



LÖCHLISAMMLER

 **LV
ZUG**



Wurst ist nicht gleich Wurst.*

*Unsere sind hausgemacht!

RINDERLI ★★★★★

Marcel Rinderli

Metzgerei

Mattenstrasse 4

6300 Zug

Telefon 041 711 33 22

Telefax 041 711 33 23



Mitteilungsblatt der OLV Zug (Orientierungslauf-Vereinigung Zug), erscheint viermal jährlich in einer Auflage von 220 Exemplaren.

Redaktion:

Kathrin und François Borner,
Flurstrasse 6, 6332 Hagendorn,
041 781 05 81,
borner.family@bluewin.ch

Patricia Schönenberger,
Waldeggstrasse 8a, 6314 Unterägeri,
041 750 69 19,
patricia@beautymountain.ch

www.olv-zug.ch
www.loechliteam.ch

In dieser Ausgabe:

- 2 Editorial
- 4 Agenda
- 6 Ausschreibungen
- 10 Interview Sandrine
- 16 diverse Berichte
- 32 Löchliseite
- 33 Bericht Löchliweekend
- 36 Das bin ich
- 38 Resultate, "Wüssed Sie scho...?"

Ausgabe	Redaktionsschluss
4 / Dezember	7. Dezember
1/ März	15. März
Änderungen vorbehalten!	

Der Vorstand der OLV Zug

Präsident	Dani Pfulg	041 720 43 35
Kassier, Vizepräsident	Stefan Hess	041 760 69 15
Aktuarin, Chefin Wettkämpfe	Cornelia Müller	041 760 69 15
Public Relations	vakant: Hat jemand Lust?	
Nachwuchs	Michael Nussbaumer	079 644 59 55
sCOOL/J+S-Coach	Urs Rubitschon	041 750 60 25
Umwelt und Behörden	Roland Zahner	041 781 14 41
Karten	Markus Gloor	041 761 74 70

Adressänderungen: An die Redaktion des Löchlisammlers
Bankverbindung: Zuger Kantonalbank, 6300 Zug, Konto 00-721.791-09
Verkauf Dress: Pfulg Uta, P 041 720 43 35
Verkauf Karten: Schönenberger Christoph, P 041 750 69 19, G 041 750 90 00
christoph@beautymountain.ch

Liebe Clubmitglieder,
liebe Leserinnen und Leser

Lange ist es her, seit ich an dieser Stelle als Präsident ein paar Worte an euch gerichtet habe. Wenn ich mich richtig erinnere, dann war das 2005, nachdem wir den Zuger OL absagen mussten. Und noch ein bisschen länger ist es her, am 4. April 2003 um genau zu sein, da habe ich an meiner ersten OLV-Vorstandssitzung teilgenommen. Sime hatte gerade mal eine WM-Goldmedaille und war gerade fleissig daran sich auf die WM im eigenen Land vorzubereiten. Und genau diese WM stand unter anderem auch auf unserer Traktandenliste.

Nun, wenn man rechnet, dann kommt man auf fast sieben Jahre, in welchen ich den Vorstand der Orientierungslauf-Vereinigung Zug als Präsident habe führen dürfen. Vielleicht ist führen etwas das falsche Wort, koordinieren trifft wohl eher auf meine Tätigkeit in den letzten Jahren zu. Die Aktivitäten des Vorstands sowie der vielen aktiven Mitglieder haben in den vergangenen Jahren zu einigem Koordinationsaufwand geführt. In den vergangenen Jahren habe ich mich aber auch immer mal wieder nebenbei als Laufleiter und Bahnleger versucht und dabei immer wieder festgestellt, dass mir dies eigentlich auch viel Spass bereitet.

Nach einigem Hin- und Herüberlegen und die wachsende Familie vor Augen habe ich mich anfangs 2009 entschlossen, auf die nächste Generalversammlung hin eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger zu suchen. Es war klar, dass dies ein nicht allzu leichtes Unterfangen ist. Nur zu gut kannte ich ja die Situation, die dazu geführt hat, dass ich das Amt übernommen habe. Im Vorstand entstand eine Liste von möglichen Kandidaten, welche als mögliche Nachfolger angefragt wurden. Ein grosser Stein ist mir vom Herzen gefallen, als sich aus der Reihe der Kandidaten mit Peter Clerici ein Nachfolger herauskristallisierte, welchen wir euch an der nächsten Generalversammlung zur Wahl vorschlagen dürfen. In einer Schnupper-Vorstandssitzung, mit einer unendlich langen Traktandenliste, haben wir ihn davon überzeugen können, dass es ihm in der nächsten Zeit als Präsident nicht langweilig werden wird.

Zum Titelbild:

- Sandrine Müller auf Erfolgskurs: Als Jüngste an die EYOC und gleich zwei Goldmedaillen! Mehr im Interview auf Seite 10.
v.l.n.r.: Lisa Holer, Marion Aebi, Sandrine Müller

Foto: Peter Borner



Ich selbst werde mich auch nicht ganz in den OL- Ruhestand begeben, sondern habe mir 2-3 Projekte vorgenommen, welche ich in den nächsten Jahren angehen werde. Sei dies als Laufleiter für den Frühlings-OL oder dann im Jahr 2012, in welchem wir mit den Kollegen der OLG KTV Altdorf zusammen einen nationalen OL auf den Gemsfären im „Tüfels Fridhof“ durchführen möchten. Doch dazu später sicher mehr.

Ich wünsche euch einen gelungenen Endspurt für die Saison 2009.

Dani Pfulg

Meldungen:

Drei «Sonderfälle»

Gleich drei Auszubildende haben ihre Lehrabschlussprüfung als Geomatiker mit Erfolg bestanden, jeder quasi als Sonderfall.

Benny Kunz aus Ottenbach hat beim Ingenieurbüro gpw in Affoltern eine vierjährige Lehre absolviert; in seiner Lehrzeit sind zwei Beinoperationen gefallen. Der ebenfalls aus Ottenbach stammende Adrian Chirco hat bei Schenkel Vermessungen AG, Zürich, seine Ausbildung durchlaufen und konnte bei gpw im letzten Halbjahr das noch ausstehende Wissen in der amtlichen Vermessung erarbeiten.

Monika Weber, als dipl. Kulturingenieurin ETH seit mehreren Jahren bei gpw tätig, hat sich in einer abgekürzten Lehre zusätzlich zur Geomatikerin ausbilden lassen und die Abschlussprüfung mit einem Glanzresultat von 5.7 Notenpunkten abgeschlossen. Mitarbeitende und Geschäftsleitung gratulieren herzlich.

Von Gusti in einer Lokalzeitung vom Säuliamt aufgestöbert.



Geomatiker von links: Benny Kunz, Adrian Chirco und Monika Weber. (Bild zv.g.)

Austritte:

- Keller Simon
- Schädler René und Emanuela mit Deborah und Dominik
- Schneider Balthasar

Adressänderungen:

- Brunner Markus, Staffelenweg 19, 4460 Gelterkinden, 061 981 26 08
- Weber Elia, Holzhäuserstrasse 7, 6313 Menzingen



Agenda

freitags*	Hallentraining, 20.00-22.00 Uhr
18.10	9. Nationaler, TOMILA
25.10.	ZJOM Schlusslauf, Kernwald, Kerns
08.11.	TOM, Hasenberg, Spreitenbach
13.11.	Swiss O Gala, Casino, Zug
22.11.	Unihockeyturnier, OLG Goldau
28.11.	Clubfest, Fuhrwerk Cham siehe Ausschreibung, Seite 6
05.12.	3. Samichlaus OL, Steinhauserwald siehe Ausschreibung, Seite 7
2010	
09.01.+ 10.01.	OLV Zug-Skiweekend siehe Ausschreibung, Seite 8
27.02.	GV 2010
26.04- 01.05.	Löchlilager, Gwatt bei Thun Ausschreibung folgt im nächsten LS
02.05	Zuger Frühlings OL, Cham

*Nach den Herbstferien bis zu den Frühlingsferien findet im Schulhaus Kirchmatt in Zug ein Hallentraining statt. Alle Mitglieder (Erwachsene und Jugendliche) sind dazu herzlich eingeladen.

Vereinsaktivitäten «cool and clean» bei der OLV Zug

«cool and clean» (C&C) ist das grösste nationale Präventionsprogramm im Sport. «cool and clean» steht für sauberen und fairen Sport. Die Zielgruppe von «cool and clean» sind Jugendliche im Alter zwischen 10 und 20 Jahren und deren Leiter.

Die OLV Zug unterstützt auch in diesem Jahr aktiv «cool and clean» (C&C). In diesem Jahr haben wir folgende Aktivitäten bereits durchgeführt oder sind noch in Planung:

- Vorstellung von C&C an der Generalversammlung
- Schulungen über C&C im Löchlilager
- Einlaufen mit C&C-Themen bei den Löchli-Trainings
- Besprechung und Sensibilisierung des Vorstandes und der Löchlileiter über C&C
- C&C-Beiträge in der Vereinszeitschrift (Löchlisammler)
- Aufschaltung der Vereinsaktivitäten über C&C und Verlinkung zur C&C-Homepage
- Präsentation von C&C an Wettkämpfen der OLV Zug mit Fahnen, Banderolen und alkoholfreien Getränkeausgaben über C&C-Bar.



C&C-Fahnen am Nat. OL in Unterägeri

C&C-Bar am Nat. OL in Unterägeri

Unser Nachwuchs (Löchlis) macht zudem auch beim Wettbewerb «Sport rauchfrei» mit und setzt sich damit für einen tabakfreien Sport ein. Mit dem Unterschreiben und Einhalten des Ehrenkodex «Sport rauchfrei» erhält jedes Teammitglied ein brandneues und kostenloses «cool and clean»-Badetuch.

1001 Nacht



Clubfest ÖLV Zug

Wann? Sa, 28. November 2009, ab 17:30 Uhr
Wo? jác fuhrwerk, Ländenham (Ökíhof)
(675 990 / 227 760)

Anmelđung bis: So, 1. November 2009
martin.buergi@satazug.ch
Martin Bürgi, Eichwaldstr. 12, 6300 Zug

Wir kommen! _____ (Name, Anz. Ki/€w)

Wir bringen mit: ☐ Salat ☐ Dessert / Kuchen



3. Zuger Samichlaus OL Training für alle

Ort, Datum	Samstag, 5. Dezember 2009, im Steinhauserwald
Besammlng	Steinhauserwaldhütte Keine Garderobe, keine Duschen, WC vorhanden Limitierte Anzahl Parkplätze vorhanden, danach bitte Parkplätze des Schulhauses Sunnegrund benutzen (markiert mit OL-Flagge), Weg zum Besammlungsort ca. 1'000 Meter, Aus- und Einlad bei der Hütte möglich
Start und Ziel	bei der Besammlng Start von 12.30 bis 14.30 Uhr
Strecken	<u>Samichlaus-OL:</u> ca. 3 km, ziemlich kinderwagentauglich, unterwegs verteilt der Samichlaus den Kindern ein Säckli <u>mittel:</u> ca. 4 ½ km <u>lang:</u> ca. 6 km
Auswertung	Sport-Ident
Startgeld	gratis Kollekte für die Chlaussäckli (Wir beziehen diese von der Zugerischen Werkstätte für Behinderte.)
Anmeldung	an Ort Der Samichlaus will wissen, wie viele Säcke er parat machen muss, darum bitte Anzahl melden an Info bis Freitag, 27. November 2009.
Informationen	Coni Müller, Tel. 041 760 69 15 oder coni.mueller@bluewin.ch



Skiweekend Lenzerheide



Einladung zum Skiweekend

Im ruhig gelegenen Pradotel Churwalden-Lenzerheide haben wir 30 Betten reserviert. Vor der Haustüre des Pradotels kann man direkt auf die Ski oder das Snowboard stehen und ab auf die Piste. Das Pradotel liegt am Fuss des Skigebietes Pradaschier und ist mit den Skigebieten Lenzerheide und Rothorn direkt verbunden. Ebenfalls in unmittelbarer Nähe des Pradotels findet man Schlittelwege, Winterwanderwege, Langlaufloipen, das Snowliland mit Uebungslift und Zauberteppich für unsere Kleinsten usw.

Datum Samstag/Sonntag, 9./10. Januar 2010

Unterkunft Pradotel Churwalden-Lenzerheide, www.pradotel.ch
(Mehrbettzimmer, Einzelduschen, WC auf jeder Etage)

Kosten für Uebernachtung, Abendessen und Frühstück

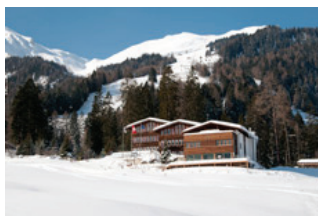
- Erwachsene	Fr. 60.--
- Jugendliche 13 – 16 Jahre	Fr. 50.--
- Kinder 6 – 12 Jahre	Fr. 44.--

Diese Preise gelten bei Benützung des eigenen Schlafsackes. Es kann aber auch Bettwäsche für Fr. 10.— gemietet werden.

Auskunft bis 26. Oktober 2009 an Coni Müller

Anmeldung Tel. 041 760 69 15, coni.mueller@bluewin.ch

Wir freuen uns auf viele Anmeldungen!



OLV Zug Berglauf



Das Motto

Lieber eine Wurst auf dem Grill, als eine Flasche am Berg.

Der Bericht

- Die Schweizer Landeskarten sind auch nicht mehr das, was sie einmal waren.
- Nächstes Jahr schnappe ich ihn!
- Yeah! Sieger mit 365 Tagen Vorsprung.
- Podestplatz dank optimaler Materialwahl.
- In dieser schönen Landschaft läuft es sich von alleine, auch auf kurzen Beinen.
- Noch nie so schnell dank einheimischer Konkurrenz.

Geschrieben von den Leuten auf den Fotos. Wer hat was gesagt?

(Lösung: Gian-Reto, Marius, Julian, Stefan, Andrea, François)

Die Rangliste

Diretissima, 2.5 km, 505 Hm

1. Julian Hodel 29.02 min

Medium, 6.0 km, 535 Hm

1. François Borner 37.16 min

2. Marius Hodel 37.20 min

3. Stefan Hess 39.39 min

4. Gian-Reto Schaad 41.34 min

Dabei waren diejenigen, die wussten, dass Petrus uns dieses Jahr nicht so im Stich lassen würde, wie vor einem Jahr.



Ein Interview mit Sandrine Müller

von Marianne Thöni, freie Mitarbeiterin der Löchlisammlerredaktion



Sandrine, herzliche Gratulation zu deinen zwei Goldmedaillen an der EYOC in Serbien. Diese Erfolge sind umso bemerkenswerter, als du sie ja in der Kategorie D-16 feiern konntest. Wie kam es überhaupt dazu, dass du als D-14 Läuferin an die EYOC mitfahren durftest?

Da ich doch schon längere Zeit OL laufe, sind die Bahnen bei D-14 für mich häufig sehr einfach. Kommt noch dazu, dass ich auch oft gewinne. So habe ich begonnen, an regionalen Läufen D-16 zu starten. In dieser Kategorie sind die Bahnen für mich interessanter und es gibt auch mehr Konkurrenz.

Am ZesOLNaK Kaderzusammenzug im Januar machte mich dann unser Trainer darauf aufmerksam, dass ich versuchen könnte, mich für die EYOC zu qualifizieren.

Dies bedeutete für mich, dass ich begann, auch mal an einem Nationalen D-16 zu laufen. Da war ich dann doch überrascht, dass ich auch dort so gute Resultate erbrachte. Anschliessend folgten dann die drei Testläufe.

Und welche Chancen hast du dir nach den Testläufen ausgerechnet?

Ich habe schon gehofft, dass es mit der Teilnahme klappen würde. War ich doch an allen Testläufen immer in den ersten vier klassiert und es durften bei D-16 ja vier Läuferinnen mitfahren. Allerdings wurde im Vorfeld klar kommuniziert, dass bei gleichwertigen Resultaten die älteren Läuferinnen bevorzugt würden.

Und wie hast du erfahren, dass du selektioniert wurdest?

Die Selektionen wurden im Internet bekannt gegeben. Mein Vater hat mich dann über Mittag in der Schule angerufen und es mir mitgeteilt. Da habe ich mich schon sehr gefreut!

Wie hast du dich dann auf deinen ersten internationalen Einsatz vorbereitet?

Anfangs Juni gab es für alle Selektionierten ein Vorbereitungswochenende. Vorher haben wir einen Fragebogen bekommen, den wir ausfüllen mussten. Da mussten wir unter anderem angeben, welche Ziele wir für die EYOC haben und ob wir in der Staffel eine bestimmte Strecke bevorzugen. Dann gab es an diesem Wochenende ein Teamgespräch. Dort habe ich auch erfahren, dass ich in der Staffel mitlaufen darf und auf der Startstrecke eingesetzt werde.

In der Staffel können ja nur drei Läuferinnen starten und ihr wart aber zu viert. Wie wurde bestimmt wer zuschauen musste und war die Startstrecke deine Wunschstrecke?

Die besten drei der Testläufe durften starten und da war ich mit dabei. Ich habe im Voraus angegeben, dass ich keine bestimmte Strecke bevorzuge. Und da die andern beiden nicht unbedingt auf den Start wollten, wurde mir die erste Strecke zugeteilt.

Welche Ziele hast du dir für die Einzelrennen gesetzt?

Also in erster Linie ging es mal darum, internationale Erfahrung zu sammeln. Rangmässig wollte ich unter die ersten 20 laufen.

Dein erster Einsatz war das Langdistanzrennen. Wie ist es dir da gelaufen?

Überhaupt nicht gut. Zu Beginn machte ich einen kleinen Fehler und wurde darum von der nach mir gestarteten Läuferin eingeholt. Diese wollte ich dann wieder abhängen und dann ist mir beim 7. Posten ein riesiger Fehler unterlaufen, der mich sehr viel Zeit kostete.

Wie warst du mit deinem Rang zufrieden?

Ich wollte ja in die ersten 20 laufen und wurde dann 32. Da war ich dann doch ziemlich enttäuscht. Allerdings wusste ich ja schon, warum es nicht geklappt hatte!

Und wie hast du es geschafft, diese Enttäuschung wegzustecken?

Am Abend gab es ein Gespräch mit der Psychologin Andrea Binggeli. Da gingen wir nochmals kurz auf den Lauf ein und so habe ich es dann geschafft, den Lauf unter dem Kapitel „Erfahrungen sammeln“ beiseite zu legen. Anschliessend ging es dann um die Staffelvorbereitung.

Was war deine Taktik für die Staffel?

Wir haben besprochen, dass ich das Rennen langsam angehen soll. Es war ausgemacht, dass ich als eine der hinteren beim Startpunkt ankommen soll, dafür musste ich aber zu diesem Zeitpunkt schon genau wissen, welche Route ich zum ersten Posten wählen würde.

Anschliessend sollte ich einfach versuchen, einen sicheren Lauf hinzulegen.

Der Start hat gut geklappt und bis zum vierten Posten war ich mit anderen Läuferinnen zusammen. Auf dem Weg zum Posten 5 schlugen die alle eine andere Richtung ein. Ich hatte beim 5. Posten etwas Glück. Von diesem Zeitpunkt an war ich alleine unterwegs. Ich hatte keine Ahnung, ob die andern Läuferinnen vor oder hinter mir waren. Umso grösser war dann die Freude, als ich im Ziel erfuhr, dass ich als erste zurückgekommen war!

Und wie hast du den Rest der Staffel miterlebt?

Marion Aebi auf der 2. Strecke hatte keinen besonders guten Lauf und wir fielen etwas zurück. Lisa Holer auf der 3. Strecke legte aber einen tollen Lauf hin, so dass wir zum Schluss eindeutig gewannen. Da wir genügend Vorsprung hatten, konnten wir sogar zu dritt ins Ziel einlaufen.

Und dann habt ihr gefeiert?

Na ja allzu viel Zeit zum Feiern blieb uns nicht, da ja noch der Sprint anstand. Die Siegerehrung mit der Landeshymne zusammen mit den beiden andern war aber schon ein tolles Erlebnis. Vor allem weil ich das bei meinem ersten Einsatz überhaupt nicht erwartet hatte! Und natürlich haben wir dann schon noch auf unsern Erfolg angestossen!

Und als Abschluss kam ja noch das Sprintrennen! Hast du dir nach dem guten

Staffelrennen Chancen auf eine so gute Platzierung ausgerechnet?

Nein. Mein Ziel war unverändert ein Platz unter den besten 20.

Du hast das Rennen ja bei einer Laufzeit von 9 Minuten und 11 Sekunden mit 4 Sekunden Vorsprung gewonnen. Da muss dir ja ein super Lauf gelungen sein!



Wie hast du diesen Lauf erlebt?

Also zunächst hatte ich ziemlich Respekt vor diesem Lauf. Ich wusste, dass die ersten Posten auf einem Skihang ausgesteckt waren und dann die zweite Hälfte im Dorf. Die ersten Posten bin ich sicher ange laufen und auch den Übergang ins Dorf schaffte ich gut. Da gab es dann eine Routenwahl und ich war mir nicht sicher, ob ich die richtige Entscheidung getroffen hatte. Es stellte sich aber heraus, dass beide Routen ziemlich gleichwertig waren. Ja und dann begann das lange Warten. Ich hatte ja eine frühe Startzeit und darum dauerte es lange bis mein Sieg feststand. Während des Auslaufens habe ich natürlich schon immer wieder zur Leinwand mit den Zeiten geschie lt...



Mit ausrangiertem Postauto in Serbien unterwegs.

Hast du nach deinem Lauf geglaubt, dass es für einen Platz auf dem Podest reichen würde?

Ich wusste, dass ich einen guten Lauf hatte. Und schon bald habe ich gesehen, dass einige gute Läuferinnen nicht an meine Zeit herankamen. Da begann ich schon zu hoffen, aber dass es dann gleich für den Sieg reichte, ist genial!

Und wieder standest du zuoberst auf dem Siegerpodest! Kannst du eigentlich die Landeshymne? Hast du mitgesungen?

Ja, die erste Strophe kann ich. Beim Staffelfrennen als wir zu dritt waren, haben wir auch ganz laut gesungen. Auch beim Sprint habe ich mitgesungen allerdings etwas leiser. Ich wäre mir einfach komisch vorgekommen nur so dazustehen ohne zu singen. Auch an diesem Tag war ich ja zudem nicht die einzige Schweizerin auf dem Podest. Lisa Holer holte sich den 3. Platz.

Wie hast du dich im Team als Jüngste eigentlich gefühlt?

Es war überhaupt kein Problem, dass ich jünger war. Wir hatten einfach während der ganzen EYOC eine tolle Stimmung im Team.

Den Höhepunkt dieser OL Saison hast du jetzt ja schon hinter dir. Und hier an der SOW hast du bei D-14 auch die ersten fünf Etappen gewonnen und der Gesamtsieg ist dir nicht mehr zu nehmen. Welche Ziele hast du für den Rest der Saison?

Eigentlich wäre ich hier an der SOW gerne D-16 gelaufen. Doch leider konnte ich mich nicht mehr ummelden. Mein Ziel ist es die Jahreswertung bei D-14 zu gewinnen. Darum werde ich an den Meisterschaften in der Kategorie D-14 starten. An den anderen Läufen werde ich wohl meistens bei D-16 starten.

Jetzt haben wir viel über deine Erfolge gesprochen. Erfolge kommen ja nicht von alleine. Trainierst du regelmässig?

Seit diesem Jahr mache ich Lauftraining. 1-2 Mal pro Woche gehe ich joggen. Vorher habe ich dies nie gemacht. Dazu kommt jede Woche das Löchlitraining und dann natürlich die Kaderzusammenzüge und Lager des ZesOLNaK. Aber ich mache einfach ganz viele verschiedene Sportarten und das ist natürlich auch Training.

Welche Sportarten übst du denn sonst noch aus?

Seit vier Jahren spiele ich zweimal pro Woche Handball. Im Winter spiele ich auch die Meisterschaft.

Dann mache ich auch mit meinem Vater und meiner Mutter ganz viel Sport. Letzten Winter war ich z.B. mal an einem Skitourenrennen und auch an Ski OLs nehme ich teil. Dazu kommen noch Velo fahren und Bike OLs.



Bleibt dir da nebst dem Sport und der Schule auch noch Zeit für andere Hobbys?

Ja schon. Ich lese gerne Bücher und vor einiger Zeit habe ich das Geocaching entdeckt. Zusammen mit Kolleginnen schauen wir im Internet, wo Schätze versteckt sind. Mit dem GPS machen wir uns dann per Velo und zu Fuss auf die Suche. Bevor ich in die Ferien fahre, habe ich auch schon nachgeschaut, ob es dort einen Schatz gibt. So haben wir auch schon in Tunesien Schätze angepeilt. Wir haben auch geplant in der Umgebung von Ägeri selber einen Schatz zu verstecken.

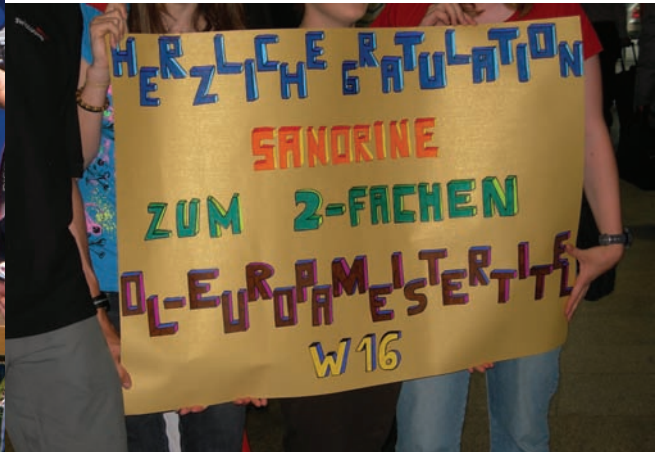
Nochmals zurück zum OL. Erinnerst du dich eigentlich an deinen ersten OL und hat es dir von Anfang an Spass bereitet?

Nein, an meinen ersten OL erinnere ich mich nicht. Das war wohl irgendein Schnur OL. Später habe ich dann einfache Wegliläufe bestritten. Ich fand den OL von Anfang an cool und obwohl ich viele Sportarten mache, war für mich klar, dass der „Fuss OL“ mein Schwerpunkt ist.

Was sind deine Ziele für nächstes Jahr?

Zum einen möchte ich definitiv in der Kategorie D-16 Fuss fassen und dort natürlich vorne in der Rangliste mitmischen. Dann möchte ich natürlich wieder an der EYOC teilnehmen. Ich schaue mich jetzt auch nach einem persönlichen Betreuer um. Da bin ich jetzt mit jemandem im Gespräch, möchte das aber noch für mich behalten, solange es nicht definitiv ist!

Vielen Dank Sandrine, dass du dir die Zeit genommen hast für dieses Interview! An dieser Stelle möchten wir dir nochmals herzlich zu deinen tollen Erfolgen gratulieren und dir für die private wie auch die sportliche Zukunft alles Gute wünschen!



Clubstaffel vom 1. Juli 2009, Steinhauserwald

von Elia Weber

Um 17.30 Uhr trafen wir uns beim Steinhauserweiher. Als alle da waren, wurden die Mannschaften ausgelost und die Aufgaben verteilt, die vor dem Lauf zu lösen waren. Dabei ging es ziemlich ungerecht zu und her, denn manche mussten einander Geschichten vorlesen, andere mussten Seil springen, und wieder andere mussten zeichnen. Ebenfalls gab es noch die Aufgaben wie: Einmal um den Weiher rennen oder warten bis alle weg sind und natürlich den Joker: Dort konnte man als Erste/Erster loslaufen. Um die Anzahl Posten zu bestimmen, welche man anlaufen musste, musste man bei den Erwachsenen auf viele Punkte achten, bei den Kindern zählte das Alter. Nach dem Lauf konnte man sein Mitbringsel essen. Nachher war es leider schon vorbei mit der Clubstaffel 2009. Vielen Dank an alle, die mitgeholfen haben, diesen tollen Anlass zu organisieren!



ZesOLNak Sommerlager

17

Damit unsere Vereinsmitglieder auch etwas von den Tätigkeiten des Zentralschweizer OL Nachwuchskaders (ZesOLNak) erfahren, wurde ein Bericht des Sommerlagers verfasst:

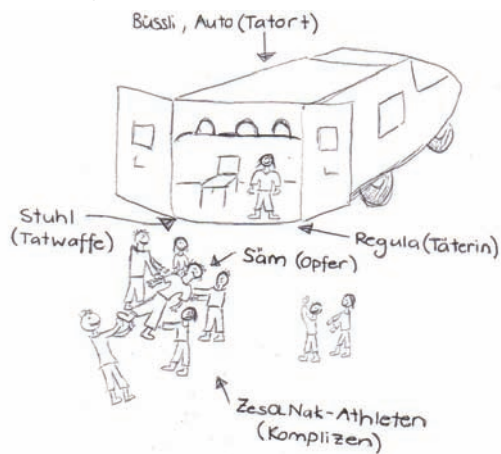
Hinreise: Zürich ab 10. Juli 09, Ljubljana an 11. Juli 2009, 8.20 Uhr, 40' Min Verspätung. Danach fuhren wir mit Büslis weiter nach Idrija. Primož wartete da schon auf uns. Er hiess uns alle mit einen lauten „Challo“ (Die Slowenen schaffen das „H“ nicht auszusprechen) in der Jugendherberge Idrija willkommen. 18 ZesOLNak- Athleten und 6 motivierte Leiter musste er 6 Nächte lang beherbergen. Er half uns wenn nötig, führte uns durch das Quecksilberbergwerk Idrija und unterhielt uns.

Trainiert haben wir natürlich auch. Ruppige, aber sehr schwierige Wälder liessen uns doch recht aufwändige Suchaktionen starten. So wurde noch manches Fein-OL Training zu einer grossen Auffangübung. Slowenisches Gelände sollte eigentlich allen bekannt sein. (Auf ein Loch folgt eine Doline, dann eine Senke,

ab und zu ein Felsbrocken und wieder Doline, Doline, Doline, Senke, Felsloch, Doline, Bär...) Der Höhepunkt war der XTREMOR, ein offizieller OL-Wettkampf in Slowenien. Am Freitag hiess es Abschied nehmen von Primož. Wir wechselten die Unterkunft nach Nazarje.

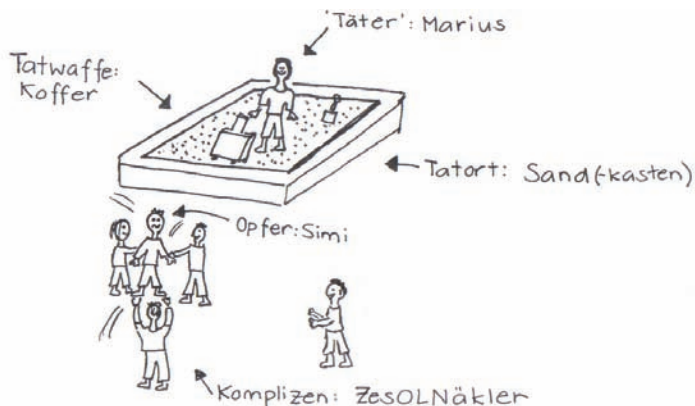
Teilnehmer des OO-Cups 2007 kennen unser nächstes Ziel: Die Burger-Ranch, Wettkampfbereich damals. Ach ja, und noch was. Bevor wir in der Burger-Ranch ankamen besuchten wir noch Ljubljana. Die einen besuchten dort das erste Mal einen McDonalds.

Das Gelände wechselte plötzlich am neuen Ort. Plötzlich war alles turboschnell



Mordbeispiel 1





Mordbeispiel 2

nächtlichen Aktionen. In der Burger Ranch hatte ein Hochzeitspärchen ein äusserst lautes Fest gefeiert. Da die einen Mädchen nicht schlafen konnten, machten sie sich auf den Weg, bepackt mit Kissen und Decke, in Richtung Appartements der Jungs. Nach 20 Minuten starkem Gepolter an den Türen der 3 Appartements wachte Bubi (Marco) als einziger auf! Zum Glück! Er liess sie herein und sie schliefen auf dem sehr harten Boden, geplagt von Mücken. In der nächsten Nacht musste Bubi wiederum einigen Mädchen Einlass gewähren, weil sie den Schlüssel im Zimmer vergessen hatten und so nicht mehr ins Hotel hereinkamen. Sie hatten jetzt aber einen höheren Komfort, denn sie durften aufs Sofa. Bubi musste sich mit dem Klappbett begnügen.

belaufbar, schwierig war es immer noch. Auch das Wetter kehrte. Es regnete aus Kübeln während den ersten 2 Trainings. Doch der nächste Tag war wiederum wolkenlos.

Das Essen war fein, allerdings ein bisschen umständlich serviert. Wir assen über 1.5 h z' Nacht... Das Hotel war etwas nobler als die Jugendherberge.

Ja, also sicher noch spannend waren unsere



Idrija, Nazarje (Slowenien)

19

Leider hatten wir im ganzen Lager einige Tote zu beklagen. Aber bitte nicht auf so ein östliches Klischee zurückgreifen, die Slowenen waren sehr freundlich. Für die Toten müssen wir uns selber verantworten. Wir spielten das Mörderlispel, in welchem es darum geht, eine zugestellte Person mit einem zugestellten Gegenstand an einem zugestellten Ort zu ermorden. Also zum Beispiel: Marius musste Simi am Strand mit einem Koffer ermorden. Es war oft etwas Fantasie gefragt. (z.B. am Strand!) und auch etwas Mut. Man wird doch etwas komisch angeschaut, wenn man vorübergehend eine Verkehrstafel ausgräbt und diese dann zum Opfer zu tragen. (Für alle, die sich über den letzten Satz empörten, keine Angst, die Verkehrstafel steht wieder und es gab auch wegen der fehlenden Stopptafel keinen Unfall). Und alle unsere Ermordeten konnten sich durch den motivierten Einsatz während dem Lager ein zweites Leben verdienen um zu Hause niemanden zu erschrecken.

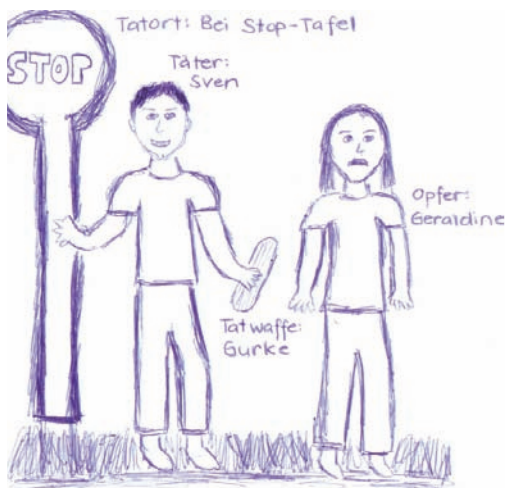
Viel Spass und Lachen war auch am Abschlussabend angesagt. Wenn die Verkäuferin Geraldine einen 50 Platz Car verkaufen sollte, und die Zuschauer meinen, es ist ein Toitoi – WC, ist Lachen vorprogrammiert. Alle anderen Spiele, die sich die 6 ältesten ZesOLNäcker ausgedacht haben, waren auch sehr witzig.

Nach der langen Zugfahrt und der obligaten Versteigerung der letzten Esswaren von Regula kamen wir in Zürich an, und das ganze Team verstreute sich. Ende des Lagers in Slowenien...

Texte geschrieben von diversen ZesOLNäcker, Fotos von allen.



Mordbeispiel 3



Mordbeispiel 4

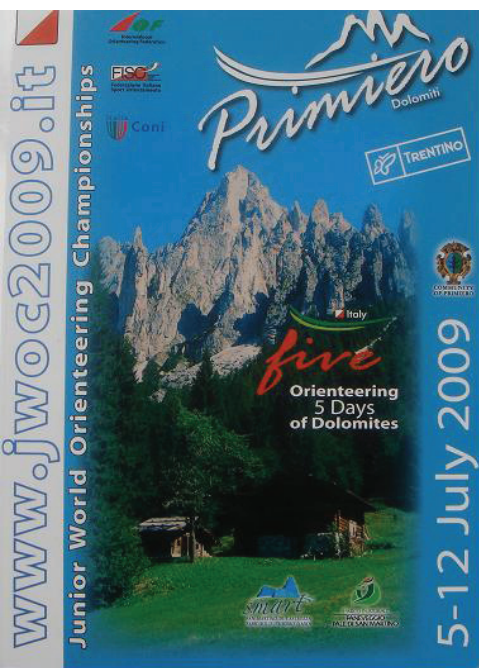
Die Freaks am JWOC in den Dolomiten

von Markus Frigo

Zum 20 Jahre-Jubiläum wählten die Freaks den 5-Tage OL in den Dolomiten. Unser Debüt gaben wir 1990 in Jicin / Tschechien und es folgten Einsätze in Finnland, Schottland und mehrmals in Frankreich und Italien. Selbstverständlich genossen wir auch die „Mehrtägeler“ in der Schweiz, wobei eindeutig die Swiss-O-Week von Zermatt als Toperlebnis gilt. Bereits zum vierten Mal steuerten wir nun das italienische Trentino an und wagten uns ins lieblich-ruppige Dolomitengebirge, in welchem gleichzeitig die Junioren OL-Weltmeisterschaften stattfanden. Die Ur-Freaks Ernst Moos, Sepp Pfulg, Bruno Rigert, Markus Frigo begleitet von Franz Keller liessen sich vom imaginären Reisebüro Freaksol AG in einer bäumigen Limousine in die südlichen Gefilde führen. Auf 700 Meter Höhe in Fiera di Primiero bezogen wir Quartier und erstmals konnten wir uns für Halbpension entscheiden. So entfielen – vor allem zu meinem Vergnügen – die sonst üblichen Diskussionen „wo gömmer hüt go ässe?“. Weitere Zuger waren die Familien Grimm und Oswald, die auf 1700 Meter in San Martino di Castrozza allerdings fast erfroren, sowie die Bieris und Moosbergers.

Wer hätte gedacht, dass wir schon am ersten Tag, noch bevor unsere Wettkämpfe begannen, im Sprint mit Matthias Kyburz und Martin Hubmann einen Weltmeister und einen Silbermedaillengewinner beklatschen konnten. Da unsere Etappen immer parallel zu den Junioren WM-Läufen stattfanden, konnten wir diese gut verfolgen. Im Val Canali, im Laufgebiet unseres fünften Laufes, fanden die Staffel Wettbewerbe statt, die überraschend Gold für die Schweizer Damen und Silber für die Schweizer Herren ergaben. Erfreulich, dass wir auf dem Dorfplatz von Primiero gar noch die Schweizer Nationalhymne hören konnten. Dass unsere drei erfolgreichen Juniorinnen die Nationalhymne besser mitsingen konnten als jeweils unsere hochprofessionellen multikulti Tschütteler erstaunte uns allerdings nicht.

Unsere Resultate bewegten sich etwa in den Erwartungen, immerhin brachten alle Freaks in allen Wettkämpfen einen vollen Postenbadge ins Ziel; erwähnenswert aus Freakssicht ist aber der 17. Rang von Sepp Pfulg im 80er Feld der H65. Die beiden 11. Ränge von





Michi Oswald als OL-technischer Berater der Freaks

Stolz nehmen die Freaks an der Siegerehrung des Sprint-OLs JOWC teil und applaudieren Junioren-Weltmeister Matthias Kyburz

Michael Oswald und Heinz Oswald bei der Elite respektive H60 waren die besten OLV Zug-Resultate. Das traditionelle freaksche Kulturprogramm fand dieses Jahr eher auf Sparflamme statt, doch liessen wir uns von unserem Geologen Franz interessante Auskünfte zur Geologie der Dolomiten erklären. Was uns allerdings erstaunte wie unexakt dieses Fachgebiet ist, konnte Franz uns doch nicht sagen, ob die Dolomiten nur 40 Millionen oder gar 50 Millionen alt seien, ein Trost für alle Berufe der Geisteswissenschaften, die bekanntlich auch nicht immer sehr exakt sind. Ein Ausflug auf die fast 3000 Meter hohe Hochebene des Monte Roseta sowie ein interessanter Boccia Match rundete das Kulturprogramm ab. Trotz durchzogener Wetterlage reiht sich auch diese Freaks-Tour ehrenvoll in die Galerie unserer sagenumwobener Mehrtagesläufe ein.

«Wüssed Sie scho ...?» – Spezial aus dem Trentino

Aufgeschnappt und aufgezeichnet von Ernst Moos

Wie Markus Frigo an anderer Stelle dieser Löchlisammler-Ausgabe berichtet war eine stattliche Zahl von OLV Zug Mitgliedern am «5 giorni delle Dolomiti» am Start. «Wenn einer eine Reise tut, so kann er was erzählen» trifft auch in diesem Fall zu. Deshalb wird von den allerwichtigsten Ereignissen dieses Anlasses nachfolgend berichtet.

- Die erste Etappe des 5-Tägelers fand in Mezzano auf rund 700 m.ü.M am unteren Ende des Valle di Primiero statt. Kurz vor Abmarsch zum Start stellte Peter Grimm, genannt Pé, fest, dass seine OL-Schuhe am oberen Ende des Valle di Primiero, in seinem Hotelzimmer in San Martino, auf 1700 m.ü.M. friedlich ruhen. Hektisch erstand er am vorhandenen OL-Shop ein Paar neue Schuhe. Auf

die Frage, was seine Gattin Verena zur erheblichen Kürzung des Ferienbudgets meine, redete er sich mit «die alten Schuhe wären sowieso bald aus dem Leim geraten» heraus.

- Wer mit Bruno Rigert reist, der weiss, dass er sich laufend an faulen Sprüchen ergötzen kann. Als beim Frühstück im Hotel die Flüssigkeit, mit der man den Kaffee aufzuhellen pflegt, aus einer komplizierten Maschine herausgelassen werden musste, meinte er, das sei keine Milch, sondern verdünntes Tip-Ex, das im Computerzeitalter ja nicht mehr für den ursprünglichen Zweck gebraucht werde.
- Von den OL-Einsätzen nicht mehr sehr begeistert, meinte Bruno, nächstes Jahr mache er am 5-Tägeler nur noch die Trainingsläufe und übernächstes Jahr komme er nur noch als Chauffeur der Freaks mit. Dann erwarte er aber eine schicke Uniform.
- Als am Nachbartisch im Hotel eine nicht sehr schlanke Dame aus dem grossen Kanton von ihrer langen, beschwerlichen Velofahrt nach Italien berichtete, äusserte Bruno grösstes Bedauern. Bedauern nicht etwa mit der nicht sehr schlanken Dame, sondern mit deren Velosattel.
- Im gleichen Hotel wie die Freaks war auch OL-Läufer und Luzerner Ständerat Konrad Graber (OLV Luzern) mit seiner Frau Andrea untergebracht. Weil Ständerat Graber neben dem OL-Engagement damals bekanntlich Präsident der CVP-Findungskommission für einen neuen Bundesrat war, meldeten sich die fünf Freaks bei ihm gleich als Bundesratskandidaten an mit der Begründung, so gut wie die jetzigen könnte es auch ein Freak-Bundesrat. Beim Erscheinen dieses Löchlisammlers wird bekannt sein, ob es einer der Freaks am 16. September in den Bundesrat geschafft hat.
- Den Berichterstatte dieses «Wüssed di scho...?» drückte der Schuh. Der OL-Schuh, auf dem Weg zum

Bruno - Selbstbildnis mit Cola



Freaks mit Ständerat Koni Graber, Luzern, dem Chef der Bundesratsfindungskommission CVP. Tipp der Freaks: Burkhalter, Tipp Graber: Schwaller. Wer hat gewonnen?



Start der vierten Etappe. Bei einem als Sitzbank geeigneten Holzlager wurde die Ursache des Schuhdrückens behoben und erleichtert zum Start marschiert. Minuten vor der Startzeit stellte ich das Fehlen des Kompasses fest. Nachdem mit verzweifelter Händegestik geklärt war, dass der fehlende Gegenstand nicht ein «Compasso» sondern eine «Bussola» ist, übergab der hilfsbereite Startchef freudig lächelnd ein Ersatzgerät. Die Nachsuche nach dem Lauf ergab, dass der Lupenkompass noch friedlich auf dem Holzlager ruhte.

- Die OL-Woche «5 giorni delle Dolomiti» war durch nasskaltes Wetter geprägt. Das in San Martino auf 1700 m.ü.M. untergebrachte OL-Volk fror selbst in ihren Hotelzimmern. Schlimmer hatten es natürlich die wie immer zahlreichen Zeltler. Michi Oswald klagte denn auch bitterlich, dass die Kleider im Zelt überhaupt nicht trocknen, sondern in der feuchten Luft eher noch nasser werden. Dass er in der Elite-Kategorie trotzdem ein hervorragendes Ergebnis erzielte mag daran liegen, dass er jeweils viel Trost entgegen nehmen durfte, nicht von Mami, sondern – wie nebenstehende Foto zeigt – von einer andern sympathischen, weiblichen Person.
- Die Startzeiten am «5 giorni delle Dolomiti» waren nicht gut koordiniert. So kam es, dass auch Familien und Ehepaare bezüglich Startzeiten weit auseinander gerissen wurden. Was macht man, wenn der eine Teil sich bereits auf der nasskalten OL-Bahn abmüht, der andere Teil aber noch 3 bis 4 Stunden auf den Start warten muss? Für Ehefrauen kein Problem, man hockt in eine warme Beiz und schwatzt über die Ehemänner. So auch zwei OLV Zug Damen. Die eine fand, ihr Mann esse doch gut und viel und nehme leider doch nicht an Gewicht zu. Die andere meinte, dass sich bei ihrem Mann die Ernährung eins zu eins in Kilogramm Körpergewicht umsetze, was eigentlich eher zuviel sei. Den Damen sei empfohlen, beide Männer gleichzeitig zu betrachten und den Durchschnitt der Körperrundungen der Männer zu nehmen, dann liegt ihr richtig. (NB. Aus Diskretionsgründen werden die Namen der beiden Damen an dieser Stelle nicht genannt, die über ihre Ehemänner Pé und Heinz berichteten).

Ein kulinarisches Experiment mit neugewonnenen Erkenntnissen

von Kathrin Borner

Frankreich, die Nation mit dem gesündesten BMI (Body-Mass-Index) scheint zu wissen, was Leib und Seel am besten tut. Wir, Karin und Urs, Kathrin, Christoph und Sonja, entschieden uns trotzdem am Vorabend der 1. Etappe für Italienisch, da die Menukarte dieses Landes auf Kohlehydratladungen spezialisiert ist, was in Fachkreisen zu einer optimalen Wettkampfvorbereitung gehört.

Mit prallgefüllten Glycogenspeichern starteten wir zur 1. Etappe. Den zwei Meter hohen Farnwäldern waren wir aber nicht gewachsen und unsere Zeiten reichten fast bis in die Steinzeit zurück. Wir waren alle völlig auf dem Hund und kamen total energielos ins Ziel, die Superresultate nirgends.

Um unserer Frustration Herr zu werden, wählten wir fürs Nachtessen Amerikanisch: Hamburger, Ketchup, Steak, Pommes und Co...einfach herrlich, dazu noch Coke, Wein und Bier und zum Dessert eine süsse Junk-Bombe.

Und siehe da, entgegen aller bislang veröffentlichten Studien übertrafen die Resultate am nächsten Tag die höchsten Erwartungen: Klarer Sieg für Karin und

Sonja, deutliche Steigerung von Kathrin. Die männliche Testgruppe Urs und Christoph waren zwar wieder irgendwo im Mittelfeld, die Zeitkluft zum Sieger war erfreulicherweise nicht mehr ganz so klaffend gross. Fazit: Frauen vermögen bei entsprechender Ernährung ihre Leistung um ein Vielfaches zu steigern, Männer besitzen diesbezüglich ein geringes Potenzial, das sich vernachlässigbar klein auf das Klasselement auswirkt.

Ob Karin die Dopingkontrolle heil überstanden hätte, bleibt dabei ungeklärt. Sie erzählte uns beim Nachtessen (diesmal waren wir in Mexiko!), dass sie in einer verborgenen Ecke im Supermarché ein Getränk namens Dark Dog entdeckt habe, das sie vor dem Start noch runterkippte. Während ihres ganzen Laufes fühlte sie sich wie beflügelt und flog buchstäblich vom Start bis ins Ziel.

So ein Gefühl wollten wir alle auch und bevor wir zum Hotel zurückgingen, deckten sich ein paar von uns mit Dark Dog ein. (Es muss sich hier um einen Verwandten des uns allen



bekannten Red Bulls handeln. Der genaue Inhalt ist uns aber nicht bekannt).

Energiegeladen wagten wir uns an die 3. Etappe. Urs, Karin und Christoph in der positiven Versuchsgruppe (unter Einfluss von Dark Dog), Kathrin und Sonja ohne Energybooster. Und hier die Resultate: Urs und Christoph vermochten ihre Leistung nicht zu steigern und blieben irgendwo im Mittelfeld. An dieser Stelle eine wissenschaftliche Erläuterung von Christoph: „Wäre da am Verpflegungsposten noch eine zweite Dose gestanden, wäre sicher alles anders gekommen!“ Karin fällt wider Erwarten ein paar Plätze zurück. (Hast du etwa vor dem Start 2 Büchsen getrunken?!)

Fazit der Dark Dog-Testgruppe: Eine richtige Dosierung ist unerlässlich! Zu viel oder zu wenig vermässelt den gewünschten Effekt.

Und hier noch die Cool and Clean-Vergleichsgruppe: Kathrin steigert sich weiter und findet sich auf dem 4. Platz. Sonja siegt klar und holt sich den Gesamtsieg! Somit wirken auch mexikanische Gerichte bei weiblichen Testpersonen günstig auf die Performance, jedoch nicht in Kombination mit Dark Dog!

Unser Experiment konnte leider nur an drei Tagen durchgeführt werden. Danach versuchten wir, in Paris den Franzosen etwas näher zu kommen und ihr *Savoir Vivre* zu ergründen. Da dieses Kapitel ohne OL war, konnte die Studie „Ernährung und OL-Erfolge“ nicht weitergeführt werden.



Quiz

Was seht Ihr auf folgendem Foto?



- a) Teilnehmer einer Schifffahrt, kurz bevor sie sich übergeben müssen?
- b) Gruppenfoto der Kandidaten am Wettbewerb für den schönsten Hinterteil?
- c) Zuschauer am Bärengaben-Gehege im Tierpark Goldau?



Muotataler Wetterfrösche oder die wettertaugliche Serviercrew?



Die VIP-Serviercrew an der SOW

Diese SMS-Tagesberichte hat die zu Hause gebliebene OL-Läuferin S. (ihre Gedanken sind kursiv gedruckt) von der SOW-Teilnehmerin M. erhalten:

Sonntag

M: Habe trotz Regen nicht gekniffen.

S: *Ich bereue es noch nicht.*

Montag

M: Ich war noch nie nach einem OL so dreckig wie heute.

S: *Ich bereue es immer noch nicht.*

Dienstag

M: Habe B. nie eingeholt, war aber froh, dass ich sie zwischen all den Steinen immer wieder sah.

S: *Wäre sicher total schön gewesen.*

Donnerstag

M: Bin am Morgen früh an dir vorbeigeflitzt. Bin zum ersten Posten schon in die Schnitz, zu wenig auf die Karte geschaut. Habe L. + S. eingeholt. Aber zu dritt unterwegs ist ja auch nie gut. Schöner Lauf, Abfahrtslauf.

S: *Fange ich es langsam an zu bereuen?? Als ich die Läufer im Laufgelände beobachtet habe, da juckte es mich doch ein bisschen.*

Freitag

M: Meine Herausforderung des Tages: Bin unmittelbar vor dem ersten Posten ausgerutscht und dabei ist OL-Karte in ein ca. zwei Meter tiefes enges Karstloch gefallen. Zu eng für mich um sie wieder rauszuholen. Tja, habe mich mal auf die Suche nach langen Ästen gemacht. Irgendwie habe die Karte so halb nach oben auf einen Absatz gebracht, habe mich dann so tief es geht in das Loch hineingequetscht und die Karte zwischen die Füsse eingeklemmt. Immerhin konnte ich so noch fertig laufen ... dumm gelaufen!

S: *Was wäre wohl meine Herausforderung gewesen?*

Samstag

M: Nochmals gleicher Wald ohne weitere Zwischenfälle.

S: *Ich würde sagen, ich bin sicher in Flims dabei!*





Swiss O Week im Muotatal



5. NATIONALER OL
30. AUGUST 2009
UNTERÄGERI ZG

HÜRITAL

OLV
ZUG



Helping Hands





Zuger OL, Steinhausen





Michi paddelt



Lynn fährt Trottnett



Philippe auf dem Velo
Andrea rennt



Das gesamte Team



Dorfstafette in Unterägeri



Michelle spielt Dart



Milena schwimmt



Wer rastet, der rostet... Während der Wintermonaten findet freitags jeweils von 20-22 Uhr ein Hallentraining statt im Kirchmattschulhaus Zug. Willkommen sind alle, Erwachsene und Löchlis ab ca. 14 Jahren.

Deine nächsten Termine:

25.10.	ZJOM Schlusslauf, Kernwald, Kerns
08.11.	TOM
22.11.	Unihockeyturnier, Goldau
28.11.	Clubfest, Fuhrwerk, Cham
05.12.	Samichlaus OL, Steinhauserwald
26.04-	Löchlilager, Gwatt bei Thun
01.05.2010	

weitere Winteraktivitäten sind geplant

Genauere Infos folgen per Mail und/oder Löchli-Newsletter



Die Löchlileiter:

Michi Nussbaumer,	079 644 59 55,	michi.nu@loechliteam.ch
Flurina Hodel,	041 711 64 62,	flurina.hodel@bluewin.ch
Kathrin Borner,	041 781 05 81,	kathrin@loechliteam.ch
Urs Rubitschon,	079 765 51 88,	urs@loechliteam.ch
Christoph Schönenberger,	078 713 67 45,	christoph@loechliteam.ch

Löchliweekend, St. Gallen



Löchli-Weekend in St. Gallen

von Bianca Pretor

Hallo, ich bin Bianca Pretor, 16 Jahre alt, Austauschschülerin aus Rumänien, und seit 8. August 2009 bei Familie Schönenberger in Unterägeri wohnhaft. Ich habe zum ersten Mal am Löchli-Weekend und an einem Orientierungslauf teilgenommen.



Um 8.40 Uhr haben wir, 5 Erwachsene sowie 24 Jugendliche und Kinder, uns beim Bahnhof Zug getroffen. Um 8.58 Uhr ist der Zug nach Zürich abgefahren und während der Fahrt habe ich mit Sonja, Mirta und Simone Karten gespielt. In Zürich haben wir den Zug gewechselt und sind nach St. Gallen weitergefahren. Der Zug hatte ein Spielabteil und die Kleinen hatten grossen Spass daran. Als wir in St. Gallen angekommen sind, haben wir das Gepäck in der Gepäckaufbewahrung abgegeben und uns in Gruppen unterteilt für den Foxtrail, die spannendste Schnitzeljagd der Schweiz. Meine Gruppe bestand aus Mirta, Yves, Nick, Bruno und Urs als Leiter. Zum ersten Posten hat unsere Gruppe das Appenzeller-Bähnli genommen. In mehreren Tannen mussten wir Früchte suchen, die nicht in den Wald passen, und die Namen ergaben einen Hinweis auf den nächsten Posten. In einem Restaurant mussten wir ein Brötchen abholen. Dort drin war ein Zettel versteckt mit dem Hinweis, wo wir als nächstes hingehen werden. Wir sind weitergewandert bis zu einer Holzbeige. Das Holzstück, das eine Fuchsspur drauf hatte, nahmen wir hinaus und plötzlich ertönte eine Stimme, die uns mitteilte,



dass wir den Fuchs verpasst hätten und wo wir weitersuchen müssen. Nachdem wir den Bus verpasst hatten, holte uns die Gruppe mit François auf. Ein anderer Posten war bei einem Weiher mit Enten. Im Schnabel einer Plastikente steckte ein Zettel mit einem Hinweis. Im Hotel Walhalla teilte uns die Empfangsdame mit, dass wir den Fuchs ganz verpasst hätten und als Trostpreis haben wir einen Sack mit Guetzli erhalten.

Bei der Klosterkirche war Treffpunkt für alle Löchlis. Einige wollten noch shoppen, die anderen zurück in die Jugendherberge zum Spielen. Ich bin mit Milena, Eliane, Sandrine, Simone, Anja und Andrea in ein Einkaufszentrum gegangen.



Dort haben ein paar Mädchen komische Kleider probiert. Zur vereinbarten Zeit sind wir mit dem Trogener-Bähnli auch zurück zur Jugi gefahren. Weil wir zu viel redeten, haben wir unsere Haltestelle zur Jugendherberge verpasst und wir mussten eine Station weiter aussteigen. Zum Glück kam kurz darauf ein Bähnli in die Gegenrichtung und wir konnten wieder zurückfahren.

In der Jugi spielten wir Tischtennis und Slackline. Das ist eine Trendsportart ähnlich dem Seiltanzen, bei der man auf einem Gurtband balanciert, das zwischen

zwei Befestigungspunkten gespannt ist. Schwierig! Danach hat Karin die Zimmerzuteilung bekannt gegeben und ich habe mit Milena, Mirta, Géraldine und Simone ein Zimmer bezogen. Nach dem Nachtessen haben wir geredet und den Match Schweiz - Griechenland angeschaut.

Am Sonntag hat uns Michi um 7.45 Uhr geweckt. Dann haben wir gefrühstückt und uns draussen getroffen. Vor

dem Losmarschieren haben wir ein lustiges Foto auf einem Kletterrondell gemacht. Wir sind danach mit dem Bus nach Rotmonten an den Engelburger OL gefahren. Nach der Anmeldung haben wir uns umgezogen und dann sind alle zusammen an den Start gelaufen. Ich bin mit Patricia „Offen lang“ gelaufen. Es war ziemlich anstrengend, kreuz und quer durch den Wald zu laufen. Schön war der Weg entlang der Sitter. Nachdem alle zurückgekommen waren, haben wir etwas gegessen. Um 14.00 Uhr sind wir müde mit dem Bus und Zug wieder heimgefahren. Mir hat das Weekend sehr gefallen! Danke an Organisatorin Karin und alle Leiter!



D12



Lynn Mösch

Ich bin geboren am 21.11.1998 und gehe in Hagedorn in die 5. Klasse.

Ich bin vor zwei Jahren durch den Sportfachkurs zum OL gestossen und habe dieses Jahr kaum an einem Anlass gefehlt.

Mein grösster Erfolg? Ich konnte an der Kidsstaffel mit Rahel und Sonja ein gutes Resultat feiern und möchte in Zukunft einmal eine Meisterschaft gewinnen.

Meine anderen Hobbies (nebst dem OL natürlich)? Ich reite und turne noch sehr gerne.

Hoffentlich begegne ich einmal einem Fuchs und ja keinem Wolf, während ich durch einen schönen schwedischen Wald renne. Das wäre super.

Das wichtigste an einem OL-Wettkampf ist ganz einfach, dass man mitmachen kann. So haben auch jüngere und ältere Personen ihren Spass.

D16



Mirta Niederhauser

Ich besuche die dritte Sekundarschule in Steinhäusern und habe meine Lehrstelle als Geomatikerin bereits im Sack. Am 01.11.1994 bin ich geboren und bin seit 2006 im Löchliteam. Klarinette Spielen, Lesen und Sport allgemein sind meine übrigen Freizeitbeschäftigungen.

Ich bin Mitglied im Zesolnak und bin an nationalen Wettkämpfen schon in die Top 10 gelaufen. Ich möchte weiterhin im Zesolnak bleiben und auch an den Schweizermeisterschaften Top 10 Plätze erreichen. Am wichtigsten ist mir allerdings, Spass am OL zu haben.

Am liebsten möchte ich einmal in Skandinavien OL machen und einen Fuchs beobachten können. Einem Elch oder Wildschwein begegne ich aber lieber nicht.

Mir gefällt am Löchliteam: Das tolle Lager, die netten Leute und die super Aktivitäten.

Das Löchliteam stellt sich vor

37

Simone Hotz D16



Ich werde am 19.10. 16 Jahre alt, wohne in Baar und mache eine Lehre bei der Credit Suisse mit Berufsmatura.

Meine Nachbarn, Familie Schifferle, haben mich vor etwa fünf Jahren motiviert im OL mitzumachen.

Ich mache OL nicht um zu gewinnen, sondern einfach um Spass zu haben. Ich mag es am Löchliteam, weil so viele lustige, hilfsbereite, erfolgreiche und freundliche Teilnehmer unterschiedlichen Alters dabei sind, denn es nervt mich, wenn ich einen Posten eine Ewigkeit suche und dann jemand vorbei rennt, der mir nicht weiterhilft.

Neben dem OL gefällt mir auch noch das Singen und allgemein die Musik. Ebenfalls fahre ich gerne Ski oder treffe meine Freunde.

Hoffentlich werde ich einmal diesem Insekt, von welchem Milena im OL-Lager gestochen wurde, begegnen. Es würde mich schon wunder nehmen, wie es wohl wirklich ausgesehen hat. Ein Wildschwein möchte ich lieber nie zu sehen bekommen.

Ich möchte gerne einmal im Norden OL machen. Dort soll es sehr schön sein.

H12



Yves Schönenberger

Mein Name ist Yves und ich bin am 25.10.1998 zur Welt gekommen. Ich gehe momentan in Unterägeri in die 5. Klasse.

Ich mache bereits vier Jahre OL. Meine Familie hat mich zum OL gebracht.

Mir gefällt am Löchliteam besonders, dass man sich mit Kollegen trifft und Spass in der Natur hat. Neben dem OL mache ich noch Volleyball, Fussball, Unihockey und ich spiele Klavier. Ich konnte meine grössten Erfolge in der ZJOM-Punktliste feiern. 2006 wurde ich zweiter, 2007 und 2008 dritter in meiner jeweiligen Alterskategorie.

Mein Ziel ist es, immer besser zu werden. Ich mag es, wenn ich im Wald Dachse, Füchse, Rehe und Hasen treffe. Doch hoffentlich begegne ich nie wieder einem Wildschwein.

Auch ich würde gerne einmal in Schweden OL machen.

4. Nationaler OL

20 Juni, Stadt Feldkirch

D14 1. Sandrine Müller
DB 3. Simone Brönnimann

4. Nationaler OL

4. Milchsuppe Abend OL

19. Aug., Schutt

B 1. Patrick Hegglin

Schweizer Meisterschaft

MOM

21. Juni, Göfis (A)

H75 2. Walter Bickel
H45 1. Oli Buholzer
D14 1. Sandrine Müller
D12 2. Sonja Borner
D40 2. Coni Müller

Swiss O Week, Gesamt

2.-8. Aug., Muotatal

H70 1. Gusti Grüniger
H75 1. Walter Bickel
D40 1. Coni Müller
D14 1. Sandrine Müller

Aargauer 3-Tage OL, Gesamt

14.-16. Aug., Leutwil

H16 1. Joël Borner
H75 1. Walter Bickel

1. Dachseiner Bike-O

22. Aug., Cholfirst

H17 1. Patrick Hegglin

5. Nationaler

30. Aug., Hürital

HAK 2. Stefan Moos
D40 1. Coni Müller
D14 1. Sandrine Müller
D12 2. Sonja Borner

5. Nationaler OL

ZJOM

Schaffhauser OL

22. Aug., Hohenklingen

H75 1. Walter Bickel

Schweizer Meisterschaft

Bike-O CH-Meisterschaft Middle

5. Sept., Stabio-Valmorea

H17 2. Patrick Hegglin

Biel-Seeland OL

6. Sept., Schaltenrain

H65 1. Ernst Spirgi

Engelburger OL

6. Sept., Sitterwald Süd

H65 1. Walter Bieri

H18 1. François Borner

D18 1. Sandrine Müller

D16 1. Geraldine Müller

Zimmerberg OL

6. Sept., Entlisberg

H60 1. Heinz Oswald

SPM

12. Sept., Stadt Willisau

H75 1. Walter Bickel

D14 1. Sandrine Müller

D12 2. Sonja Borner

LOM

13. Sept., Schmidwald-Horben

H45 1. Oli Buholzer

H75 1. Walter Bickel

D14 1. Sandrine Müller

D35 2. Brigitte Grüniger H.

bussola/Argus Bike-O

19. Sept., Chestenberg

D17 Sandrine Müller

9. TMO

20. Sept., Alpe Cava

D18 Sandrine Müller

Zuger OL

20. Sept., Steinhauserwald

FamK 1. Patricia und Serafine Moeri

D12 1. Lynn Mösch, Joëlle Girardin, Sonja Borner

D16. 1. Milena Rubitschon, Mirta Niederhauser

H12 1. Yves Schönenberger, Elia Weber, Frederic Moeri

S+EL 1. Thomas und Ursula Wey

DAK 1. Verena Grimm, Silvia Troxler

DAL 1. Heike Girardin, Coni Müller

HAL 1. Heinz, Michi und Christian Oswald

sCOOL 1. Oliver und Dominik Moos

Am 5 Tägler im Muotathal war die Glattalp wohl eine der grössten Herausforderungen. Dieser stellte sich auch PeMü aus U. Diesen traf ich, während ich mich dank später Startzeit in reizender Begleitung zweier Damen den Berg hoch wuchtete. Auf die Frage, wie es denn so gelaufen sei, kam die Antwort „Ziemli verschisse“. Die Schmiererei wurde mir dann wie folgt erklärt: „Neben dem grossen Glattalpsee waren zwei kleine Seelein auf der Karte aufgezeichnet. In Wirklichkeit waren jedoch die beiden kleinen Seelein zu einem See zusammengewachsen. Da die direkteste Laufroute genau durch diesen „vergrösserten“ See ging, habe ich mir gedacht, dass es so tief ja nicht sein kann, weil es ja nach der Karte eigentlich zwei Seen sein müssten. Also lief ich durch die Mitte des Sees. Leider kam das Wasser immer höher, bis ich schliesslich den Rest der Strecke durch den See schwimmend zurücklegen musste. Dabei ist auch noch die Brille nass geworden und „sauber“ habe ich den nächsten Posten in den Sand gesetzt...“. Ja, lieber PeMü aus U., was lernt man daraus? Zukünftig mit Neoprenanzug und Taucherbrille an die OL's oder doch besser eine andere Route wählen?

Ebenfalls an der SOW, ein kameradschaftlicher Dialog zwischen Sepp Trütsch (Ja, DER Sepp Trütsch) und Yves:

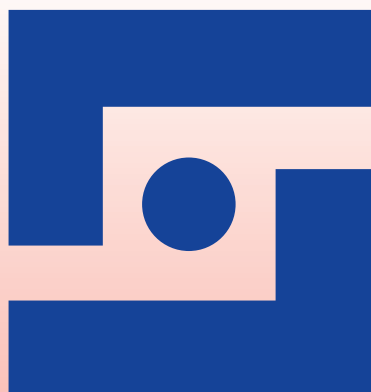
Sepp: „Ça va?“

Yves, wie aus der Kanone geschossen: „Oui, ça va bien, merci. Et toi?“

Am Aargauer 3 Tägler lautete der Tipp vom Abwart (Er war gerade dabei, M-Budget WC-Rollen in den einzelnen Kabinen zu verteilen): „Bitte WC-Papier beidseitig verwenden - der Erfolg liegt auf der Hand!“

U. R. macht Fortschritte:





SCHERRER OFFSETDRUCK AG

Inhaber Franz Schnieper

Gubelstrasse 19A

6300 Zug

Telefon 041 711 64 35

Telefax 041 711 64 31

E-Mail scherrer.offset@postfach-zg.ch

**Die Druckerei
im Herzen der Stadt**

Bleiben Sie finanziell fit.

**Mit guten Konditionen und
perfektem Zusammenspiel.**

