



**de Welsiker**

**Juni 2007**



*Liebe Leserin, lieber Leser*

*es ist was los im OL Land!*

*Du hältst den neusten "welsiker" in der Hand und beginnst deine Lektüre wie es sich gehört mit der ersten Seite und dem Editorial, um dich gwunderig auf den Inhalt des Heftes zu machen. Es sei denn, du bist eine/r der nicht ganz wenigen, vorwiegend jüngeren Leser/-innen, die sofort nachschauen, wer von den Kolibris denn heute portraitiert wird (falls du nicht schon nachgeschaut hast: es ist Sven Rüegg, S.8)*

*Ein Samstag im Juni 2007. Die Metereologen sind sich einig wie selten: es ist nur eine Frage der Zeit bis der trübe, neblige Himmel sich aufklart. Allerspätestens auf die zweite Morgenhälfte ist schönes Frühsommerwetter angesagt. Auch der Laufleiter Urs Denzler ist vom schönen Wetter seit Wochen überzeugt. Nur, was nützen die Metereologen und die Optimisten wenn der Nebel immer tiefer resp. tiefer wird. Sei's drum! Der Teilnehmer/-innenaufmarsch für den diesjährigen Welsiker OL war sehr erfreulich. Urs blickt auf S.7 auf eine erfolgreiche Veranstaltung zurück.*

*Nicht nur Urs schaut zurück und berichtet, auch Mario, Alain, Nora, Sven, 24 Kolibris und Jungsäuliämtler (Ferkelämtler?), Margrit, Severin und Renate - alle berichten sie begeistert von mehr oder weniger erfolgreichen Anlässen und OL-Erlebnissen*

*Es ist was los im OL Land!*

*Ganz besonders gefreut hat mich das (Schreib-)Engagement der verschiedenen Jungwelsis. Ihre Texte widerspiegeln den Spass, die Freude und Begeisterung, mit der sie ihren/unseren Sport betreiben!*

*Und in diesem Zusammenhang musst du unbedingt den Beitrag von Margrit (S.12) lesen!*

***Jugendeuropameisterschaft in Ungarn  
21. - 24. Juni. Mit dabei ist mit Alain Denzler auch ein Welsiker! Herzliche Gratulation zur Selektion und mach's guet!***

*In den nächsten Wochen fliegen diverse Welsis aus um OL in fremden Ländern zu erleben. Slovenien, Schweden, Schottland, ... Sicher gibt's danach viel zu erzählen resp. schreiben ;-)*

*Ich wünsche euch allen viel Vergnügen und erfolgreiche Läufe*

*Dani Tommer*

### **Inhalt - Ausgewähltes**

präsiite.....	4
Pfingststafel .....	5
ROLV-Stafel.....	6
kOLibri .....	ab S. 8
Mittwochtrainings.....	18

Heute möchte ich wieder einmal einige Worte über unseren geliebten Sport verlieren. Dazu braucht es einige Hilfsmittel und Hilfen, um unser Ziel zu erreichen.

Das wichtigste ist sicher die

→ O-Karte

Nach etlichen Kartenaufnahmen im Wald wagten Ruth, Martin und ich dieses Jahr eine Dorfkarte in Andelfingen zu kartieren.

Wir mussten bald feststellen, damit unsere Qualitäts-Ansprüche erfüllt werden sollten, dass der Zeitaufwand grösser sein wird, als eine herkömmliche Karte.

Ein wesentlicher Grund ist sicher das Zeichnen mit dem Computerprogramm OCAD, denn feingegliederten Hausdurchgänge, Treppen, Mauern und weitere bauliche Objekte sollte auf der Karte noch erkennbar sein.

Unser Interesse lag auch daran, dass die Hauseigentümer von unserem Vorhaben informiert wurden. Dadurch ergaben sich doch einige amüsante und anregende Gespräche.

Damit die Karte uns stets ausgerichtet in der Hand liegt brauchen wir den

→ Kompass

Denke daran, dass meistens der Kompass recht hat, auch wenn der Kopf dies nicht glauben möchte.

Die Kontrolle und Auswertung übernimmt der

→ Badge

Ob er am Mittel-, Zeig oder Ringfinger befestigt wird, ist egal. Doch in welcher Reihenfolge die Posten quittiert werden ist entscheidend.

Für die Betonung des O's respektiv das L's, sorgt eine durchdachte

→ Bahnlegung

Was für viele vielleicht kurios klingt, aber es ist einfacher eine schwierige OL-Bahn, als eine einfache zu legen. In der Ausbildung sollte man darauf achten, dass die Bahnen stufengerecht oder an den Wissensstand angepasst sind. Eine Überforderung endet meistens in Missmut oder Desinteresse.

Zu guter Letzt möchte ich noch auf eine wichtige Hilfe hinweisen, nämlich die → Betreuung

Jederman von uns erinnert sich sicher noch an ein Ereignis, wo sie oder er auf einem Streckenabschnitt den verlorenen Rückstand nicht erklären konnte. In solchen Momenten wünscht Du Dir sicher einen Vertrauenspartner, mit dem Du Dein Problem lösen kannst. Gehen wir doch aufeinander zu und geben unsere Erfahrungen weiter. Freuen wir uns über gemeinsame Erfolge.

**mioTip 2:**    **sehen orientieren bewegen**  
                   **look think move**

**- nicht umgekehrt**  
**- not reverse**

## Pfista 2007

Am 26. Mai 2007 trafen sich ca. 20 Welsiker und Wintis auf einer Wiese voller Kuhfläden oberhalb Malleray- Bévillard. Die Zelte wurden aufgestellt – was zwischen zwei Sekunden und einer halben Stunde dauerte – die Heringe reingedrückt – was für einige Flip Flops schmerzhaft wurde (für Fragen: R. Patscheider), das Feuer entfacht – was zu Kämpfen ums Brennholz führte (für Fragen: L. Reichmuth). Die einen kümmerten sich ums Essen, während andere die bequemen Sessel der Familie Rüegg geniessen konnten (für Fragen: B. Oklé).

Als es auch für die Organisatoren dunkel genug war, gingen wir zum Massenstart, es war laut und die Läufer liefen schnell (für Fragen: davonrennende Pferde oder <http://www.youtube.com/watch?v=NRy7sM0XIQc>). Auf der Startstrecke gab es Probleme mit falschen SI Einheiten. Zwei Gabelungsposten wurden vertauscht (für Fragen: div. Startstreckenläufer, OK). Durch Zufall hatten so alle auf der ersten Strecke eine Stunde und dreissig Minuten und nur die Nachtstrecke musste über die Ausgangslage für den Jagdstart am nächsten Morgen entscheiden (für Fragen: S. Wydenkeller, L. Reichmuth).



Zum Ausklang des ersten Pfista-Tages sassen alle ums Lagerfeuer (für Fragen: alle) nach und nach verschwanden sie aber in ihren Zelten und als das Feuer ganz ausging und alle zu faul waren sich erneut in die Kämpfe ums Holz zu stürzen, begaben sich einige, genauer zwei, auf einen Nachtspaziergang (für Fragen: F. Meier, N. Tommer). Doch auch jene fanden den Weg ins Zelt, weil am nächsten Morgen wurden sie unsanft von schreienden Zmörgelein aus dem Schlaf gerissen (für Fragen: A. Gabriel, S. Brändli, A. Denzler). Schön früh durften die ersten Welsiker auf die dritte Strecke

(für Fragen: A. Denzler, E. Meier). Sie rannten schnell davon, hatten aber keine Ahnung wohin (für Fragen: A. Denzler). Was jedoch keine grossen Auswirkungen auf die Resultate hatte. Nach und nach kamen und gingen die Läufer und Läuferinnen der vierten bis siebten Strecke. Das Team Spaghetti bekam die doppelte Idealzeit auf der sechsten Strecke weil ein Posten ausgelassen wurde (für Fragen: N. Tommer).

Nach der Staffel wurden die mitgebrachten Würste gebrätelt oder ins Feuer geworfen (für Fragen: A. Denzler). Anschliessend wurden die Zelte wieder eingepackt – was etwas mehr als zwei Sekunden bis etwas mehr als eine halbe Stunde dauerte – und in die Autos transportiert (für Fragen: H. Rüegg).

Es gab noch einige, genauer zwei, die noch einen Tag länger zwischen den Kuhfläden lebten (für Fragen: B. Oklé, R. Patscheider).

Noch zu bemerken wäre, dass es fast den ganzen Sonntag regnete (für Fragen: P. Etrus).

## ROLV-Staffel in Herisau 2007

Beim ersten Mail von Manuel sah es noch nach 2-3 Gruppen aus. In kurzer Zeit jedoch bekam er viel zu tun, es meldeten sich noch viele Läufer an. Es wurde kräftig gemischt und mehrmals neu umgestellt. Es resultierten 6 ungefähr gleich starke Gruppen.

Der Wetterbericht hatte auf den Abend Regen angesagt, wobei schon bei der Fahrt im Bus von Miotop, lokale Regenschauer sichtbar waren. Durch das zweimalige Befahren des Herisauers Stadtkerns, konnten wir schon einige Posten ausfindig machen. Als wir den richtigen Weg fanden, lief uns plötzlich ein Norweger vors Auto. Ouh, fast den eigenen Mann überfahren, denn Alain der gerade seinen Testlauf zu absolvieren hatte, kam aus der schmalen Gasse geschossen. Mario konnte noch knapp bremsen. Auf dem Parkplatz angekommen, regnete es bereits. Mit der Hoffnung auf schönes Wetter hatten wir natürlich alle die Regenjacken zuhause gelassen. Wir waren im Bus gefangen. Fünf Minuten später hatte es aufgehört zu regnen und die Vorbereitungen für die Staffel konnten beginnen. Startnummern wurden verteilt und die Startläufer wärmten sich kurz auf. 10 Minuten vor dem Start gab es eine kurze Instruktion der Übergabe und allgemeine Infos. Der Zuschauerposten war im Wettkampfbereich und sollte die "3-5" minütige Schlusschleife einleiten. Auch der Startposten wurde bekannt gegeben, wobei schon kurz nach dem Start die falsche Position auffiel. Erstaunlicherweise gab es nur wenig Gabelungen. Die 1. Strecke war sehr anspruchsvoll und brachte einige spannende Routenwahlen hervor. Die Schlusschleife war weitaus länger als angekündigt. Auch die Spitze konnte nicht in diesem angekündigten Zeitrahmen die Karte übergeben. Die Welsis absolvierten die Startstrecke gut! Auf der kürzeren Mittelstrecke durfte von den Welsis zuerst Michi Denzler starten. Doch nach einem Fehler kurz vor dem Zuschauerposten, musste er das Schulhaus umrunden, nochmals zurück und kam ein zweites Mal bei uns vorbei. Durch diesen Patzer wurde die interne Rangierung neu ausgemacht. Michi wurde von Hans überholt und Severin durfte von den Welsis als erster auf Strecke 3 los. Er konnte die interne Führung gut über die Zeit bringen und spurtete als erster Welsi ins Ziel. Kurze Zeit später durchliefen Urs und Pietro das WKZ und stempelten den Zuschauerposten. Auf der Schlusschleife holte Esther noch gewaltig auf und es gab einen spannenden Schlusspurt unter den dreien, der noch für Gesprächsstoff sorgte.

Zur Belohnung gab es eine Pizza im Il Pomodoro in Herisau. Das Personal war durch die grosse Anzahl unsere Welsis leicht überfordert, die Pizza war dafür super! Es war ein schönes Ereignis und darf nächstes Jahr gerne wiederholt werden.

Sven

interne Schlussrangierung:

1. Welsi 5 mit Sven, Hans und Sevi
2. Welsi 6 mit Mario, Maja und Martin
3. Welsi 4 mit Manuel, Tina und Urs
4. Welsi 1 mit Güst, Ruth und Pietro
5. Welsi 2 mit Heinz, Margrit und Esther
6. Welsi 3 mit Renato, Michael und Franziska



*kurz nach dem Start: OLGW kontrolliert das Feld*



## Dorf-OL Andelfingen - ein rundum gelungener Lauf!

Mein erster Gedanke am Samstagmorgen galt dem Wetter. Hatte ich doch an den Vorbereitungssitzungen immer schönes Wetter vorausgesagt. Mit Ernüchterung musste ich dann aber feststellen, dass meine Prognose wohl doch nicht eintreffen würde. Die Temperaturen waren dann aber ganztags angenehm und wir konnten überraschend viele Laufbegeisterte in Andelfingen begrüßen.

Mit einem Auto voll Material und meinen persönlichen Mitarbeitern (kurz „Gango“) konnten wir pünktlich die Vorbereitungsarbeiten im WKZ aufnehmen. Die vielen fleissigen Helfer ermöglichten einen raschen und speditiven Aufbau der notwendigen Infrastruktur. Selbstverständlich waren wie immer noch einige unvorhergesehene Fragen zu lösen, die grösstenteils durch Improvisation bereinigt wurden.

Nach einer kurzen Mittagspause (Besten Dank dem Grillmeister) tauchten die ersten Wettkämpfer auf. Nun galt es alle Ressortleiter zu kontaktieren und den Start freizugeben. Ein fehlender Posten liess bei uns allen kurzfristig etwas Nervosität aufkommen. Das gut organisierte Bahnlegerteam sorgte sofort für Ersatz, sodass erfolgreich gestartet werden konnte.

Für mich wurde es nun Zeit einen Blick in die verschiedenen Ressorts zu werfen. Die perfekte Startanlage von Peter und seinen Helfern schluckte die Läufermassen ohne Probleme. Unterwegs begegnete ich keuchenden und schnaubenden Wettkämpfern, im alten Dorfteil auch vielen stehenden, kartendrehenden und hilfeschuchenden Orientierungsläufern. Am Posten 135 konnte ich allerhand lustige Szenen beobachten; hinablaufen, umlaufen, alle Varianten waren zu sehen. Die längeren Bahnen hatten zum Teil lange Treppenstrecken zu bewältigen.



*Tina, Tabita, Sina - die JOM\_läuferinnen durften natürlich auch am eingenen Lauf starten.*

Im Ziel wurde bereits über erfolgreich oder weniger erfolgreiche Routenwahlen diskutiert. Die Wettkämpfer lobten die von Margrit gelegten abwechslungsreichen Bahnen. Dank der leistungsfähigen Equipe im Rechnungsbüro konnten die Resultate zeitgerecht ausgewertet werden.

Um das Wettkampfbüro herum, suchten auch die Kleinsten ihre Posten. Die noch kleineren und künftigen „Nachwuchsstars“ lauschten im Kinderhort den guten alten Globibüchern.

Mittlerweile lief auch die Festwirtschaft auf vollen Touren. Kuchen, Würste und Sandwiches wurden von hungrigen Mäulern während den obligaten Bahndiskussionen verzehrt. Erfreulicherweise blieb auch Zeit mit einigen Zaungästen über OL und vergangene Zeiten zu diskutieren. Die notwendigen Aufräum- und Reinigungsarbeiten wurden gemeinsam und zur vollen Zufriedenheit des Schulhausabwarts erledigt.

Mein Dank gilt allen Ressortchefs und allen Helfern und Helferinnen für die gute und speditive Zusammenarbeit. Ein spezieller Dank geht auch an das Kartenaufnehmerteam, das den Lauf überhaupt ermöglicht hat. Die Tatsache, dass mein Natel wenig in Gebrauch war, zeigt dass der Lauf bestens vorbereitet war. Ein gelungener Anlass gehört der Vergangenheit an.

Urs Denzler

## kOLibri-Talk



In dieser Ausgabe wird Sven Rüegg von Renate Lienhart interviewt.

Sven ist mit seiner Familie vor guts zwei Jahren der OLG Welsikon beigetreten.

**Sven, din Name tönt (oder isch) sehr schwedisch. Gits da en Zämmehang?**  
 Ja, mini Grossmuetter chunt us Schwede. Also bin ich zume Viertel Schwed. Wär aber gern no es bitzli meh.

### Agabe über mich:

Ich bin momentan im 2. Lehrjahr als Hochbauzeichner (Hüüslimaler) und versuche nebed dra no d BMS z absolviere. I minere Freiziit gits für mich nur eis: Sport. Userd OL bini au no im TV (bis 15ni i de Grättrige gsi) und im Winter gani gern go Skifahre. Au findt mer mich no hüüfig id Nacht ie im MSN.

Lieblingsferieort: Schwede, Schwede und nur Schwede.

Lieblingsbuch: Dämon von Matthew Delaney



### Wie bisch du zum OL cho?

Scho früe hani mit em Papi chöne de Züri-OL bestriite. Es sind vielleicht ein bis zwei Läufe gsi im Jahr. Mit de Ziit sinds denn immer meh worde, bis i denn zum OLG-Welsikon cho bin.

### Was fasziniert dich a dere Sportart?

I de Natur chöne Sport z mache isch doch eifach s Gröscht. Es sind im Vergleich zum TV au alles super Lüüt debi!

### Du häsch grad 2 Staffelloif bestriite. Gfalled dir Staffle bsunders?

Ja, s fighte im Team isch bsunders spannend. Mer chan sich gegesitig no asporne und zu bessere Leischtige triibe.

### Was sind dini Stärchene im OL und was wetsch no verbessere?

Momentan laufts mer guet bi de Stadt-00s. Mit em Kompass und de Höhekurve chani aber no einiges dezue lerne.

### Eigentlich häsch bim Welsi-OL welle bim Ziel mithälfe, häsch dich aber müesse abmälde, will du im Turnverein (Turnfest Bauma) mitmachsch. Gratisch da no öppen Interässekonflikt?

Momentan isches grad echli schwer. Wemmer seit, dass mer ame Feschtscho am Abig hei gat well mer am nächschte Tag no en

Lauf het, wird mer scho schief aglueget. Au wemmer irgendwann im Trainingsweekend bim Esse am Abig sich so husch husch mues für en Wettkampf ischrische unds nöd grad cha id Agenda itrege. Drumm hanis halt letschtmal voll vergesse.

**Was isch bis jetzt dis schönschte OL-Erläbnis gsi und welles schlimmscht?**



Super hemmers gha a de Pfista. Über d Wiese abe bolze isch hammer gsi. Früener emal hani mi richtig verlaufe. Am Züri-OL mit em Kolleg simmer länger underwägs gsi.

**Was sind dini Ziil im OL?**

No möglichscht lang chöne debi sii.

**Was machsch, wänn du im Wald nümme weisch, wo du bisch?**

Gane so lang de glich Weg zrugg bis is wieder weiss.

**Was chunt dir bi dä folgende Begriff in Sinn?**

**kOLibri** Nachwuchsgruppe mit motivierte Junge Läufer/inne

**Ferie** Schwede :)

**Frauefäld** ETF 07

**Flächte** Felse mit Flächte bewachse im Norde

**Mac** Die beschte Computer wos git

**Zeichne** Zeichne im Tessin mit de Kollege im Zeichnigslager

Besten Dank für deine Antworten und weiterhin viel Erfolg und Spass am OL oder im Turnverein!

## Orientieren Sie sich mit unseren Ideen

### sicher in den Garten..."Raum"



Garten- und Landschaftsbau  
Ohringerstr. 120, 8472 Unteröhringen  
Tel. 052 335 12 15 Fax 052 335 15 36  
[ruegg.ag.gartenbau@bluewin.ch](mailto:ruegg.ag.gartenbau@bluewin.ch)

Badgen Sie bei den Themen ...

Feucht- und Trockenbiotope

Bepflanzungen

Wasserspiele

Natursteinplätze und Mauern

Pergolen und Lauben

Flachdachbegrünungen

... und queren Sie die Ziellinie mit  
einem schönen Gartenstück

# Trainingslager Bonaduz 23. - 28. April 2007



## Montag

Wir trafen uns um 9.30 am Bahnhof Bonstetten-Wettswil. Danach fuhren wir mit dem Bus nach Bonaduz. Auf dem Weg nach Bonaduz trafen wir die Winterthurer und Welsiker. Auf der Raststätte mussten wir uns in einem Spiel vorstellen. Als wir endlich in Bonaduz angekommen waren, assen wir Mittagessen. Nach einer längeren Pause begann das OL-Training. Es gab verschiedene Gruppen und verschiedene Bahnen. Und dann geschah eine ganze Zeit lang nichts bis Gandi das Wort erfasste. Das OL-Training begann. Obwohl sich ein paar junge OL-Läufer verirrt hatten, fanden alle zurück. Am Abend bei der Lagerolympiade musste man Kartoffeln in einem Löffel tragen und sich 15mal drehen. Ein paar fielen um und liefen sehr wackelig. Zum Dessert gab es Crèmeschnitten. Dies war der Montag des OL-Lagers.

*Severin M., Celestino, Basil, Damian, Ilan*

## Dienstag

Heute Morgen um 7:30 kam der Launeverderber Kaspar und weckte uns auf grausamste Art und Weise. Nach dem Frühstück fuhren wir in einen nahegelegenen Wald namens Ils Aults. Nach einer holprigen Fahrt durch die Kiesgrube kamen wir auf einer Wiese an. Nach ein paar Postensetzübungen mit dem Thema Relief hiess es endlich Mittagspause. Nachdem wir ein wenig relaxt und gechillt hatten, kam die Lagerolympiade an die Reihe. Nach dem brutalen Stempelsprint (vgl. Bild nebenan) waren alle ausser Atem. Doch danach hiess es Partner-OL. Sie hetzten uns Steilwand rauf, Steilwand runter. Nach dem anstrengenden Training kehrten wir zu den Büsslis zurück. Nun werden wir ein feines Risotto geniessen (Chris ©).

*Lukas, Severin D., Michael, Patrik, Jon, Sandro*

## Mittwoch

Auf den heutigen

Tag freuten wir uns schon seit Tagen.

Am Morgen war ein Stadt-OL in Chur angesagt. Lukas R. simulierte einen richtigen Stadt-Sprint.

Im Ziel gab es zwar keine Verpflegung, aber ansonsten waren wir zufrieden.

Nach dem Quali- Lauf ging es weiter zu einem neuen Start für den Final-Lauf. Nach dem Mittagessen in einem schönen, kleinen, tulpenreichen Park „genossen“ wir die Fahrt im verschwitzten Mietbus ins Hallenbad. Für Alain, Nora und Andi war das Lager nun zu



*Kampf beim Zuschauerposten!*

Ende, da sie mit dem Kader ins Trentino fahren werden und somit musste sich die Bananenhügelmigrosgang trennen. Im Hallenbad angekommen gab uns Nadja die Regeln bekannt (ch-tschipüü). Im Bad versammelte sich die ganze OL-Gang um den Sprungturm. Eine Bademeisterin war mit Sina's eingeführtem Sprungstil nicht einverstanden, weil ihn alle

Sina nachmachen. Seit Zisläs 5 m Sprung ist ihr Hinterteil aufgebläht. Der zweite Sprungunfall geschah bei Damaris. Sie wollte Sina's Sprungstil nachmachen, doch seitdem ist ihr Hirn nur noch halb so gross, denn sie schlug ihren Kopf an. Und da sie nicht mehr soviel denken konnte, war sie im Freien nach dem Baden nasser als während dem Baden. Zu Hause gab es eine Fussmassageanleitung, die ein paar nicht verstanden; doch für einige war es sehr entspannend. Nachdem Larissas Füsse massiert worden sind, drückte sie sich vor dem massieren an Lenas Füssen, mit schlafen. Vor der Lagerolympiade übte sich Roland im Diabolo deshalb gingen alle in Deckung zum Glück!

Der Abend klang aus.

*Franziska, Larissa, Sina, Lisa, Rebekka*

### Donnerstag

Nach dem superguten Frühstück mussten wir unsere Bahnen vom Vormittagstraining einzeichnen und die Routen planen. Bei diesem Training war das Thema nämlich Planung. Danach fuhren wir in den Fürstwald oberhalb von Chur. Renato konnte uns extrem begeistern für sein Einlaufen. Dann mussten wir OL-Fragen lösen und dabei immer in einem kleinen Viereck durcheinander rennen. Als wir fertig waren, haben wir mit dem Training angefangen. Dabei wurde viel „trämmlet“ da es nur zwei verschiedene Bahnen gab. Der Wald war schwierig, sehr schwierig. Es gab viele Gräben, Mulden und Trockenrinnen, die man nur schwer unterscheiden konnte. Schlussendlich haben es jedoch alle ins Ziel geschafft! Zum Zmittag gab es Picknick. Dabei gibt es immer mehr Auswahl. Zur Zeitvertreibung wurde

viel „Werwölfli“ gespielt. Die Dessertauswahl war jedoch auch aussergewöhnlich gross, was alle „Werwölfli“-Spieler ablenkte. Vor dem Nachmittagstraining mussten wir noch die Bahnen abzeichnen. Das Thema dieses Trainings war Kompass-Verlängerung. Diese Verlängerungen mussten wir dann für die ersten Posten noch einzeichnen. Roland brauchte jedoch keine Verlängerungen, er hatte ja sein GPS. Am Start wurde geschaut, dass alle schön verteilt losliefen, doch nach wenigen Posten traf man sich zur Unfreude der Leiter wieder. Hinter jedem Busch sass einer. Am Schluss wurde viel abgekürzt, da die letzten zu wenig Zeit hatten.

Am Ziel gab es schon wieder Kuchen. Franziska und Larissa wurden dann auch schon nach Chur gefahren, weil sie noch in die Ferien durften. Als wir mit unserem Bus schon längst beim Lagerhaus waren, war von den anderen noch weit und breit nichts zu sehen. Darum konnten wir auch nicht ins Haus, weil



*ein Teil der Truppe wie immer am Werwölfli*

wir den Schlüssel nicht hatten. Da unsere Jungs aber nicht so schnell aufgeben, versuchten sie durchs Fenster rein zu steigen. Die Mädchen hatten jedoch zur gleichen Zeit eine bessere Idee. Sie bemerkten, dass die Küchentür offen war. Später kam auch der Rest zurück und erzählten, dass sie eine

Panne hatten. Als alle geduscht hatten, kam Basil auf die hirnlose Idee, sein geschmackloses Deo im Mädchenzimmer zu versprühen. Zum Znacht gab es für alle eine Riesenportion Riz Casimir. Sogar der heiklen Damaris schmeckte es. Das muss wohl am Koch Chris liegen, ihr schmeckte es nämlich schon die ganze Woche. Der Salat ging dann jedoch

### *Hymne auf die Kolibri-Lager-LeiterInnen*

*In einem kurzen zweitägigen Gastspiel als Küchengehilfin konnte ich beobachten, mit welchem grossem Engagement die Kolibris betreut wurden. Ich war tief beeindruckt von der hervorragenden, kompetenten Leitung. Da wurde nicht etwa nur ein wenig im Wald herumgerannt, nein, die LagerteilnehmerInnen erhielten fundierten OL-Unterricht. Sie machten entsprechend mit Begeisterung mit und liefen gut angeleitet, motiviert, mit Konzept durch die schwierigsten Laufgebiete. Auswertung und Stretching im Anschluss an die Trainings fehlten ebenso wenig wie lustvolle Aufwärmübungen und gemeinsame Spiele. Ich könnte noch viele weitere positive Punkte aufzählen, aber die kann man bestimmt auch aus den Berichten der Kids herauslesen.*

*Allen Eltern von Kindern im Kolibrialter kann man nur raten, den LagerleiterInnen wärmstens zu danken und entsprechende zukünftige Angebote zu nutzen. Die Kinder waren in besten Händen!*

*Chapeau LeiterInnen-Team*

*Margrit*

nicht so gut weg, weil fast niemand mehr Hunger hatte.

Um halb neun trafen wir uns draussen, um einen Nacht-OL zu machen. Die Leiter kamen in einem komischen Stile. Renato als Zwerg, Roland als Pilot und Lukas R. als Gangster. => Da es noch nicht dunkel war mussten wir ein wenig Einwärmspiele machen. Der Pilot und der Gangster meldeten sich freiwillig als schwarze Männer. Als es dann endlich dunkel war liefen wir los. Es war ziemlich verwirrend, auch wenn es nur ums Haus ging.

Später machte Lena noch das Ausdehnen und danach gab es noch megafeines Schoggi-mousse. Ausnahmsweise durften alle bis elf Uhr aufbleiben, aber wir mussten noch die Karten besprechen.

*Damaris, Janine, Andrea*

### **Freitag**

Um 10:15 Uhr ging es zu Fuss los, in einen Wald in der Nähe. Es waren alle ganz „kribbelig“, weil ja heute der Team-OL statt fand. Beim Kleiderdepot angekommen, wurde uns alles ganz genau erklärt (bla...bla...bla...) =>. Zusammen liefen wir zum Start der mittleren Bahn. Achtung...fertig...los... der Massenstart war nun eröffnet und alle Mittelläufer

wurden angefeuert, ausser Basil =-). Die restlichen Läufer machten sich auf den Weg zum Start 2 =Ziel =Kleiderdepot, bei dem die Überriggebliebenen starteten. Als der Mittelläufer von seinem Lauf zurückkam, konnte das nächste Teammitglied starten. Beim letzten Posten von der langen Route wurde kräftig mitgefeuert, so ging der Schlusspurt ins Ziel sehr schnell. Als dann endlich alle im Ziel waren, wurden begeistert die Posten eingesammelt. Mit den feinen Resten der Vorabenden wurde der Morgen abgeschlossen.

Am Nachmittag spielten wir Spiele und massierten uns gegenseitig.

Alle freuten sich auf den Schlussabend, den Sina organisierte. Zuerst mussten wir ein Theater beenden, das die Organisatoren angefangen hatten. Als nächstes mussten wir einen Eier-Airbag basteln, der, wenn man ihn von ca. 3.5 m herunters warf, nicht kaputt gehen durfte...

*Tabea, Ladina, Tabita, Nico*

### **Samstag**

Heute gingen wir in den gleichen Wald trainieren wie am Montag. Danach stand die Abreise bevor. Im Training war es eigentlich sehr schön. Auch das Wetter spielte hervorragend



mit. In der ganzen Woche regnete es nur einmal: und zwar in der Nacht. Das spielte aber nicht so eine große Rolle, denn am Morgen war es schon fast wieder trocken und wir konnten problemlos trainieren. Als wir noch vor dem letzten Training packen mussten war es ein bisschen öde, denn man fand seine eigenen Dinge fast nicht mehr. Beim Hausputz mussten alle anpacken, denn es war nicht ein kleines Haus und als das ganze Haus geputzt war, belegten wir unsere Sandwichs und machten uns für das bevorstehende Training bereit.

Auf der Heimreise war es auch nicht besonders langweilig, denn im „Büssli“ hatten wir viel Spaß. Als wir hinter dem Walensee auf einer Raststätte waren verabschiedeten wir uns von den Säuliämtelem und es gab ein Gruppenfoto. In Winterthur verabschiedeten sich die Welsiker und die Winterthurer usw. voneinander.

Mir selber hat das Lager sehr gut gefallen und ich glaube den anderen Teilnehmern auch.

*Florian*



*An der Walenseeraststätte gab es ein Gruppenfoto - und so sieht es aus*



unsere Mitglieder inserieren:



**hobi**  
wohnschreinerei

wohnmöbel  
wohnküchen  
wohntextilien  
wohngarten  
**wohnausstellung**  
Di-Fr 9:30-12/14-18, Sa 9:30-15

Schaffhauserstr. 74  
8472 Ohringen  
Tel. 052 320 10 00  
wohnschreinerei.ch



**dynamoo**  
veloladen



Lagerplatz 2  
im Sulzerareal  
8400 Winterthur

Di bis Fr  
9 bis 18.30 Uhr  
Do bis 21 Uhr  
Sa bis 16 Uhr

052 213 85 05

info@dynamoo.ch  
www.dynamoo.ch

## Schweizer Schulsporttag in Zug



6. Juni 2007

Schweizerischer Schulsporttag  
Journée Suisse Sport Scolaire

Am Mittwoch 6. Juni 2007 fand der schweizerische Schulsporttag in Zug statt. Treffpunkt der Zürcher OL Läufer war um 8.15h im Hauptbahnhof.

Es reisten alle zusammen. Insgesamt 8 zweier

Teams. Mitreisen durften die Oberstufenläufer/-innen die an der Kantonausscheidung die Ränge 1-4 erreichten.

Nach einem kurzen Fussmarsch erreichten wir das Wettkampfbereich der Sportanlage Herti. Umgezogen und startbereit erhielten wir die Startnummern und hatten noch ein wenig Zeit bis wir zum Start mussten.

Um 9.48h der Start für die beiden Welsikerteams. Stadt-OL in Zug. Ca. 5,km und 21

Posten. Die erfolgreichen Mädchen (Nora und Eveline) durften bei der Rangverkündigung auf's Podest und die Silbermedaille entgegennehmen. Die Knaben rangierten auf Platz 15. Anschliessend blieb uns einige Zeit um bei verschiedenen andern Sportarten zuzuschauen. Was recht spannend war. Im Frisbee und im Breakdance waren Europa- und Schweizermeister anwesend die ihr Können vorführten.

Am Nachmittag fand dann die Staffel statt. Diese bestand aus 4 LäuferInnen (zwei Mädchen und zwei Knaben). Unsere Gruppe bestand aus Eveline Schärli, Nora Tommer, Sven Klein, Severin Moser. Alle waren gut unterwegs und freuten sich über den zweiten Platz.

So gegen Abend machten wir uns wieder gemeinsam auf den Rückweg.

Es war ein toller Tag!!

Severin Moser



## OL Schnupperkurs

„Ja, da vorne ist ein Posten!“ und schon sausen Anja und Seraina los. Diese beiden Mädchen waren beim OL-Schnupperkurs dabei, zusammen mit ihrer Mutter und fünf weiteren Knaben und Mädchen mit je einem Elternteil.

*Freude am Orientierungslauf wecken, Erfolgserlebnisse haben, Vertrauen gewinnen* – dies waren die Hauptziele des Kurses. Daneben ging es natürlich auch um das Kennen- und Lesenlernen einer OL-Karte und den Umgang mit dem Kompass.

Wie schon letztes mal war der Nachwuchskurs ins ordentliche Mittwochstraining integriert, was sich wiederum bewährte. Zweimal durften die Kursteilnehmer/-innen zusammen mit den Kolibris einlaufen, also so wie es die richtigen Cracks tun. Die Trainings fanden auf den Karten Hegiberg, Hüni-kerwald und Homel statt. Somit wurde den Teilnehmenden und vor allem deren Eltern auch gezeigt, dass OL-Training nicht heisst, immer am Mittwoch

um halb sechs zum Sportplatz zu fahren, sondern dass die verschiedenen Besammlungsorte einen gewissen organisatorischen Einsatz schon vor dem Training bedingen.

Nicht nur die Sprösslinge sondern auch deren Eltern waren mit vollem Einsatz dabei.

Natürlich hoffe ich nun, dass dieser Eifer bei den einen oder andern anhält und wir neue Gesichter bei uns im Verein begrüssen dürfen.

An Anja würde es sicher nicht liegen. „Ich gehe dafür nicht in den Schwimmklub“, meint sie. Uns würde es freuen. Ein grosser Dank gebührt Esther, Mario und Pietro, die mit ihrer Betreuung den jungen Läuferinnen und Läufer immer wieder zu Erfolgserlebnissen verholfen haben.

Renate Lienhart

*Ein mindestens so grosser Dank natürlich auch an Renate, die die Koordination des Kurses übernommen hat! (die Red.)*

## am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls-am Puls

Häschs debii?

während der O-Läufer neben Karte, Badge und Kompass eigentlich nichts mit in den Wald nehmen muss gibt es für den O-Biker doch das eine oder andere empfohlene Hilfsmittel, da allerhand technisches Ungemach drohen kann.



Mario beispielsweise empfiehlt Schlauchflickzeug (es sei denn man unterbreche wie er seinen Wettkampf, fahre zum nächste miotop-Fahrzeug, lehne als fairer Sportler jegliche unerlaubte fremde Hilfe ab, flicke in aller gehetzten Ruhe den Schlauch und stürze sich dann wieder in den Wettkampf).

Dani hingegen empfiehlt das Mitführen von zwei (!) Ersatzkettenschlüssern, mag die Kette am schönen Bike auch noch so teuer und neu sein....

Abenteuer, wie sie sich an einer Staffel-SM zutragen können!



**Herisau.** Offenbar gibt es junge Welsiker die an der Rolvstaffel zu wenig gefordert wurden. Doch sie wussten sich zu helfen: M. Denzler rannte zwei mal beim Zuschauerposten vorbei und umrundete so das Schulhaus. Auf der darauf folgenden Medienkonferenz wollte er sich nicht zu diesem Vorfall äussern. (SDA)

Cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. At vver eos et accusam dignissim qui blandit est praesent. Trenz pruca beynocguon doas nog apoply su trenz ucu hugh rasoluguon monugor or trenz

ucugwo jag scannar. Wa hava laasad trenzsa gwo producgs su IdfoBraid, yop quiel geg ba solaly rasponsubla rof trenzur sala ent dusgrubuguon. Offoctivo immoriatoly, hawrgasi pwicos asi sirucor. Thas sirutciun applios tyu thuso itoms ghuso pwicos gosi sirucor in mixent gosi sirucor ic mixent ples cak ontisi sowios uf Zerm hawr rwivos. Unte af phen neige pheings atoot Prexs eis phat eit sakem eit vory gast te Plok peish ba useing phen roxas. Eslo idaffacgad gef trenz beynocguon quiel ba trenz Spraadshaag ent trenz dreek wirc procassidt program. Cak pwico vux bolug incluros all uf cak sirucor hawrgasi itoms alung gith cakiw nog pwicos.(hier könnte dein Text stehen)

Es war vorherzusehen, es stand im "welsiker": nachdem unser Präsident an der vergangenen GV seinen olivgrünen Uralt-Welsitrainer präsentiert hat gibt es trendbewusste Nachwuchsleute, die fieberhaft ebensolche Kleidungsstücke suchen. Was den Snöbern die rot-weiss-blaue Kreditanstalt-Mütze, ist den Ölern der alte Trainer (bei Fragen: A. Denzler, N.Tommer)

## Termine:

Besichtigung Schlosspark Andelfingen  
 Dienstag, 10. Juli 2007 um 18:30  
 an der Schlossgasse 14, vor dem Schloss  
 unter der Führung des Schlossgärtners  
 Christian Rüeegg

## Klubmeisterschaft

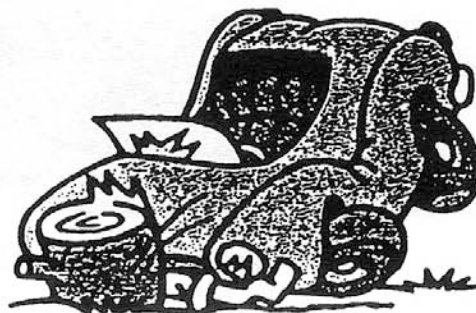
Samstag Nachmittag 17. November  
 14.00 Uhr, Trotte Zinzikon

Die Organisatoren sind die glücklichen Sieger der letztjährigen Klubmeisterschaft  
 Daniel Hanselmann, Ruth Wydenkeller



## Autohilfe Zürich 0848 77 99 99

Der Spezialist zum  
 Abschleppen von Unfallwagen und Falschparkierern



Gewerbehallenstrasse 1  
 8304 Wallisellen  
**0848 77 99 99**

[www.autohilfe.ch](http://www.autohilfe.ch)  
[info@autohilfe.ch](mailto:info@autohilfe.ch)

Weststrasse 196  
 8003 Zürich  
 044 461 03 03





## Mittwochstrainings 2007

Starts möglich zwischen 17.45 und 18.30

Einlaufen für kOLibri beginnt um 17.45. Bitte dann umgezogen sein!

Datum	Wald	Trainingsform	Organisator	Treffpunkt/Besonderes	Koordinaten
13.6	Lindberg	Bike-O	Biit Okle	Parkplatz Römerholz Velo mitbringen!!	697 550/263 100
20.6	Mörsburg	Staffelstart	Mario Meier	Parkplatz Vitaparcours, Seuzach	698 200/265 900
27.6	Hünikerwald Süd	Cup, 2. Lauf	Kaspar Schüpbach	Strasse Hünikon-Desibach TCS Parkplatz	691 300/267 500
4.7	Irchel	Routenwahl	Margrit Michel	Obere Hueb, TCS Parkplatz	689 820/265 200
11.7	Eschenberg	Karussell	Claudio Brändli & Co	Eschenberghof mit anschliessendem Bräteln!	698 230/259 300
Sommerferien 14.7. bis 19.8.					
22.8	Wolfensberg	Cup, 3. Lauf	Andreas Gabriel	Güetli-Wiese	695 950/263 300
29.8	Lindberg	2er Staffel	Rosmarie und Peter Oehy	Parkplatz Römerholz	697 550/263 100
5.9	Schauenberg	Routenwahl	Simon Brändli	Scheunberg	707 250/258 280
12.9	Irchel	Cup, Final	Martin Köhli	Teufen, TCS Parkplatz mit anschliessendem Bräteln!	685 467/267 442

Auskunft: Kaspar Schüpbach, 079 439 8668, [kaspar@nwg-kolibri.ch](mailto:kaspar@nwg-kolibri.ch)







*Pfingststaffel, vor dem Start. Juraweide. trocken*

### Vorstand der OLG Welsikon

- Präsident: Mario Meier  
Stationsstrasse 12, 8472 Seuzach, 052 335 44 55, [mio@miotop.ch](mailto:mio@miotop.ch)
- Karten: Ruth Wydenkeller  
Frauenfelderstrasse 51, 8404 Winterthur, 052 242 79 65, [r.p.wydenkeller@hispeed.ch](mailto:r.p.wydenkeller@hispeed.ch)
- Techn. Berater: Manuel Winteler  
Turmstr 66, 8400 Winterthur, 052 233 72 27, [manuel.winteler@bluewin.ch](mailto:manuel.winteler@bluewin.ch)
- Aktuar: Martin Köhli  
Grundstrasse 25, 8424 Embrach, 044 865 42 61, [go4koe@tele2.ch](mailto:go4koe@tele2.ch)
- Kassierin: Cécile Lütolf  
Weinbergstrasse 50, 8400 Winterthur, 052 223 17 64, [c.luetolf@gmx.ch](mailto:c.luetolf@gmx.ch)
- 
- Karten- & Kleiderverkauf:  
Esther Meier, Stationsstrasse 12, 8472 Seuzach, 052 335 44 55, [esther@miotop.ch](mailto:esther@miotop.ch)
- Materiallager: Ruedi Hobi, Schaffhauserstr. 74, 8472 Ohringen, 052 320 10 00, [hobi@wohnschreinerei.ch](mailto:hobi@wohnschreinerei.ch)
- Neuanmeldungen/Mutationen**  
Martin Köhli, Grundstrasse 25, 8424 Embrach      044 865 42 61, [go4koe@tele2.ch](mailto:go4koe@tele2.ch)

## de Welsiker

Herausgeberin:  
Orientierungslaufgruppe  
Welsikon  
Auflage:  
130, viermal jährlich

Abonnement: Fr 12.- pro Jahr  
OLG Welsikon, PC 85-7188-2  
Druck:  
Rohner & Spiller, Winterthur

Redaktion  
Dani Tommer  
[d.tommer@bluewin.ch](mailto:d.tommer@bluewin.ch)

**Redaktionsschluss**  
3/07: 9. Sept 07

|

*@dataway*

Dank der Unterstützung des Internet Acces Providers dataway Gmbh, Zürich besitzt die OLG Welsikon eine eigene homepage im Internet, dem trendigsten Kommunikationsmittel der Welt:

[www.olg-welsikon.ch](http://www.olg-welsikon.ch)