Newsletter

Mai 2020

Liebe OLVH-Familie

«Erschtens chunnt's angers u zwöitens aus me dänkt.»

Pflegt man umgangssprachlich doch so schön zu sagen. Und wie es anders gekommen ist, als wir uns das wohl auch nur im Entferntesten denken konnten…
Dabei hat aus OL-Sicht mein Jahr eigentlich ganz normal begonnen:
(Seriöses) Wintertraining betreiben (wobei man das Wort Winter getrost weglassen könnte…), den Anmeldeschluss für die Swiss 5 Days und die ersten beiden Nationalen OL nicht verpassen, dann die Klubmeisterschaft als erstes Highlight gleich zu Saisonbeginn und eine Woche später der traditionelle Allschwilerwald OL. Danach die OL-Schuhe zu putzen hielt ich für völlig überflüssig, denn drei Wochen später sollten sie ja schon wieder und von da an wöchentlich zum Einsatz kommen…
Unterdessen sind gute drei Monate vergangen und meine OL-Schuhe stehen immer noch gleich dreckig am genau gleichen Ort, sehnlichst wartend auf ihren nächsten Einsatz.
Was in der Zwischenzeit alles passiert und abgegangen ist, darüber muss ich nun nicht auch noch meine Gedanken und Meinungen zu Papier bringen. Es ist aber der Grund, weshalb ihr heute diesen Newsletter in eurem elektronischen Briefkasten vorfindet statt wie gewohnt ein gedrucktes Mitteilungsblettli in den Händen zu halten. Ohne über Rückblicke auf unsere Vereinsaktivitäten und Erlebnisse berichten zu können oder eine Vorschau auf kommende Anlässe und Termine zu halten, lässt sich beim besten Willen nicht genügend Inhalt für ein Mitteilungsblettli finden. Denn im Verbreiten von Gerüchten und Mutmassungen oder gar Schwindeleien sind andere einschlägig bekannte Medien spezialisiert…

Auch wenn wir jetzt erst eine Zwischenzeit passiert haben und das Ziel noch lange nicht in Sicht ist, gehen wir den weiteren Weg zuversichtlich an und bleiben auf unserer Route. So wird es uns hoffentlich bald wieder möglich sein unseren Sport so zu betreiben wie wir ihn alle lieben.
In diesem Sinne wünsche ich uns allen alles Gute, bliibet gsung und heit Sorg!

Herzliche Grüsse
Ursula Wyss

P.S.: Die OL-Schuhe putze ich nun garantiert auch nicht mehr. Denn ab nächster Woche dürfen sie endlich wieder auf Postenjagd gehen. Wie und wo lest ihr unter anderem in diesem Newsletter. ☺

Training auf wöchentlich wechselnden Postennetzen ab 20. Mai 2020 wieder möglich!

Nachdem letzte Woche der Start ins Mittwochtraining für den Nachwuchs erfolgreich geglückt ist, wird es ab **Mittwoch, 20. Mai 2020** auch für alle anderen wieder möglich sein Kartentrainings zu absolvieren und im Wald Posten anzulaufen.
Nachfolgende Hinweise unbedingt beachten, Kompass entstauben, OL-Schuhe aus dem Keller holen und schon kann es los gehen… Viel Spass!

Folgende Hinweise sind unbedingt zu beachten, damit wir den Bestimmungen des Bundes und dem **Schutzkonzept** von Swiss Orienteering Rechnung tragen können:

- ✓ Am **Mittwochabend** während der Trainingszeit des Nachwuchses ist ein Training **nicht** möglich (Ausnahme evtl. am 17.06.20; Infos folgen).
- ✓ Besammlungsort und in welchem Zeitraum das Postennetz zur Verfügung steht, ist auf unserer **Homepage** ersichtlich.
- ✓ Auf einer **Googledocs Liste** trägt man sich für ein bestimmtes Zeitfenster ein, während dem man sein Training absolvieren will.
- ✓ Pro Zeitfenster können sich maximal 5 Personen eintragen.
- ✓ Die Karte kann als PDF über im internen Bereich der Homepage heruntergeladen werden.
- ✓ Das Training wird allein oder familienintern absolviert.
- ✓ Die Postenstandorte sind mit **Bändern** markiert.

Bei Fragen steht Rahel Zürcher zur Verfügung (zuercher.rahel[ät]bluewin.ch).

Für den **Nachwuchs** gilt immer noch das Anmeldeprozedere gemäss separatem Mail vom 10.05.2020. Für euch ist also die Liste **nicht** relevant. Ihr meldet euch immer noch direkt bei Rahel Züricher an.

Rahel, ganz herzlichen Dank für dein Engagement und die Organisation der Trainings!

Training mit gemeinsamem Bräteln

Mittwoch, 17. Juni 2020 bei der Waldhütte Ersigen

Da seit der Klubmeisterschaft alle bisher geplanten Vereinsaktivitäten ausfallen mussten, möchten wir uns in diesem Rahmen treffen. Möglich sein wird dies natürlich nur bei entsprechender Lockerung des Versammlungsverbotes.
Weitere Informationen folgen zu gegebener Zeit per Mail und auf der Homepage.

Krafttraining zu Corona-Zeiten

In den Kategorien D/H 35+ laufende Klubmitglieder dürften sich noch an die Zeiten erinnern als sich „Familie Schweizer“ vor dem Fernseher für die Skisaison fit trimmte. Damit gemeint ist nicht das samstägliche Mittagessen in der Stube während dem Zurbriggen, Heinzer oder Müller die Pisten runtersausten, sondern natürlich das Skiturnen mit Bernhard Russi. Als krönenden Abschluss durften dann alle noch zweieinhalb Minuten in die Hocke und selber via Bildschirm die Lauberhornabfahrt in Angriff respektive in die Oberschenkel nehmen.
Nun haben situationsbedingt diese Lektionen ein Revival erlebt: Aus dem Skiturnen wurde „Sport @ Home“, statt Bernhard Russi hat der Langlaufkommentator Adriano Iseppi das Mikrofon mit Alltagsgegenständen getauscht und zeigt munter Übung für Übung zum Mitmachen. Etwas weiter noch gingen diverse Fitnesscenter oder -coaches und boten regelmässige Live-Workouts über Internetplattformen an. Sich einfach auf besagter Plattform registrieren, zur vereinbarten Zeit einloggen und schon ist man mit dem Trainer sowie seinen Trainingskollegen verbunden.

Dass es für ein gemeinsames Krafttraining weder das Schweizer Fernsehen noch einen Profi-Fitnessinstruktor braucht, bewiesen unsere Junioren: Kurzerhand versammelten sie sich jeweils am Montagabend um via Zoom gemeinsam ein Krafttraining zu absolvieren. An Spitzentagen dürfte es zumindest auf den Handybildschirmen ganz schön eng geworden sein um die anderen Teilnehmer zu sehen, nahmen doch bis zu 12 Personen teil.
Silvan Schletti hat ein paar Szenen zu einem **Video** zusammen geschnitten. Wer beim Training mitgemacht hat, darf sich zurück lehnen und die Momente nochmals geniessen. Für die Anderen findet sich vielleicht die eine oder andere Übung zum Aufnehmen ins persönliche Krafttraining…

Informationen aus dem Vorstand

- **Absage Berner Abendläufe Juni/Juli 2020**
  Sämtliche im Juni und Juli 2020 geplanten Berner Abendläufe wurden nach Absprache unter den organisierenden Klubs (OLG Bern, ol norska und OLV Hindelbank) abgesagt. Darunter fällt auch „unser“ Lauf vom 17. Juni, der auf der Karte Schützenmatt geplant gewesen war.
  Am Samstag, 20. Juni findet eine Terminplanungssitzung der Herbstsaison für die im BOLV organisierten Vereine statt, an der unser Präsi Stefu Bernhard teilnehmen wird.
  Nach der nächsten Vorstandssitzung vom 22. Juni folgen weitere Informationen, ob die Durchführung an einem neuen Datum nach den Sommerferien geplant werden kann oder eine Verschiebung ins Jahr 2021 nötig wird.
  Der Laufleiter Rolf Giezendanner und die Bahnlegerin Cornelia Mangiarratti stehen auf jeden Fall in den Startlöchern um eine Durchführung noch dieses Jahr zu organisieren…

- **Klubweekend Kandersteg 09. Bis 11. Oktober 2020**
  Die Unterkunft in der Villa Foree wurde von Ueli Stalder bereits vor einiger Zeit reserviert. Die weitere Planung der Trainings und gemeinsamen Aktivitäten wird jedoch erst wieder vorangetrieben, sobald Klarheit über den Terminkalender des SOLV herrscht, und wir sicher sind, dass sich dieses Wochenende nicht allzu sehr mit einer verschobenen Meisterschaft oder einem Nationalen OL überschneiden würde.

❖ Zukunft OLV Hindelbank und neuer Vereinsname

Da sich der Vorstand aus mehr als fünf Personen zusammensetzt, mussten auch wir uns dem Versammlungsverbot beugen und unsere Geschäfte anderwärtig behandeln. Unter den gegebenen Umständen war es dem Vorstand leider nicht möglich dieses wichtige Thema weiter zu bearbeiten und voranzutreiben. Das im MB Nr. 295 erwähnte weitere Vorgehen werden wir euch demnächst per Mail vorstellen.
Ein grosses Merci Tinu Egger für die Ausarbeitung der Details.

❖ Helfereinsatz an der Swiss O Week 2021 in Arosa

Herzlichen Dank an alle, die sich gemeldet haben und sich einen Helfereinsatz im Ressort Ziel vorstellen könnten. Leider ist es mit nur rund 10 Klubmitgliedern nicht möglich, diese Aufgabe während einer ganzen Woche zu stemmen. Aus diesem Grund musste dem OK SOW 2021 eine Absage erteilt werden.

❖ Mutationen

Eintritte:

Bürki Mia	2008	Jegenstorf
Röthlisberger Mia	2010	Ersigen
Thoms Elisa	2009	Burgdorf

Austritte:

Bauer Georges	1956	Kirchberg
Egli Dorli	1943	Meikirch
Lyrenmann Fabia	1997	Bremgarten
Lyrenmann Nick	2003	Bremgarten
Righetti Franco	1976	Burgdorf
Hofer Christoph	1964	Rotkreuz (verstorben am 23.10.19)

Redaktion: Ursula Wyss

Redaktionsschluss Mitteilungsblatt Nr. 296: 24.08.20