

# De Welsiker

November 09



Titelbild: Foto-Posten des Sprints an der diesjährigen JEC. Fotograf: Felix Reimann (Mit freundlicher Genehmigung von Andrej Olunczek.

## **Orientieren Sie sich mit unseren Ideen sicher in den Garten..."Raum"**



**RUEGG AG**

Garten- und Landschaftsbau  
Ohringerstr. 120, 8472 Unterohringen  
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

 Neuanlagen

 Umänderungen

 Gartenpflege

## Vorwort

Es war eine erfreuliche Neuigkeit, als vor wenigen Wochen die Selektionsliste für das nationale Juniorenkader erschien:

Unter den aufgelisteten Athletinnen und Athleten sind stolze vier davon kOLibris: Evelyne Schärli, Alain Denzler, Simon Brändli und Sven Rüegg. Ihre harte Arbeit, ihr Engagement und ihre Leidenschaft für diese Sportart wurden mit der Aufnahme ins Juniorenkader belohnt! Und dafür gratulieren wir den jungen Athletinnen und Athleten von ganzem Herzen und sind natürlich auch mächtig stolz auf sie!

Neben den Athletinnen und Athleten, welche den grossen Sprung ins Juniorenkader geschafft haben, freuten sich aber sicherlich auch ihre persönlichen Betreuer/-innen und natürlich die Leiterinnen und Leiter der kOLibris. Sie waren es, welche die jungen OL-Kids förderten und begleiteten, als diese noch in der kleinstmöglichen OL-Schuhgrösse unterwegs waren. Sie haben diese kOLibri-Generation gross gezogen. Nun dürfen auch sie die Lorbeeren pflücken und zusehen, wie diese unterdessen erwachsenen Athletinnen und Athleten den erfolgreichen Kaderweg gehen werden.

An dieser Stelle erlaube ich mir zu erwähnen, dass ein solches Engagement der kOLibri-Leiter/-innen alles andere als selbstverständlich ist! Immer wieder staune ich, mit welcher Power sich das Leiterteam um den OL-Nachwuchs kümmert! Und ich bin überzeugt, der Schlüssel des Erfolges liegt in der eigenen Freude am OL-Sport, welche die Leiter mit einer natürlichen und ehrlichen Art den kOLibris mit auf den Weg geben. Dass es in dieser Gruppe harmoniert, ist von aussen betrachtet unschwer zu erkennen!

Hoffen wir, dass diese erfolgreiche Jugendförderung noch Jahre weiter besteht! Dafür braucht es natürlich zwingend auch Nachwuchs an neuen Leiter/-innen.

Wenn wir schon von den vielen Erfolgen sprechen: Ein weiterer Grund dafür dürfte wohl auch im vielfältigen Trainingsangebot der drei Clubs Welsikon, Winterthur, Wislig liegen. Gehen wir eine mögliche Trainingswoche mal durch:

Montag: Hallentraining OLG Welsikon  
Dienstag: Lauftraining 1h  
Mittwoch: Pause  
Donnerstag: O-Tempo-Training für die ganz Motivierten  
Freitag: Hallentraining OLC Winterthur  
Sonntag: Longjogg

Man sollte zwar nicht immer alles verraten, aber hey, mal ehrlich: solche Trainingsmöglichkeiten sind doch einfach Erfolg versprechend!

In dieser Ausgabe könnt ihr einiges über die kommenden Wintertrainings lesen. Die neue Turnhalle im Lee, in welchem das Montagstraining statt findet, ist übrigens riesig und bietet noch Raum für viele!

Weiter werden über verschiedene Anlässe dieses Sommers/ Herbstes berichtet und Alain schildert seine erlebnisreichen Tage an der JEC diesen Herbst.

Ich wünsche euch eine gute Zeit und viel Spass beim Lesen dieser Ausgabe des Welsikers.

Andrea

## Einladung zur ordentlichen Generalversammlung 2010 der OLG Welsikon

Datum: Freitag 22. Januar 2010

Ort: Schulhaus Dinhard, Treffpunkt Saal

Beginn: 19.00 Uhr



### Traktanden

- Begrüssung
- Wahl der Stimmzähler
- Genehmigung des Protokolls der GV vom 23.1.2009
- Jahresbericht 2009
- Kartenbericht 2009
- Mutationen
- Jahresrechnung 2009 und Revisorenbericht
- Anträge

### Pause mit Imbiss

- Budget 2010
- Wahlen
- Jahresprogramm 2010++
- J+S/kOLibri
- sCOOL
- Ehrungen
- Verschiedenes
- Schluss

Anträge sind bis am 22. Dezember an Ruth Wydenkeller zu schicken!

Wir hoffen, dass viele Welsis an diesem Freitag den Weg nach Dinhard finden.

Der Vorstand:

Ruth, Renate, Cécile, Brigitte, Mario, Pietro und Martin

## WelsiQuiz



Was ist hier  
abgebildet? Auflösung  
in der nächsten  
Ausgabe des  
Welsikers

#### 41. Welsiker OL / Rückblick des Laufleiters

Der Welsiker OL gehört seit einiger Zeit der Vergangenheit an. Der Laufleiter hält Rückschau.

Die Vorgaben für mich waren: Wir beehren das 800 jähriger Neftenbach als Ausgangspunkt und bauen den Stock an gedruckten Karten des Hünikerwaldes ab. Daran hatte sich die Organisation zu richten. Die Dreifachhalle reserviert und mit den Jägern das Gespräch gesucht. In der Folge habe ich die restlichen Ressortleiter gesucht und auch gefunden. Zusammen mit ihnen wurde dann das Gerüst für den OL entwickelt. Ob das Ganze dann auch funktioniert konnte erst der Wettkampf beweisen.

Die Aussichten für den Samstag waren gut und damit stand einem Erfolg nichts mehr im Weg. Wir hatten noch nicht ganz eingerichtet, standen bereits die ersten Läufer vor der Halle und wollten starten. In der Folge haben 500 den Weg nach Neftenbach gefunden. Der Wettkampf konnte reibungslos und ohne grosse Probleme durchgeführt werden. Wichtig, wir sind von Unfällen verschont geblieben. Ein paar kleinere Probleme konnten behoben werden, so dass niemand etwas merkte.

Zum Abschluss noch eines: Einen grossen Dank an all die kleinen und grossen Helfer, ohne sie wäre unser OL nicht durchzuführen.

Ueli Sprenger, Laufleiter



**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

wohnwünsche

## Longjoggs und Hallentraining

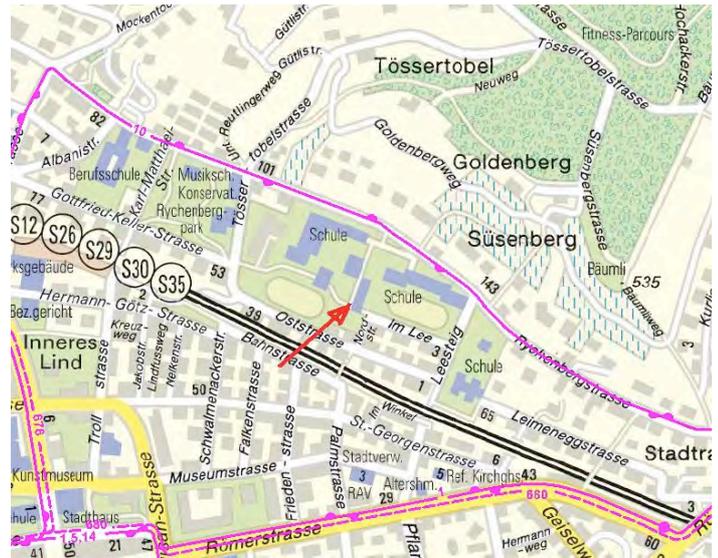
### WINTERTRAINING DER OLG WELSIKON

Jeweils am Montagabend von 18:30-20:00 Uhr in der Turnhalle bei der Kantonsschule im Lee. HALLE A

Das ist die beste Vorbereitung für das OL Jahr 2010 mit Trainingsmöglichkeiten in den Bereichen:

- Kraft
- Koordination
- Kondition
- OL Trainingsspiele

Das Training wird jeweils mit einem Spiel wie Basketball, Fussball oder Unihockey abgerundet.



OLC  
WINTERTHUR

OLG  
WELSIKON

OLG WISLIG

kOLibri

3

### Longjoggs 2009 / 2010

Datum	Strecke	Besammlung	Auskunft
06.12.09	Tössegg	Irchelstrasse 29, 8428 Teufen 10.30 Uhr Für Verpflegung danach ist gesorgt	Karin Stücki 043 266 68 30
Sa 12.12.09	OL-Training Ellikerholz	Rheinau-Psychiatriezentrum (PP, Bus an xx:09, ab Marthalen) Start ab 12.00 Uhr bis 14 Uhr Infos auf <a href="http://www.olg-welsikon.ch">www.olg-welsikon.ch</a> (Anmeldung erwünscht)	Esther und Mario Meier 052 335 44 55
13.12.09	Zürcher Silvesterlauf kein Longjogg	Zürich	<a href="http://www.silvesterlauf.ch">www.silvesterlauf.ch</a>
20.12.09	Steg-Schnebelhorn-(Hörnli)-Steg	Bahnhof Steg 10.30 Uhr (SBB von Winterthur an 10:26)	Andreas Hinder 079 509 53 93
27.12.09	kein Longjogg		
03.01.10	kein Longjogg		
Fr 08.01.10	Nacht-OL Sprint Wil, Süd	Kanti Wil, Hubstrasse 35, Wil 18.00 Uhr	Kilian Imhof (Anmeldung über Andreas Hinder)
10.01.10	Steg-Hüttkapf-(Hochhand)-Steg	Bahnhof Steg 10.30 Uhr (SBB von Winterthur an 10:26)	Patrick Denzler 079 629 12 37
17.01.10	Nationaler A OL kein Longjogg	Stadt Uster	OLG Pfäffikon Anmeldung über go2ol
24.01.10	33. Treslag-Staffel kein Longjogg	OL-Karte Siggenberg West	OLG Cordoba Junior Team Anmeldung über den Club
Sa 30.01.10	OL-Training Irchel	Parkplatz oberhalb Teufen (267 400/665 500) Besammlung zwischen 14.00 und 14.30 Uhr Anmeldung nicht notwendig	Claudia und Daniel Hanselmann 052 315 15 89
07.02.10	Longjogg	?	?
14.02.10	Wülflingen Süd	Wülflingerstrasse 149d 10.00 Uhr Für Verpflegung danach ist gesorgt, bitte kurz melden, wer kommt	Michael Lehmann 052 222 63 67
21.02.10	Longjogg	?	?
28.02.10	Rund um Winterthur Seen - Hagi - Lindberg - Ohringen - Wülflingen - Töss - Seerhof - Seen	Lange Strecke (ca. 2.5h): 10.00 Uhr Start: Hölzliweg 3, 8405 Winterthur  3/5-Strecke: 10.50 Uhr Parkplatz Schwimmbad Wülflingen 2/5-Strecke: 11.00 Uhr Parkplatz Schwimmbad Töss Suppe und Getränk danach am Hölzliweg. Genauere Infos werden folgen	Andreas Hinder 079 509 53 93

Auskunft: Andreas Hinder, Hölzliweg 3, 8405 Winterthur, 079 509 53 93, [andreas.hinder@gmx.ch](mailto:andreas.hinder@gmx.ch)

**Liebe JOM- Läuferinnen und –Läufer**

Ich bitte euch, mir die Liste eurer Läufe zu schicken, damit der Club euch den Betrag rückvergüten kann. Zur Erinnerung nochmals die Angaben, die ihr dazu braucht (s. letzte Ausgabe „de welsiker“).

**Nationale OLs**

16 Jahre und jünger: 12.- Fr.  
17 bis 20 Jahre: 17.- Fr.

**Regionale OL's**

16 Jahre und jünger: 7.- Fr.  
17 bis 20 Jahre: 10.- Fr.

Cécile

**Herzliche Gratulation****Alain Denzler****Sven Rüegg****Zur Selektion ins Juniorenkader, eine super Leistung!**

**Wir Welsis sind stolz auf euch und wünschen euch viel Spass, eine gute Portion Durchhaltewillen und Disziplin, gute Gesundheit, schnelle Beine, den Durchblick, viel Geduld beim Training und natürlich schöne Erfolge bei den kommenden Läufen.**

**Euer Club OLG Welsikon**

## Die JEC 2009: Ein Erlebnisbericht von Alain Denzler

Dieses Jahr durften mit Alain Denzler, Sven Rüegg und Simon Brändli gleich drei kOLibris an der Junior European Cup (kurz JEC) in Dresden teilnehmen. Alain Denzler berichtet von den erlebnisreichen Tagen:

Donnerstagsmorgen, 7 Uhr. Drei Jugendliche und 46 Gummistiefel stehen auf dem Parkplatz der Migros in Kleinandelfigen. Wofür sie wohl hier stehen? 5 Minuten später löst sich das Rätsel. Ein VW-Minibuss fährt heran und das Gepäck wird verladen. Pro Kopf hat es zwar immer noch etwa 4 Gummistiefel, aber das wird sich noch ändern. Das Büssli macht sich auf den Weg nach Dresden. 690 km. Ziel ist, um 15:00 in Kinderdorf Erna zu sein, unserer Unterkunft für die nächsten Tage.

Die Fahrt verlief bis auf einen Stopp beim Burger King ereignislos. Es wurde geredet, geschlafen und Musik gehört. Um etwa 15:15 kamen wir dann an im Kinderdorf und durften unsere Zimmer beziehen. Das Ganze war Camp-mässig organisiert, es gab viele kleine Bungalows. Wir Schweizer bekamen 3 solche Hütten, eine für die Jungs, eine für die Mädchen und einen Aufenthaltsraum. Danach wurden die Gummistiefel verteilt, unser Teamoutfit für den Jec. Und obwohl es am Anfang nur eine blöde Idee war, Gummistiefel als Teamoutfit zu nehmen: es hat sich gelohnt! Den schon bald nachdem wir zum Modelevent gestartet waren, begann es zu regnen. Der Modelevent zeigte uns erneut die Schwierigkeiten des Sandsteingeländes: drehende Hügel, viele Steine und unpassierbare Passagen. Nach 20 Minuten war es dann aber auch schon wieder vorbei, und das zum ersten Mal kam wieder das berühmte Problem dieser Art von Wettkämpfen auf: Man hat viel zu viel Zeit! Es war zwar nicht schwierig, diese Zeit zu überbrücken, aber es scheint als hätte man den ganzen Tag einfach nichts gemacht... Am Abend durften wir zum ersten Mal ein ostdeutsches Abendessen geniessen. Es gab ein kaltes Wurst-Bufferet, dazu eine Fleischsuppe und pappige Kartoffeln. Nicht gerade ein Fünf-Sterne-Menü, weshalb wir auf eine Verbesserung am nächsten Tag hofften. In Anbetracht der kommenden Wettkämpfe legten sich alle ziemlich früh schlafen.



Am Freitagmorgen konnten wir ausschlafen, da der Sprint erst am Nachmittag stattfand. Auch das Morgenessen liess zu wünschen übrig und der Mittagslunch, den jeder Teilnehmer schon beim Morgenessen bekam, sag ziemlich ungeniessbar aus. Zum Glück hatten wir im Aufenthaltsraum noch eine Küche, in der uns die Trainer zu Mittag Pasta kochten. Am Nachmittag ging es an den Sprint in Bad Gottleuba. Schon bevor wir die Quarantäne erreichten, begann es wieder zu regnen. Unsere Stiefel bewährten sich erneut, da die Quarantäne nicht wie sonst in einem Gebäude war, sondern auf einem Parkplatz. Auch die Temperaturen waren ziemlich niedrig, und die berühmte Frage „leisch es

Thermo a?“ machte schon bald einmal die Runde. Wie immer gab es zu dieser Frage nicht nur eine Antwort, ich entschied mich, kein Thermo anzuziehen, was sich schlussendlich als gute Entscheidung herausstellte. Ich ging früh zum einlaufen, da ich einfach nicht wusste, was ich sonst tun sollte. Ich rief in meinem Kopf nochmals die Besonderheiten des Geländes auf: Fast der ganze Sprint wird in einem Park sein. Das bedeutete für mich, genau auf den Kompass zu achten und weit nach vorne zu schauen. Die Streckendaten von 2.5 Km und 100 Hm versprachen einen langen harten Sprint. Am Start war ich voll bereit und freute mich auf diesen speziellen Sprint, wusste aber auch, dass es ziemlich viel brauchen würde, um ganz nach vorne zu laufen. Mir gelang ein guter Lauf, um nicht zu sagen einer meiner besten

Sprints überhaupt. Ich kam sicher durch und konnte die im richtigen Moment aufs Tempo drücken. Leider konnte ich in der letzten Steigung nicht mehr forcieren und mein schnelles Starttempo rächte sich. Mit dem 10. Platz bin ich dennoch zufrieden, ich hätte nicht viel besser sein können. Im Ziel herrschte dann eine super Stimmung im Team, da wir Schweizer schon am ersten Wettkampftag fünf von fünfzehn möglichen Medaillen gewonnen haben.

Erneut hatten wir den ganzen Abend ausser dem Essen und der Teamsitzung nichts zu tun. Das Abendessen wurde heute von einer auswärtigen Cateringfirma bereitgestellt, die ich für meinen Anlass nicht buchen würde. Das Essen kam eine Stunde zu spät und es herrschte ein riesiges Chaos, da alle gleichzeitig essen wollten. Danach stiessen wir noch auf die Ergebnisse des Tages an und schlossen den Sprint ab.

Am Samstagmorgen mussten wir dann ein bisschen früher aufstehen. Ich hatte Glück und durfte, dank meiner Startzeit um 11:04, den zweiten Bus ins Wettkampfbüro nehmen. Schon bald einmal durfte ich den Weg zum Start unter die Füsse nehmen. Die zweite Hälfte des Wegs war dann auf einer Einlaufkarte, die ihren Namen aber eigentlich nicht verdiente, weil sie so steil war und man nur mit gehen schon warm wurde. Ich hatte genügend Zeit, um mit der Einlaufkarte die letzten technischen Anpassungen an den Stil des Kartenaufnehmers vorzunehmen.

Die Langdistanz gelang mir nicht wirklich. Obwohl wir wussten, dass es gleich nach dem Start heikel werden wird, verschlief ich ihn völlig und machte schon zum ersten Posten 30 Sekunden Fehler. Ich konnte mich zwar etwas auffangen, doch ich kam nie in einen richtigen Flow hinein. Ein Fehler auf einer langen Routenwahl kostete mich erneut 3 Minuten, und das Gefühl für einen guten Lauf war weg. Danach machte ich noch einige Postenraumfehler, die jedoch nicht so gravierend waren. Ich lief mit einer Zeit von 1:12:27 ein, was Platz 14 bedeutete. Mit dem Rang an und für sich wäre ich zufrieden gewesen, der Rückstand von 9 Minuten war dann aber doch etwas zu gross und ich hatte zu viele kleine Konzentrationslücken, weshalb ich mit meinem Lauf nicht zufrieden sein konnte.

Die Schweizer hatten mit je einer Gold- und Silbermedaille wieder einen guten Tag, was sich natürlich auf die Stimmung positiv auswirkte. Nun freuten sich alle auf die grosse Party am Abend, die dann aber eher enttäuschend war. Der Veranstalter engagierte eine Rockband, die jedoch sehr schlecht war und zu der man nicht tanzen konnte. Die Folge war, dass alle Läufer den Saal verliessen und in der spontan von den Tschechen organisierten Disco zu feiern versuchten. Diese Disco wurde dann irgendwann von den tschechischen Trainern beendet und wir gingen in unseren Bungalow, wo wir uns hinlegten.

Erwähnenswert ist noch den gekonnten Radwechsel von Pädi und Sven am einen Büssli, die Ursache für den Platten ist noch immer nicht aufgetaucht.



Am letzten Tag folgte das Highlight des Junior European Cup, die Staffel, der Kampf der Nationen! Wir mussten früh aufstehen, da wir noch packen mussten. Das Wetter zeigte sich einmal von der schöneren Seite, doch das sollte sich noch ändern. Da wir dank der Zeitumstellung eine Stunde mehr schlafen durften, waren trotzdem alle ausgeschlafen und fit. Die Staffel fand im gleichen Wald statt wie die Langdistanz, wir kannten das Gelände also schon etwas. Um 10 Uhr war der Massenstart und

pünktlich zu diesem Grossereignis setzte der Regen ein. Es war eine spannende Staffel, weil viele Teams zusammen liefen. Auf der ersten Strecke gab fast im Minutentakt Führungswechsel, zur ersten Übergabe kamen 15 Teams innerhalb von 1.5 Minuten. Zu meinem Glück war auch mein Startläufer in diesem Riesentram, ich durfte als 10. In den Wald. Das Rennen war von Beginn an sehr schnell und hektisch. Schon beim vierten Posten lief ich dann nur noch passiv mit, weil mir das Renne zu schnell war. Ich merkte aber auch, dass man, wenn man den Anschluss an die Spitze einmal verloren hatte, nichts mehr zu melden haben wird. Mit diesem Gedanken im Kopf lief ich beim fünften Posten prompt zuerst zwei falsche Gabelungsposten an, was mich den Anschluss an die Spitze kostete. Während dem Rest des Rennens lief ich dann alleine in meinem eigenen Tempo. Ich machte kaum noch Fehler, war aber einfach zu langsam, um nochmals heranzukommen. Ich übergab schliesslich an 15. Stelle an Simon, der leider auch einen grossen Fehler machte. Am Schluss wurden wir 14. Das Rennen an der Spitze war auch nach der zweiten Strecke immer noch sehr eng. Schluss endlich setzte sich Dänemark vor Schweiz 1 (Rey/Howald/Kyburz) durch. Bei den Frauen war das Rennen zwar weniger dicht, aber die Entscheidung fiel auch erst auf der letzten Strecke. Auch hier kam das beste Schweizer Team auf Platz 2. Durch diese guten Staffelresultate konnte sich die Schweiz auch die Nationenwertung sichern.

Nach der Staffel machten wir uns direkt auf den Heimweg, welcher aber schon schnell einmal unterbrochen wurde. Ein Marder hatte sich über Nacht an den Kabeln des einen Büsslis zu schaffen gemacht und ein Kabel der Motorsteuerung durchtrennt. Wir wechselten untereinander die Plätze, damit diejenigen, die nicht in der Umgebung von Zürich wohnen oder am Montag arbeiten mussten mit dem intakten Bus nach Hause fahren durften. Mich erwischte es und ich musste, zusammen mit vier weiteren Athleten und zwei Trainern auf den Typen vom ADAC warten. Nach einer Stunde Pause war dann unser Büssli wieder fahrtüchtig und wir nutzten, soweit möglich mit einem VW-Minibus, die Vorteile der freien Fahrt aus. Rund um Stuttgart kamen wir dann noch in einen grossen Stau, in dem wir weitere zwei Stunden verloren. Ich war schlussendlich sehr froh, als ich um 1:30 zuhause ins Bett fiel.

Fotos: Felix Reimann. Mit freundlicher Genehmigung von Andrej Olunczek.

(Quelle: <http://www.flickr.com/photos/tuol/sets/72157622647995240/>)



**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

## SOW 2009 im Muotathal

Wieso kommen die Wetterfrösche eigentlich aus dem Muotathal? Das mochte man sich fragen, als man die Reise dorthin antrat. Die Frage beantwortete sich im Laufe dieser Woche von selbst: Es lohnt sich, zu wissen, wie das Wetter in diesem Tal tickt!

Bezüglich Wetterfestigkeit zogen drei Kategorien von Welsis mit grosser Vorfreude ins Muotathal: Jene, die das launische Wetter der Innerschweiz schon einmal erlebt hatten, wählten die Unterkunft in Form eines Ferienhäuschens, während andere mit dem Camper anreisten. Und dann gab es noch diejenigen, die sich in dieser Woche als äusserst wetterfest erwiesen mussten: diejenigen, die sich mit einem einfachen Zelt begnügten.

Als wir am Samstag anreisten, zeigte sich das Wetter noch von der schönen Seite. Zum Glück! Denn so konnten wir alle unsere Zelte im Trockenen aufstellen. Ein bisschen schade war, dass die Camper-Delegation nicht bei der Zeltler-Delegation hausieren konnte. Ansonsten war's wie immer sehr gemütlich, das Clubzelt wurde in der Mitte aufgestellt. Die Woche konnte beginnen!

Sonntag, 2.8.09: Sprint in Schwyz war angesagt. Die Wolken verdichteten sich. Fast mit dem ersten Start begann dann auch der Regen. Aber das störte nicht, der Sprint ging ohne Probleme über die Bühne. Doch zurück in Muotathal stellten sich bereits die ersten Probleme: Wie bringt man die nassen Sportkleider wieder trocken, wenn es draussen Bindfäden regnet? Alle hatten die gleiche Idee, so dass die Turngarderoben in Muotathal zur grössten Wäschetrocknerstation der Schweiz mutierte.

Am Montag gings dann hinauf auf die Schwyalp. Die Strassen waren sehr schmal, und der Transport war nicht zu unterschätzen, erfolgte dieser doch in Militärfahrzeugen und war nicht für alle gleich angenehm. So musste sich bei den einen oder anderen zuerst der Magen wieder etwas beruhigen, bevor es an den langen und steilen Weg zum Start ging.

Doch die Mühe lohnte sich: Der Lauf war wirklich sehr interessant und abwechslungsreich, vorwiegend über der Waldgrenze, der Zwischenteil dann zum ersten Mal in dieser Woche in Karstfeldern. Eine echte Herausforderung! Die Schwyalp wurde ihrem Namen auch wirklich gerecht: Der letzte Teil aller Bahnen war eine mehr oder weniger steile Wiese, welche bald nicht mehr als solche erkennbar war: Es war ein braunes Schlammfeld, auf welchem man sich nach unten bewegte. Das einfachste war da wohl: „ufs Hosefüdli und eifach aberutsche“. Nur die Steine, die zwischendurch verstreut herumlagen, konnten einem beim Hosefüdli-Unterfangen einen Strich durch die Rechnung machen... Wie auch immer: Es war die reinste Rutschpartie!

Am Ziel wurde es dann sehr rasch sehr kalt und das Wetter lud nicht wirklich ein, die nicht vorhandene Aussicht auf der Schwyalp zu geniessen, so dass man sich gleich nach dem Ziel wieder in ein Duro-Büssli setzte und froh war, bald unter der warmen Dusche in Muotathal zu stehen!

Endlich trocken und wieder aufgewärmt machte man sich zurück zum Zeltplatz, wo unterdessen bereits Stroh ausgelegt wurde, damit die Schuhe nicht gänzlich im Schwamm versanken! Die ersten Zeltler begannen dann auch schon, Wassergräben auszuheben.

Die Qualität der Zelte war leider nicht bei allen ausreichend, so dass einige ihre wasserdurchlässige Unterkunft verlassen mussten und für eine oder zwei Nächte in der Turnhalle auf dünnen Matten vorlieb nehmen mussten.

Trotz dem nassen Wetter war die Freude auf die kommende Etappe gross: Es folgte der OL mit dem wohl längsten Weg zum Start. 700 Höhenmeter mussten überwunden werden, bevor man beim Start war, was gute zwei Stunden Anmarschzeit in Anspruch nahm. Zum Glück war das Wetter etwas besser, so dass man die Aussicht beim Aufstieg auf die Glattalp etwas geniessen konnte (siehe Fotos). Das Gelände war sehr interessant, abwechslungsreich und sehr anspruchsvoll. Besonders eindrücklich war, dass im Gelände an unterschiedlichen Orten „Beobachtende“ vorhanden waren, welche die Läufer darauf aufmerksam machten, dass sie doch nicht mehr weiter gehen sollen, da sie kurz vor der steilen Felswand stünden.... Zum Glück hatte es an diesem Tag keinen Nebel!

Wiederum waren es die Karstfelder, die einem das Auffinden der Posten nicht gerade leicht machten. Übrigens war es Pflicht, an jeder Etappe die Trillerpfeife mit dabei zu haben, ganz nach dem Motto: „No whistle no start!“

Leider konnten an jenem Tag nicht alle Kategorien starten. Die jüngsten und die ältesten Kategorien mussten an diesem Tag eine Zwangspause einlegen, da ihr Lauf abgesagt wurde. Grund: ein Bach, den sie unterwegs hätten überqueren sollen, führte zuviel Wasser mit sich. Schade, aber dennoch sicherlich ein guter Entscheid der Organisatoren. Der Regen der letzten Tage hinterliess doch seine Spuren...

Der Ruhetag am Mittwoch wurde sehr unterschiedlich genutzt. Einige genossen den TROCKENEN, WARMEN, wenn auch etwas windigen Tag im Strandbad in Brunnen, während andere im Bödmerenwald nach Waldvögeln Ausschau hielten. Die ganz Eifrigen, bzw. jene, die am Vortag nicht starten konnten, schnappten sich eine Trainingskarte und fuhren mit der Bahn auf den Stoos, um dort ein Training zu absolvieren, welches die ganze Woche über zur Verfügung stand.

Dann gab es noch die Gruppe von Leuten, welche den Ruhetag nutzten, um die Fehler zu analysieren, welche sie am Vortag auf der Glattalp machten- das kam ihnen sicherlich zu Gute, denn am Donnerstag folgte bezüglich des Geländes eine ähnliche Etappe....

...und an dieser Etappe war es heiss. Die Sonne brannte einem auf den Kopf, während man auf die Transportbusse warten musste. Dieses Mal waren sogar zwei Duro-Bus-Transporte nötig, bis man schliesslich noch zu Fuss an den Start gehen konnte. Dieser befand sich auf dem Chinzig-Pass. Trotz des weitsichtigen Geländes musste man genau wissen, wo man war auf der Karte, die Posten leuchteten einem nicht von weitem entgegen. Der Abstieg ins Ziel war wohl jener Teil des Laufes, welcher einem noch lange und schmerzhaft in Erinnerung blieb! Am Ziel hätte man wohl einen Wettbewerb starten können, wer die grössten Blasen an Zehen und Fusssohle hat- ich glaube Renato und Andreas Hinder hätten sich in dieser Hinsicht den Sieg teilen können!

Nach der Langdistanz auf dem Chinzig-Pass gönnten sich viele der Welsis ein feines Glacé im Restaurant- endlich war der Sommer auch im Muotathal angekommen!

Etappe 5: Der Gibel. Man hat es mir ja gesagt: heute ist es gescheiter, wenn man sich langsam im Gelände bewegt. Ich habe es nicht glauben wollen. Und kassierte ganze 17 Minuten zum ersten Posten- und es war beim besten Willen keine lange Distanz dorthin. Wäre das der einzige Fehler geblieben, hätte ich ja noch zufrieden sein können mit dem Lauf. Aber es folgten noch sicher 10 weitere Posten, welche fast nicht zu finden waren....

Am Abend im Wettkampfbereich: Es wird verkündet, dass die Etappe 6 nicht wie verkündet auf der Karte „Lideren“ statt finden wird. Durch den starken Regen sind die Hänge ins Rutschen geraten, die Strasse wurde an bestimmten Orten beschädigt. Es war eben eine Menge Regen in den letzten Tagen... Schade! Aber dann, die tolle Nachricht: Es gibt eine 6. Etappe- nur wo wohl? Was, nochmals im Gibel? Sicher? Hab ich das nicht falsch verstanden? Aber eigentlich gut, denn schlechter machen kann ich es nicht....

Am Abschlussabend organisierte Renate bei der Dorfmetzgerei noch einen Grill. Und so genossen die Welsis und Winterthur einen super Grillabend zusammen bei wunderbar warmem Wetter.

Die letzte Etappe: Wenn der zweite Lauf im Gibel nicht wirklich besser lief, hat der zweite Lauf im Gibel doch nochmals Spass gemacht. Schliesslich war es ein riesiger Aufwand für die Veranstalter, in sehr kurzer Zeit nochmals einen Lauf in diesem Wald zu organisieren. Das haben sie wirklich toll hingekriegt!

Die SOW 2009 endete sozusagen so, wie sie begonnen hat: in strömendem Regen.

Durchnässt kamen wir am Bahnhof Schwyz an. Froh, nach Hause zu gehen und alles zu trocknen.

Die SOW 2009 bleibt sicher als nasse Angelegenheit in Erinnerung. Aber auch als eine Woche, während welcher man in interessantem, abwechslungsreichem Gelände laufen konnte- und in der lauffreien Zeit kam das Gesellige natürlich auch nicht zu kurz....

Andrea



# TOM 2009 im Hasenberg

Mit gemischten Gefühlen mache ich mich am Sonntag auf den Weg nach Spreitenbach. In einer schwachen Stunde habe ich Margrit und Ruth zugesagt, mit ihnen zu laufen. Mit dem Wissen im Hinterkopf, dass die beiden in den vergangenen Jahren immer einen Podestplatz erreicht haben, treffen wir die letzten Vorbereitungen. Ein Blick auf die Startliste zeigt, dass einige sehr gute Teams am Start stehen. Was passiert, wenn ich einen Posten nicht sofort finde oder meine Mitläuferinnen im Wald verliere? All diese Gedanken kreisen in meinem Kopf herum. Aber alles hilft am Start nichts mehr, jetzt muss ich da durch.

Margrit übernimmt die ersten Posten. Ruth und ich laufen weiter. Nach dem zweiten Posten übernehme ich den Badge und laufe die nächsten beiden Posten gut an. Meine Nervosität legt sich etwas und wir kommen mit unserem Lauf gut voran. Alle Wechsel, wie auch das Finden der Posten, klappen ausgezeichnet. Nach einer langen Strecke zum 11. Posten kann ich den Badge kurz vor dem 12. Posten Margrit übergeben. Ich bin froh, dass es bis jetzt so gut läuft und ich nur noch direkt zum letzten Posten laufen kann. Ich bin mir meiner Sache sicher, dass jetzt nichts mehr passieren kann und laufe, ohne gross auf die Karte zu gucken, talwärts. Muss der letzte Posten nicht schon längst kommen? Was ist das für ein Weg? Wo bin ich? Bei einem genaueren Blick auf meine Karte merke ich, dass ich mich um einen Weg vertan habe. Von weitem sehe ich Ruth und Margrit beim letzten Posten stehen. Sie warten schon über zwei Minuten auf mich..... Natürlich ärgere ich mich grün und blau. Beim Auslesen vergleichen wir unsere Zeiten mit den Läuferinnen der OLG Säuliamt. Ein kleiner Stein fällt mir vom Herzen, denn diese super Zeiten erreichen wir auch ohne meinen Fehler am Schluss nicht. In der Garderobe treffen wir auf das Team von Hindelbank. Erste Frage, welche Zeit? 50 Minuten und 49 Sekunden. Wie ist unsere Zeit? 50 Minuten und einige Sekunden. Wo ist unser Auslestreifen? Wir alle drei wissen unsere genaue Laufzeit nicht. Der Auslestreifen ist unauffindbar. Meine Gedanken kreisen. Es kann doch nicht sein, dass wir wegen ein paar Sekunden einen Rang verlieren. Wir gehen mit dem Badge nochmals zur Auslestation und lassen uns einen neuen Streifen drucken. Unsere Zeit ist 50 Minuten, das wissen wir ja, und vierzig.... nein neunundvierzig Sekunden. Zeitgleich mit dem Team von Hindelbank. Grosse Erleichterung macht sich bei mir breit. Wegen meinem Fehler teilen wir uns nun den zweiten Podestplatz und ich komme mit einem blauen Auge davon. Die Frauen von Hindelbank werden sich sicher über ihren gewonnen zweiten Platz freuen. Sorry, Margrit und Ruth, dass ich euch am Schluss so auf die Folter gespannt habe. Eines habe ich bei diesem Lauf gelernt, dass der Lauf nicht schon bei Posten zwölf sondern erst im Ziel fertig ist.



## Clubmeisterschaft 2009

Dieses Jahr fand die Clubmeisterschaft im Eschenbergwald statt. Das Datum wurde schon länger bekannt gegeben, doch alles Genauere liess auf sich warten. Die Drei Jungen Organisatoren machten es spannend, die Meister sollten mit einem ausgeklügelten Modus ermittelt werden. Unter dem Motto, viel Kopfarbeit, fand sich trotzdem eine kleine Schar Welsis im Pfadiheim Breite ein und bereiteten sich auf den Lauf vor.

Nora erklärte uns das Konzept. Schwierig....sehr kompliziert.....liessen die ersten Worte erahnen. Wir wurden in Dreier-Gruppen, mit verschiedenen Laufstärken, eingeteilt. Drei Läufer, ein Team, drei Farben. Mit je drei Badges pro Person gings los zum Eschenbergturm und Start.



Die Karten waren am Boden aufgelegt, so dass jeder beim Startschuss sofort seine schnappen konnte. Ist da nicht schon etwas Staffelfieber bei diesem tänzeln zu erkennen? Also... sind alle bereit? Spitzt nochmals die Ohren, wir gehen nochmals die Reihenfolge eurer Kopfarbeit durch.

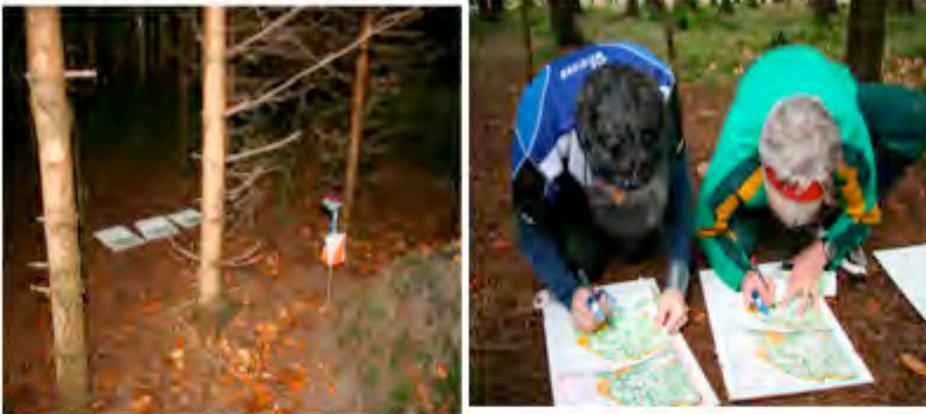
Jeder von euch zeichnet auf die 2. Karte, die ihr mitführt, eine nächste Bahn für eure/n Teamläufer ein. Und dies in 2 Schritten... dass heisst, zweimal die Hälfte. Kommt ihr noch mit? Was ist jetzt mit den 2 Farben? Zuerst blau (1. Bahnhälfte), dann grün (2. Bahnhälfte) irgendwo auf der ersten Schlaufe, ist doch ganz einfach. Mmmm... oder war es zuerst doch die grüne, und da ist ja noch eine rote? Die kleine Tabelle dazu war selbsterklärend, dafür noch ein weiterer Zettel! Wo kann dieser bei diesem Wetter noch trocken mitgeführt werden? Da sah man doch einige, die sich einen kleinen Spick auf dem Handrücken anlegten... clever. Und die zusätzlichen Badges? Ach ja, für jede weitere Schlaufe wird mit einem neuen Badge die Zeit gestoppt. Und?



Haben alle jetzt 3 Badges im Hosensack? Und, sind alle gelöscht. Die Startzeit ist auf 15 Uhr angesetzt. Da hetzen ja noch einige umher und behändigen sich... dem Badges oder obligaten Stift oder sind am löschen. Bereits 4 Min. nach 3 Uhr. Und da...

Los! Alle verschwanden in verschiedene Richtungen.

### Posten1. Was muss ich schon wieder machen....?



Genau, ich grün, Andrea blau, Martin rot. Ok, geschafft, weiter.... Posten 2, alles klar, keine Besonderheiten. Posten 3, schon wieder eine Püst zum Posten übertragen.... Der Regen hat die Karte schon stark durchnässt. Mein Filzer will nicht mehr richtig. Welches Fabrikat setzt sich bei diesem harten Test wohl durch? Oje. Weiter. Posten 4, durch meterhohe Brombeeren, aber ich finde den Posten einfach nicht. Such mal schön..... ich muss aufgeben, keine Chance. Dann hole ich den letzten Posten der ersten Runde und...

gefrustet zurück zum Ziel. Andrea und Martin warten schon. Jetzt gibt's Kartenübergabe. Es darf ja erst wieder in die 2. Schlaufe gestartet werden, wenn alle des Teams eingetroffen sind.

Was gib es dann hier für Diskussionen...? Ist da vielleicht noch eine weitere Unklarheit?



Nächste Runde. Es sei wieder das Selbe mit dem Abzeichnen, aber ich habe vergessen eine leere Karte mit zu nehmen um Martin's blaue Bahn abzuzeichnen. Nein, das ist doch wirklich zu kompliziert für eine normale Hausfrau. Da, ...warum kommen wohl Dani und Kurt schon wieder zurück...? Beide greifen sich mit einem breiten Lachen eine....

Naja, dann laufe ich die Bahn halt zu Ende und hoffe Sven und Nora haben erbarmen mit mir und lassen mich die Posten im Ziel übertragen.

Da auch Andere Mühe mit dem Prozedere hatten, zeigten die Beiden Verständnis für mich. Danke! Nun warteten Andrea und ich auf Martin.



Sölle mal cho...

Andrea opferte sich in der Zwischenzeit den Turm zu erklimmen, was alle Teams einmal machen mussten. Martin da, auf die letzte Runde. Zum Glück ohne abzeichnen! Alles geschafft alle drei Mitglieder des Teams im Ziel.

Glücklich...durchnässt...und hungrig...



...ging's zurück ins Pfadiheim, wo Rosemarie, Franziska und Regina mit einem feinen Fondue auf uns warteten. Alle hatten Kohldampf und waren froh, nur noch sitzen zu dürfen. Vielen Dank an die Köche!!!! Die drei jungen Nachwuchsläufer liessen uns aber noch nicht in Ruhe. Es musste noch ein kniffliges Quiz mit Fragen rund um die OLG Welsikon, gelöst werden. Die Teams wurden nochmals gefordert. Alle überlegten gespannt was wohl den Sieger erküren würde.

Fakt ist, dass...

Susanne, Renato und Severin die neuen Clubmeister sind. Bravo!

Mit obligatem Kuchen und natürlich Crèmeschnitten, wurde der gesellige Nachmittag abgerundet.

Vielen Dank an die Organisatoren Nora, Sven R. und Sven H., ihr habt euch wirklich ins Zeug gelegt.

Yvonne und Heinz



**DIES UND DAS**

Liebe Welsiker

Vielen Dank für das herzliche Spalier an unserer Hochzeit und euren Beitrag an unsere Japanreise. Wir haben es sehr genossen.

Sehr gefreut hat uns auch das Apérobuffet mit dem charmanten Service der kOLibris.

Susanne und Andreas

Susanne Wydenkeller Hinder und Andreas Hinder  
Hölzliweg 3  
8405 Winterthur

De Pietro isch en luschtige Ma,  
er hett ganz schnälli Söckli a.  
Er springt über Stock und Stei,  
und findt de Wäg schnäll wieder hei.  
Mängmol fangt er a Schnurre,  
wänn er im Wald tuet umepfurre.  
Denn hett er de Lauf des Jahres,  
da dra isch au e chli wahres.  
Hin und wieder gaht er i d"Schnitz,  
denn futteret er halt e bitz.  
Bim nächschte Lauf isch alls vergässe,  
de werded wieder kilometer gfrässe.  
Oeppe so isches im Muotathal,  
ganz hinne da wos Tal isch schmal.  
Ganz wiit obe uf dene Alpe,  
hett mer de Pietro gseh umetschalpe.  
So wie mer de Pietro kännt,  
isch er gärn i de Höger umegrännt

Chris

## WELSI JUNIORS

Ganz herzlich gratulieren wir Regina Bruggisser zu Ihrem

Linus Jonathan, geboren am 12.8.2009



Sowie Regula und Patrick Lenzin, zu Andrina, welche am 31.10.2009 zur Welt kam!



Den stolzen und glücklichen Eltern wünscht die OLG Welsikon alles Gute für die Zukunft!

**Vorstand der OLG Welsikon**

- Präsidentinnen: Ruth Wydenkeller, Frauenfelderstrasse 51, 8404 Winterthur  
052 242 79 65, [r.p.wydenkeller@hispeed.ch](mailto:r.p.wydenkeller@hispeed.ch)
- Renate Lienhart, Im Schründler 26, 8352 Rätterschen  
052 363 20 31, [r.lienhart@bluewin.ch](mailto:r.lienhart@bluewin.ch)
- Techn. Berater1: Mario Meier, Stationsstr. 12, 8472 Seuzach  
052 335 44 55, [mio@miotop.ch](mailto:mio@miotop.ch)
- Techn. Berater 2: Peter Winteler, Alte Lindauerstr. 18, 8309 Nürensdorf  
044 836 68 01, [peterwinteler@bluewin.ch](mailto:peterwinteler@bluewin.ch)
- Kartenchef: Martin Köhli, Grundstr. 25, 8424 Embrach  
044 865 42 61, [go4koe@tele2.ch](mailto:go4koe@tele2.ch)
- Kassiererin: Cécile Lütolf, Eisweiherstr. 147, 8400 Winterthur  
052 223 17 64, [c.luetolf@gmx.ch](mailto:c.luetolf@gmx.ch)
- Aktuarin: Brigitte Senti, Baumgartenstr. 9, 8108 Dällikon  
044 844 17 75, [brigitte.senti@hispeed.ch](mailto:brigitte.senti@hispeed.ch)

.....

- Karten- und Kleiderverkauf:  
Esther Meier, Stationsstrasse 12, 8472 Seuzach  
052 335 44 55, [esther@miotop.ch](mailto:esther@miotop.ch)
- OL Materiallager: Ruedi Hobi, Schaffhauserstrasse 74, 8472 Ohringen  
052 320 10 00, [r.hobi@hobi-moebel.ch](mailto:r.hobi@hobi-moebel.ch)
- Neuanmeldungen/ Mutationen:  
Martin Köhli, Grundstr. 25, 8424 Embrach  
044 865 42 61, [go4koe@tele2.ch](mailto:go4koe@tele2.ch)

**de Welsiker**

Herausgeberin:

Orientierungslaufgruppe  
Welsikon

Auflage:

120, 3x jährlich

Abonnement: Fr. 12.- pro Jahr

OLG Welsikon, PC 85-7188-2

Druck:

Rohner &amp; Spiller, Winterthur

Redaktion

Andrea Friedrich

[andreafr@student.ethz.ch](mailto:andreafr@student.ethz.ch)