herausforderten. Für gute Stimmung war auf jeden Fall gesorgt. Ein herzliches Dankeschön an die Initianten und das Leiterteam!



Anspruchsvolles Trainingslager bringt alle weiter *von Samuel Schneider*

Die sport- und naturhungrigen Postenfinder waren am Donnerstagmorgen bei hoher Luftfeuchtigkeit oberhalb Churs anzutreffen. Geübt wurde einerseits das Laufen mit Attackier-Punkten, andererseits das Linienlaufen. Bei den Attack-Points ging es nicht nur um das Festlegen bestimmter Punkte, sondern auch ums Einhalten des Ampel-Systems. Weniger Geübte konnten sofort mit einer bereits vorgezeichneten Karte durchstarten,

die Profis mussten zuerst Gebrauch etlicher Farben machen, um sich die grünen, orangen und roten Wegstrecken einzuzeichnen. Bei dieser Disziplin, wie auch beim Linienlauf, konnte zwischen diversen einfachen, schwierigen, kurzen und langen Strecken ausgesucht werden. Auch der Linienlauf durch die wassergetränkte, überaus grüne Landschaft wurde zu einem Erlebnis der besonderen Art.

Höhenkurven und Kompasslaufen

Am nächsten Morgen absolvierten die beiden Vereine getrennte Läufe auf der Karte um Bonaduz, um am Nachmittag die Karten und Disziplinen zu tauschen. War es am Morgen noch angenehm kühl und nass, drückte die Sonne am Nachmittag beträchtlich und verantwortete einen ersten Prachtstag. Die St.Galler und Appenzeller übten zuerst das Laufen mit dem Schwerpunkt auf den Höhenkurven. Dies mithilfe einer Karte, auf der nur braune Signaturen eingezeichnet waren. Teils ging es steil auf die vereinzelt anzutreffenden Hügel hinauf, teils mussten kräftige Abhänge bis fast zum Rhein hinunter gemeistert werden. Im anderen Teil des Trainings konnte der Gebrauch des Kompasses geübt werden. Dazu bediente man sich einer Karte, auf der nur die einzelnen Posten mit ein wenig Umschwung sichtbar waren. Stimmt das Azimut ausnahmsweise nicht und lief man ins Leere, konnte immer noch die vollständig eingezeichnete Reservekarte als Trumpf aus dem Ärmel gezogen und eine Neuorientierung vorgenommen werden.

Postensuche im Dunkeln

Als Abschluss absolvierten am Abend 3er Teams einen kurzen aber intensiven Nacht-OL rund ums Hotel. Die Schwierigkeit bestand darin, dass nur eine Karte pro Gruppe ausgeteilt wurde. Während die einen sofort im Plenum losrannten, zeich-



neten andere grobe Krokis, um sich daraufhin aufzuteilen. Die Gewinnergruppe eignete sich den Sieg jedoch durch besonders schlaue Vorgehensweise an. Beim Wegtrennen der Notizblätter von der Karte riss dieselbe ein wenig, worauf man sofort beschloss, die ganze Karte in drei gleiche Teile zu reißen und mit entsprechend genauer Vorlage alle Posten in Rekordzeit abzustempeln.

Sprint und Grob-Fein-OL

Mit deutlich wärmeren Temperaturen bereits am Morgen konnte der Samstag auf der Triner-Karte in Angriff genommen werden. Am Vorabend hatte man sich für die gewünschte Sprintlänge eintragen können. Die Läufer des längsten Sprints starteten entsprechend als Erste. Anzufügen ist der vieldiskutierte Start, bei dem die Karte nach 70 Höhenmetern auf ei-

nem Hügel den meist atemlosen Sprintern in die Hände gedrückt wurde. Die restlichen TeilnehmerInnen versuchten sich währenddessen in einem etwas längeren Grob-Fein-OL. Dazu konnte man Techniken anwenden, die am Vorabend mithilfe eines Theorie-DVDs vermittelt wurden. Die Schwierigkeit bestand darin abzuschätzen, wie lange man aufs Gas drücken konnte und ab wann fertig mit Bolzen war. Konzentration auf Details war ab diesem Zeitpunkt lohnenswert. Anschliessend begab man sich auf den kurzen, respektive mittleren Sprint, währenddessen sich die schnellen Sprinter auf der Karte des Grob-Fein-OL orientierten. Konnten diese beiden Trainingseinheiten mehr oder weniger erfolgreich abgeschlossen werden, war der Nachmittag für persönliche Vorlieben vorgesehen. Während sich die einen am Cresta- bzw. Cauma-Sees sonnten und sich andere auf die Spuren des Bündnerischen Weines begaben, rannten die restlichen Nimmermüden auf den Dreibündenstein mit anschliessendem Schlammbad und interkulturellem Gipfel-Austausch.

Der krönende Abschluss

Der nicht minder sonnige Sonntag startete mit einem Sprint-OL, bei dem es ernst galt. Gestartet wurde auf der Karte von Ils Aults in der Nähe von Reichenau. Hier wurden die Leistungsklassen vom Vortag übernommen und ein entsprechend reibungsloser, da durchorganisierter Start, durch Maya und Pädi war garantiert. Mit einem etwas grösseren Kartenmassstab als bisher und auffälligen Steinen als Orientierungshilfe schaffte es schliesslich jeder ins Ziel, das leicht höher als der Start lag. Von dort war es ein Katzenprung zum nächsten und zugleich letzten Start, dem des Staffel-OLs. Die konkurrenzierenden Teams bestanden aus jeweils drei Mitgliedern. Diese hatten Strecken mit verhissungsvollen Namen wie Wahnsinn, Wirbelwind oder Win-Win zu bewältigen. Zudem gab es einen Zuschauerposten, den alle zweimal passieren mussten und angefeuert wurden. Dementsprechend einfacher war es für den nächsten im Team, die Ankunftszeit seines Vorläufers abzuschätzen. Auch dieser Wald zeichnete sich durch eine grosse Vielfalt an verschiedenen Geländetypen aus. Das herrliche Wetter trug das seine zu einem anstrengenden aber erlebnisreichen Lauf bei. Ziemlich abgekämpft hasteten denn auch die Meisten ins Ziel, um beim anschliessenden Mittagessen über Fehler und Erfolge der vorangegangenen Läufe zu fachsimpeln.



Lob für Organisatoren

So ging der letzte dieser vier voll gepackten Tage seinem Ende zu und langsam aber sicher machten sich auch die Sesshaftesten auf den Heimweg. Noch lange kann von diesem Trainingslager und den gemachten Erfahrungen gezehrt werden, dies vor allem dank der perfekten, reibungslosen Organisation seitens der Familie Kunz.

Eine Erfolgsgeschichte geht ins fünfte Jahr

Der Rheintaler OL-Cup stösst auch in diesem Jahr auf erfreuliches Interesse. Sowohl in Berneck wie auch in Kriessern konnten viele Einheimische dazu bewegt werden, auf Postenjagd zu gehen. In einem Monat steht der Höhepunkt auf dem Programm: Starten in Montlingen erstmals mehr als 1000 Läuferinnen und Läufer?

(ca.) Wie ändern sich die Zeiten: Es ist noch nicht lange her in der jungen Geschichte des Rheintaler OL-Cup, da hatte die gesamte Infrastruktur auf zwei Tischen Platz. Der Start rechts, das Ziel links. Ein Laptop genügte für Anmeldung und Auslesen. Bei Gelegenheit wurde dazwischen noch das Zielgetränk nachgeschenkt. Dies war bei 50 Startenden pro Lauf möglich, aber der Rheintaler OL-Cup stösst glücklicherweise mittlerweile auf deutlich mehr Resonanz. 270 Läuferinnen und Läufer in Berneck und sogar 440 in Kriessern nahmen an den ersten Läufen der diesjährigen Serie teil. Damit alles in einigermaßen geordneten Bahnen abläuft, sind wir mittlerweile auf eine ganze Turnhalle angewiesen.

Mein Dorf ist mein Schloss

Eine gute Zusammenarbeit mit anderen Vereinen aus den jeweiligen Dörfern sorgt dafür, dass nach dem OL auch eine Festwirtschaft zur Verfügung steht. „Man trifft sich“ ist ein wichtiges Argument für eine Laufteilnahme, kann doch ein Start mit der Kontaktpflege im Dorf verbunden werden. Wie sich die entsprechende Mund-zu-Mund-Werbung auswirkt, zeigt die Popularität der einfachen Plauschkategorien. Die Herkunft dieser Teilnehmer belegen, dass sehr viele vorwiegend in „ihrem“ Dorf an den Start gehen. Wenn einige sich auch noch in „fremden“ Gefilden an den Start getrauen, dann ist unsere Mission geglückt.

Zum gelungenen Start in die Jubiläumssaison des Rheintaler OL-Cup hat bisher auch das Wetter mitgeholfen. In Berneck wies das Laufgebiet einige tückische Ecken sowie feine Wege oder Gässchen auf. Genaues Kartenlesen war angesagt. Läuferische Fähigkeiten waren aber ebenso gefragt, bsp. bei einer schönen Route durch den Rebberg. In Kriessern fehlte es dagegen ein wenig an versteckten Winkeln. Viele Querstrassen, Vorplätze und Garageneinfahrten verlangten aber dennoch eine hohe Konzentration, um die richtige Abzweigung nicht zu verpassen.

Zwei Rennen verpasst – kein Problem

Fortgesetzt wird der Rheintaler OL-Cup am Mittwoch, 13. Juni, in Buechen-Staad. Da nur die besten vier Läufe in die Gesamtwertung kommen, ist die Schlussabrechnung noch völlig offen. Wer bei den ersten beiden Läufen nicht am Start war, hat somit punktemässig nichts verpasst. Hoch zu und her gehen wird es zwei Wochen später (27. Juni) beim bereits legendären Montlinger Dorf-OL. Wiederum steht angeführt von Nick Wolgensinger ein bewährtes OK bereit, welches diesen „Grossanlass“ über die Bühne bringen wird. Aus den Vorjahren ist mittlerweile bekannt, dass hier die Bezeichnung „Dorf-OL“ wörtlich genommen werden kann. Schliesslich ist dabei auch mehr als das halbe Dorf auf den Beinen! Wenn es noch ein paar mehr sind als im letzten Jahr, dann sollte dieses Mal auch die Schallmauer von 1000 Läuferinnen und Läufern geknackt werden können. Wo es das in der Schweiz sonst an einem Mittwochabend gibt?

Bilderbogen Frühling 2007



Bildlegende oben links im Uhrzeigersinn: **1. St.Geörgler Osterhasen-OL; Engelburger OL; Trainingslager Graubünden; Rheintaler OL-Cup (Kriessner Dorf-OL)**

City-Orientierungslauf Dornbirn (Vorarlberg)

Veranstalter:	Gymnaestrada / Stadtmarketing Dornbirn
Ausrichter:	SSV Dornbirn-Schoren und OLG St. Gallen/Appenzell
Organisationsleitung und Information:	Stefan Röhl, Brahmngasse 14, A-6850 Dornbirn Tel: 0043-5572-394414; stefan.roehl@fhv.at
Ort:	Stadthalle Dornbirn, Jahngasse 10, A-6850 Dornbirn
Anreise:	Anreise mit ÖV wird empfohlen Fussweg vom Bahnhof Dornbirn 800 m Für PKW stehen wegen der Gymnaestrada nur sehr eingeschränkt Parkmöglichkeiten im Zentrum von Dornbirn zur Verfügung. Parkmöglichkeiten für Helfer bei der Volksschule Dornbirn Markt, Schulgasse 42
Zeit:	Mittwoch, 11. Juli 2007 Startzeiten 15.30 - 19.30 Uhr
Karte:	Dornbirn City 1:5000 A4 Laserdruck mit Bahneindruck, ggf. Farbkopien Offen-Bahnen mit einigen Ortsbezeichnungen
Startgelder:	2 € für Schüler/Junioren (Jg. 1988 und jünger) 4 € für Erwachsene 6 € für Familien 20 € Depot für Ausleihe SPORTident-Chip
angebotene Bahnen:	Offen Kurz (Alter frei, ca. 2 km) Offen Mittel (Alter frei, ca. 3 km) Offen Lang (Alter frei, ca. 4 km) Auf den Offen-Bahnen ist der Lauf in Gruppen möglich. Schüler/Schülerinnen (Jg. 1995 und jünger) Jugend Knaben/Mädchen (Jg. 1994 - 1992) Junioren/Juniorinnen (Jg. 1991 - 1988) Herren/Damen (Jg. 1987 - 1973) Senioren/Seniorinnen 1 (Jg. 1972 - 1958) Senioren/Seniorinnen 2 (Jg. 1957 und älter) Familien (Eltern und Kinder Jg. 1992 und jünger)
Kontrollsystem:	elektronisches System SPORTident
Duschen:	vor Ort keine Duschen vorhanden Die Laufkarte berechtigt zum freien Eintritt ins Stadtbad Dornbirn (5 min Fussweg).
Versorgung:	Getränke im Ziel; keine Festwirtschaft (Angebote Gymnaestrada und vielfältige Gastronomieangebote im Stadtzentrum vorhanden)
Anmeldung:	nicht erforderlich



**Bitte auch die Helfer-
aufrufe auf den Seiten 5
und 26 beachten!
Besten Dank für die
Unterstützung.**



Sonntag 19. Aug. 2007

in Dozwil (TG)

(Wertungslauf des THURBO OL-Cups)

Organisation OL Amriswil
Laufleitung Felix Engeler
Bahnlegung Luca Egli (Bahnleger), Geri Egli (Kontrolle)
Karte OL – Karte 1:10'000, Romanshornwald, Stand: 2003

Kategorien	Einzel		Einzel oder Gruppen	
	Damen	Herren	D10 / H10	1997 u. j.
	DA, DAK	HA, HAK	Alter frei	D12 / H12 1995/1996
	DB	HB	Alter frei	D14 / H14 1993/1994
	D35	H35	1972 u. ä.	D16 / H16 1991/1992
	D40	H40	1967 u. ä.	D18 / H18 1989/1990
	D45	H45	1962 u. ä.	
	D50	H50	1957 u. ä.	OK (Offen kurz) Alter frei
	D55	H55	1952 u. ä.	OL (Offen lang) Alter frei
	D60	H60	1947 u. ä.	
	D65	H65	1942 u. ä.	
		H70	1937 u. ä.	
		H75	1973 u. ä.	
			Gruppen	
			Familien kurz	Alter frei
			Familien lang	Alter frei

Startgeld

1991 u. j.	Fr. 7.00	Sie + Er	Fr. 13.00 / Gruppe
1987-1990	Fr. 10.00	Familien	Fr. 13.00 / Familie
1986 u. ä.	Fr. 13.00	OK / OL	Nach Jahrgang

Zusätzliche Karte: Fr. 3.00

Besammlng Turnhalle Dozwil, ab 08.00 Uhr
ÖV Postautoverbindungen ab Bahnhof Amriswil: 8.16 Uhr und 10.16 Uhr
 Busbetrieb ab Bahnhof Amriswil (Nordseite): 8.50 / 9.20 / 9.50 / 10.50 Uhr
 Wer mit dem ÖV anreist, erhält bei der Anmeldung einen Rail-Check im Wert von CHF 5.- (Bahnbillett vorweisen)

Startzeit 09.00 – 12.00 Uhr Weg zum Start: 8 Min.

Anmeldung Am Lauftag bei der Besammlng

Auswertung Mit Sportident, Badge-Miete Fr. 2.–

Versicherung Ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Kinderhort Für Kleinkinder ab 6 Monaten

Schulhaus-OL Auf der aktualisierten Schulhauskarte Dozwil

Auskunft Felix Engeler, Rächlisberg 8, 8580 Amriswil, 071 411 45 85, f.engeler@gmx.ch



59. St.Galler OL (*)

Sonntag, 26. August 2007

Wertungslauf des THURBO OL-Cup

OL-Karte „Sitterwald“ 1:10'000 (Stand Sommer 2007)

**OLG
ST.GALLEN
APPENZEL**

Veranstalter	OLG St.Gallen / Appenzell		
Bahnlegung	Heinz Weber		
Kontrolle	Judith Tobler-Harzenmoser		
Kategorien	H 10 *	D 10 *	1997 + jünger
	H 12 *	D 12 *	1995 - 1996
	H 14 *	D 14 *	1993 - 1994
	H 16 *	D 16 *	1991 - 1992
	H 18 *	D 18 *	1989 - 1990
	HAL	DAL	Alter frei
	HAM		Alter frei
	HAK	DAK	Alter frei
	H 35	D 35	1972 + älter
	H 40	D 40	1967 + älter
	H 45	D 45	1962 + älter
	H 50	D 50	1957 + älter
	H 55	D 55	1952 + älter
	H 60	D 60	1947 + älter
	H 65	D 65	1942 + älter
	H 70		1937 + älter
	H 75		1932 + älter
	Offen kurz *		Alter frei
	Offen lang *		Alter frei
	Familien (mind. 1 Erwachsener + 1 Kind)		Alter frei
In den mit * markierten Kategorien kann auch zu zweit oder zu dritt gestartet werden.			
Startgeld	1991 und jünger	Fr. 9.-	Gruppen wie Einzel
	1987 - 1990	Fr. 12.-	Familien Fr. 15.-
	1986 und älter	Fr. 15.-	zusätzliche Karte Fr. 3.-
Anmeldung	am Lauftag am Besammlungsort		
Besammlung	ab 08.30 Uhr Schulhaus Steig, Wittenbach		
Startzeiten	09.30 bis 12.00 Uhr		
Auswertung	Lauf mit Sportident, Miete SI-Card für Fr. 2.- bei der Anmeldung		
Besonderes	eingedruckte Bahnen für alle Kategorien		
Öffentlicher Verkehr	Postauto ab Bahnhof St.Gallen nach Wittenbach (Haltestelle Grünau), Abfahrten 08.50 / 10.02 / 11.02; Rückfahrten siehe Aushang im WKZ Wer mit Bahn und Postauto anreist, erhält bei der Anmeldung einen Rail-Check im Wert von Fr. 5.-, gesponsert von THURBO.		
Privatverkehr	beschränkte Anzahl Parkplätze in Nähe WKZ		
Kinderhort	ab 08.30 Uhr am Besammlungsort; Spielsachen mitbringen		
Versicherung	ist Sache der Teilnehmer; der Veranstalter lehnt jede Haftung ab		
Auskunft	Mario Fässler, Kellerswiesenstr. 42, 9034 Eggersriet, 079 830 84 66 E-mail: mariofaessler@bluewin.ch		



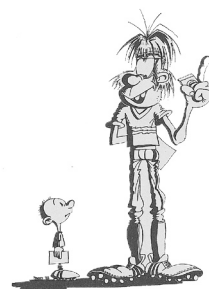
Hauptsponsor:

MIGROS

OL-Einsteigerkurs der OLG St.Gallen/Appenzell



OLG ST.GALLEN APPENZEL



August/September 2007 in St.Gallen

- ✓ **Wolltest du dich auch schon immer mit einer Karte in fremder Umgebung bewegen und dabei Spass haben? Am liebsten sogar noch zusammen mit deinen besten Freunden oder mit deiner Familie? Dann ist der Einsteiger OL-Kurs der OLG St.Gallen/Appenzell genau das Richtige für dich.**
- ✓ **Die OL-Gruppe St.Gallen/Appenzell lädt alle Interessenten jeden Alters ein, zwischen Sommer- und Herbstferien Bekanntschaft mit Orientierungslauf zu machen. Ausgebildete TrainerInnen führen in die Geheimnisse dieser faszinierenden Sportart ein. Es erwarten dich abwechslungsreiche Übungen und kleine Wettkämpfe in unmittelbarer Stadt-Nähe!**

Wann: Mittwochabend; jeweils von 18.00-20.00 Uhr
Leitung: Maja und Patrick Kunz, Demutstrasse 34, 9000 St.Gallen
Auskunft: Telefon 071 / 222 66 34; majakunz@hispeed.ch
Anmeldung: erwünscht bis **Montag, 13. August** an obige Adresse, Email, Telefon
Ausrüstung: Schuhe mit gutem Profil; roter, wasserfester Filzstift; lange Beinkleider; Kompass (falls vorhanden)
Kosten: 15 Fr. Kinder und Jugendliche
 20 Fr. Erwachsene
 30 Fr. Familien

Wann und Wo:	15. August 22. August 29. August	St.Gallen-Riethüsli, Gerhardt-Turnhalle erreichbar von Endstation Bus Nr. 5	
	05. September 12. September 19. September	St.Gallen-Rotmonten, Finnenbahn erreichbar von Bus Nr. 9, Haltestelle Gatterstrasse	
	26. September	St.Gallen-Riethüsli, Endstation Bus Nr.5	
	29. September	Gemeinsame Teilnahme am Ostschweizer OL	

Nach einem Kartenaufnehmerkurs im letzten Jahr galt es zum ersten Mal ernst: ich machte mich im Osten von St.Gallen an die Aufnahme einer neuen OL-Karte der Primarschule Oberzil mit einem Teil des umliegenden Quartiers.

Die Karte würde bei sCOOL@School anfangs Mai eingesetzt werden. Somit sollte mir genügend Zeit bleiben zur Vollendung. Mit der Instruktion vom erfahrenen Kärteler Peter Rietmann holte ich alles Mögliche an Vorlagen vom Internet herunter, brachte diese auf die Festplatte und eröffnete also meine erste OL-Karte.

Aller Anfang ist schwer

Mit schon recht detaillierten Vorlagen ging ich zum ersten Mal ins Gelände. Nur eine halbe Stunde nach Beginn vertrieb mich der erste Regenguss unter ein Vordach, glücklicherweise wie ein Balkon hoch über dem Laufgebiet gelegen. So kamen jede Menge Bänke, Treppen, Abfallkübel, Bäume und Büsche, Laternen und Wegleuchten auf die Vorlage. Alles hatte darauf Platz; ich konnte beim Aufnehmen also aus dem Vollen schöpfen.

Zuhause am Computer begann das Zeichnen mit dem OCAD-Programm. Nicht einmal mehr die Hälfte der aufgenommenen Objekte fand nun Platz auf der Karte. Ganz elegant kann man diese Symbole am PC verkleinern und damit weiterzeichnen. Stunden vergingen so bis zum ersten Probedruck. Aber da war ein Problem mit dem Kartenmassstab und die Symbole waren praktisch nur noch unter dem Mikroskop zu erkennen. Das musste ich gleich dem Peter erzählen! Er brachte dies in die richtigen Bahnen und die Arbeit konnte weitergehen, oder besser gesagt, wieder von vorne beginnen.



„Was machen Sie da?“

Die nächsten Male waren geprägt von immer besseren Erfolgen und manchen Begegnungen im Quartier. So zum Beispiel ein älterer Herr: „Soo, gibt es etwas Neues?“ Freundlich erklärte ich ihm, was ich hier mache. Und der ältere Herr: „Aber nicht, dass die Kinder dann über unsere schönen Blumen springen.“ Etwas verunsichert sah ich mir die vielen wilden Primeli an, die farbig die grossen Rasenflächen zierten: „Nein, die Schüler lernen mit der Karte, wo sie laufen dürfen und wo nicht“, erklärte ich weiter. Der ältere Herr: „Ja, sonst müsste ich da Einsprache erheben!“ Und dann ging es erst richtig los: „... und die Natelantenne auf diesem Dach, ... und die Rentenanstalt, ... und die Jungen von heute, die immer mit dem Natel telefonieren, und früher..., und ...“ Irgendwie entkam ich diesem Herrn aber nach einer Viertelstunde wieder. Die übrigen Begegnungen waren immer sehr positiv. Aber mein Zeitplan wurde immer enger. Kein Problem, dachte ich, da ich mir zwei Tage frei nehmen konnte. Dummerweise waren es genau diese zwei Tage, an denen der Winter 2006/07 stattfand. Ein halber Meter Schnee begrub alle Randsteine und Rabatten, die ganze Bodenbedeckung und überhaupt alles Kleine im ganzen Quartier während einiger Tage unter sich.

Es grünt so grün!

Je weiter nach der Schneeschmelze meine Arbeit vorankam, desto mehr entwickelte sich die Vegetation und damit auch die Grade der Laufbehinderungen. Zum Glück lassen sich im OCAD-Zeichnungsprogramm die Symbole und Farben auch so schnell ändern. Die Höhenkurven machten mir noch etwas Sorgen, da das Quartier auf einem Hügel steht, weshalb sich die Höhenkurven nach dem Rundgang um den Hügel ja wieder treffen sollten Aber auch hier zeigte mir Peter Rietmann direkt im Gelände, wie das geht, und ein freundlicher Hauswart zeichnete die Linien sogar einmal mit dem Rasenmäher in die Wiesen! Dies habe ich mir doch an so manchem OL auch schon gewünscht.



Ich hab' es geschafft!

Irgendwann einmal – die Uhr zeigte 02:30 Uhr in der Nacht – war die Karte dann fertig und heute hängt dort, wo andernorts ein VanGogh oder ein Picasso hängt, bei mir „Oberzil“. Nach meinen Erfahrungen beim Kärteln schaue ich heute mit Respekt auf Kunstwerke wie „Eggen“ oder „Trockener Steg“.

Ich möchte mich an dieser Stelle ganz herzlich bei Peter Rietmann für seine geduldige Unterstützung bedanken.



Anmerkung der Redaktion: Und jetzt auf zu neuen Aufgaben wie?

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
Degenstrasse 1, 9442 Berneck

FAX 071 / 744 64 72
info@olgsga.ch

– Helferaufrufe – Helferaufrufe – Helferaufrufe –

Mittwoch, 11. Juli 2007: City-OL Dornbirn / Gymnaestrada 2007

Wer unterstützt das Kernteam an diesem interessanten Anlass? Meldungen nimmt Stefan Röhl entgegen. Wunschtermin: **bis 25. Juni 2007**. Siehe Ausschreibung auf Seite 20. Besten Dank!

Sonntag, 26. August 2007: 59. St.Galler OL / Sitterwald

Mario Fässler als Laufleiter ist froh, wenn sich alle Mitglieder bei ihm melden und mitteilen, ob sie als Helfer zur Verfügung stehen oder nicht. Wunschtermin: **bis 6. August 2007**. Siehe Ausschreibung auf Seite 22. Besten Dank!

– Info – Anmeldung – Info – Anmeldung – Info –

ARGE 2007 Vorarlberg vom 13./14. Oktober 2007

Die Ausschreibung wird allen Mitgliedern sofort per E-Mail zugestellt. Wer die Info per Post wünscht, muss dies beim Präsi anmelden. **Termin: 30. Juni 2007.**

„Berner Weekend“ vom 22./23. September 2007; Nationaler OL / EOM

Wer an einer gemeinsamen Unterkunft interessiert ist, meldet sich bis Ende Juni 2007 beim Präsidenten. **Diese Anmeldung gilt als verbindlich!** Die Laufanmeldung ist Sache jedes einzelnen Teilnehmers.

Resultatspiegel März-Mai 2007

1.Nat.OL, 25.März; Schönegg/BL

HAL	28.	Christoph Ammann
HAK	6.	Sandro Domeisen
H35	7.	Stefan Röhl
H40	40.	Roland Lussmann
H50	7.	Mario Ammann
H55	6.	Hannes Suhner
H65	7.	Peter Rietmann
H18	24.	Sandro Lussmann
	32.	Lorenz Elmiger
DE	5.	Monika Fässler
	--	Rahel Ammann
D45	4.	Monika Ammann
D50	5.	Christa Ebnetter
D70	2.	Vre Harzenmoser
D16	7.	Franziska Dörig

St.Galler sCOOL-Cup, 28.März.; Staad

OS K	3.	Simon Rüegg/Tobias Zbinden
	9.	Jonas Wälter/Raphael Wälter
OS M	1.	Mirjam Hellmüller
5/6 K	9.	Lukas Gemeinder
4 K	1.	Lukas Deininger
4 M	2.	Angela Welz

2.Nat.OL, 1.April; Lauferberg/SH

HAL	20.	Christoph Ammann
HAM	18.	Michael Huber
HAK	13.	Sandro Domeisen
H40	54.	Roland Lussmann
H50	6.	Mario Ammann
	46.	Toni Heim
H55	9.	Hannes Suhner
	41.	Erich Brauchli
H60	21.	Ruedi Kellenberger
H65	9.	Mario Fässler
	17.	Peter Rietmann
H18	29.	Sandro Lussmann
D45	12.	Monika Ammann
D50	7.	Christa Ebnetter
D70	1.	Vre Harzenmoser
D16	10.	Franziska Dörig
D12	23.	Angela Welz
OL	12.	Lorenz Elmiger

SM Sprint-OL, 12.Mai; Lugano

HAL	17.	Christoph Ammann
	21.	Thomas Zuberbühler
HAM	8.	Michael Huber
HAK	14.	Sandro Domeisen
H35	10.	Rolf Wüstenhagen
	16.	Stefan Röhl
	23.	Roland Deininger
H40	1.	Patrick Kunz
H50	10.	Mario Ammann
H55	4.	Hannes Suhner
H60	23.	Ruedi Kellenberger
H65	5.	Peter Rietmann
H10	21.	Lukas Deininger
DE	26.	Monika Fässler
	32.	Rahel Ammann
DAL	4.	Maiann Suhner
D35	5.	Maja Kunz-Harzenmoser
	24.	Rita Deininger
D45	7.	Monika Ammann
D50	10.	Christa Ebnetter

SM Mitteldistanz, 13.Mai; Taverne

HAL	28.	Christoph Ammann
	29.	Thomas Zuberbühler
HAM	29.	Michael Huber
HAK	8.	Sandro Domeisen
H35	16.	Roland Deininger
	17.	Rolf Wüstenhagen
	18.	Stefan Röhl
H40	16.	Patrick Kunz
H50	26.	Mario Ammann
H55	9.	Hannes Suhner
H60	--	Ruedi Kellenberger
H65	31.	Peter Rietmann
H10	16.	Lukas Deininger
DE	10.	Monika Fässler
	41.	Rahel Ammann
DAL	28.	Maiann Suhner
D35	14.	Maja Kunz-Harzenmoser
	--	Rita Deininger
D45	17.	Monika Ammann
D50	7.	Christa Ebnetter

Tätigkeits-/Trainingsprogramm Sommer/Herbst 2007

Tag	Datum	Was / Wann	Wo	Leitung/ Auskunft	Wann Besammlung Mitfahrgelegenheit *
Sa	9.6.07	ROLV-Staffel	Herisau	OLG SGA www.olgsga.ch	ROLV NOS- Vereinsmeisterschaft
Mi	13.6.07	Rheintaler OL-Cup	Buechen-Staad	Mario Ammann 071 744 64 71	17.30-19.00; 1) Sportanlagen Bützel Buechen
Mi	20.6.07	Kartentraining	Hirschberg	Heinz Weber 071 330 03 85	18.00; 2) AB-Haltestelle Rietli Gais-Starkenmühle
So	24.6.07	Fünferstaffel	Boowald	OLG Cordoba	
Mi	27.6.07	Rheintaler OL-Cup	Montlingen	Mario Ammann 071 744 64 71	17.30-19.00; 1) Schule Montlingen
Mi	4.7.07	Abschluss-OL	Eggen	Maja Kunz 071 222 66 34	18.00 Schützenhaus Demuts- trasse 33, SG-St. Georgen
Mi	15.8.07	1. Wiler Abend-OL		OL Regio Wil www.olregiowil.ch	2)
Mi	22.8.07	Rheintaler OL-Cup	Marbach	Mario Ammann 071 744 64 71	17.30-19.00; 1) MZH Amtacker Marbach
So	26.8.07	St.Galler OL	Sitterwald	OLG SGA www.olgsga.ch	ROLV NOS- Einzelmeisterschaft
Mi	29.8.07	2. Wiler Abend OL		OL Regio Wil www.olregiowil.ch	2)
Mi	5.9.07	Rheintaler OL-Cup	Heerbrugg	Mario Ammann 071 744 64 71	17.30-19.00; 1) Oberstufe Mittelrheintal Heerbrugg
Mi	12.9.07	Kartentraining	Sitterwald	Maja Kunz 071 222 66 34	18.00 Finnenbahn Gatter- strasse, SG-Rotmonten
Sa	15.9.07	Thurgauer OL	Bättershausen	OLG Kreuzlingen	ROLV NOS- Vereinsmeisterschaft
Mi	19.9.07	Kartentraining	Sitterwald	Maja Kunz 071 222 66 34	18.00 Finnenbahn Gatter- strasse, SG-Rotmonten
Mi	26.9.07	Schluss-Training	Ringelberg	Maja Kunz 071 222 66 34	18.00 Schützenhaus Demuts- trasse 33, SG-St. Georgen
Sa	29.9.07	Ostschweizer OL	Aumühle	thurgorienta www.thurgorienta.ch	ROLV NOS- Vereinsmeisterschaft

* Mitfahrer melden sich bitte bis Dienstagabend bei Rita Deininger (r.deininger@hispeed.ch)!

- 1) Treffpunkt für Mitfahrer: **17.00 Uhr**; Busendstation Riethüsli (745 533 / 253 000)
- 2) Treffpunkt für Mitfahrer: **17.30 Uhr**; Busendstation Riethüsli (745 533 / 253 000)

Anlaufstelle für Fragen: Damian Tanner, Technischer Leiter
damian.tanner@bluewin.ch; 079 233 34 33