

REGIO BURGDORF



Mitteilungsblatt

03

2023

50. Jahrgang · Nr. 307

Aus dem Inhalt

- 3 **Editorial**
Ursula Wyss
- 4 **Präsidiales**
Stephan Bernhard
- 5 **WOC 2023 aus Helfersicht**
Marion Jaggi
- 7 **Rückblick WOC 2023 aus OK-Sicht**
Michel Zwahlen
- 8 **Trainingslager Flims**
Léon Wiedmer
- 12 **SOW 2023**
Marion Jaggi
- 13 **Juniorentag**
Elisa Thoms
- 14 **Aargauer 3-Tage OL**
Florian Baumann
- 15 **SIMM**
Lisa Christen
- 17 **Nyheter från Göteborg**
Jonas Egger
- 19 **Ausschreibung Klubweekend**
Elisabeth Schletti
- 20 **Mittwochtraining**
Rahel Zürcher
- 21 **Freude herrscht-Cup 2023**
- 22 **Nachbestellung Daunenjacke**
Franziska Wolleb Eyer
- 23 **Vorinfo Klubreise 2024**
OK 50-Jahr Jubiläum OLRB
- 24 **Fotoaufruf zum Vereinsjubiläum**
Käthi Baumgartner
- 25 **Resultate**
Ursula Wyss
- 27 **Hallentraining Winter 23/24**
Thomas Eyer
- 27 **Mutationen**
Stephan Bernhard
- 29 **Im Dickicht hange bliebe**
Ursula Wyss
- 32 **Wurzeli**
Käthi Baumgartner

Impressum

Herausgeberin
OL Regio Burgdorf

Präsident
Stephan Bernhard
Möösli 1, 3425 Willadingen
Tel. M 079 413 25 25
stephan-bernhard@bluewin.ch

Redaktorin
Ursula Wyss
Bahnhofplatz 11c, 6210 Sursee
Tel. 032 384 41 43
ursula.wyss@gmx.ch

Layout
Monika Ammann-Baumgartner
Amietstrasse 16, 3400 Burgdorf
Tel. 034 422 75 78
monebaum@hotmail.com

Adressänderungen an:
mitglieder@olrb.ch

Homepage OL Regio Burgdorf
www.olregioburgdorf.ch

Auflage
160 Exemplare
Erscheint 4x jährlich

Redaktionsschluss
Nr. 308, 04/23
30. Oktober 2023

Zuerst wollte der Sommer nicht so recht Einzug halten, doch dann – pünktlich mit unserer Ankunft als Volunteers der WOC in Laax – wurde es heiss, sehr heiss sogar. Und dies im doppelten Sinne:

Zum einen brannte die Sonne gnadenlos auf die Zielarena in Prau la Selva herunter. Sei es während unserem ersten Helfereinsatz für Aufbauarbeiten an diesem Dienstagnachmittag (nur am Rande erwähnt sei hier der grüne Teppich auf das Finisher-Podest nach dem Zieleinlauf, der in jedem Rennen von jedem Läufer und jeder Läuferin passiert werden musste und sehr prominent immer wieder im Fernsehen zu sehen war, ja der war Made by OL Regio Burgdorf...) oder dann während dem Middle Finale vom Samstag und der Staffel am Sonntag. Die Schattenplätze waren Mangelware und heiss begehrt (Da hatte ich es direkt angenehm: Während dem Middle war ich zum Posten Bewachen im Wald eingeteilt. Die Staffel verbrachten Fränä und ich in der Einstellhalle des Sportzentrums und statteten in der Quarantäne die Läufer mit ihren GPS-Sendern aus. Oder anders gesagt: Nur Dank uns konntet ihr auch sehen, welche sie Routen gewählt haben... ;-).



Foto: Silvan Schletti

Heiss ging es aber auch während den Wettkämpfen zu und her. Einmal mehr gewaltig, was uns die weltbesten O-Läuferinnen und -Läufer boten. Und umso schöner, dass wir – die OL-Nation Schweiz – das Geschehen an dieser WOC massgeblich mitgeprägt haben.

Wie Marion Jaggi und Léon Wiedmer ihre erste WM erlebt haben und was Mischu so alles an Verpflegung für die stattliche Anzahl Helfer aufsuchte, schildern sie uns in diesem Mitteilungsblettli.

Nicht zuletzt auch dank seinem dicken Fell dürfte Capri ebenso das eine oder andere Mal arg ins Schwitzen gekommen sein...

Aber auch sonst lief während den Sommerferien so einiges, wie die zahlreichen Berichte und Fotos eindrücklich zeigen. Z.B. Jonas, der nach Göteborg gezogen ist, Lisa erzählt vom SIMM und eine grosse Juniorenschar bevölkerte den Zeltplatz am Aargauer 3-Tage OL in Neuendorf.

Danke euch allen für eure Berichterstattungen! Nur so lebt unser Mitteilungsblettli!

Doch bald wird sich der Sommer 2023 definitiv verabschieden, und es wird wieder wärmere Kleidung gefragt sein. Wer noch keine Daunenjacke besitzt, hat jetzt die einmalige Gelegenheit bei Fränä eine nachzubestellen. Diese wird bestimmt auch am Klubweekend auf der Marbachegg ihre Dienste leisten oder auf dem Nachhauseweg vom Hallentraining für die nötige Wärme sorgen. Mehr zu alledem im hinteren Heftteil.

Nun wünsche ich euch eine gesunde, unfallfreie und erfolgreiche Herbstsaison!

Bis bald im Wald...

Ursula Wyss

«Präsidiales»

Flims 2023 wird ganz vielen OL-Läufer:innen und ebenfalls einer grossen Anzahl OL Regio Burgdorfer:innen in bester Erinnerung bleiben (mit ganz wenigen Ausnahmen, wie z.B. dem Ausharren im Gondeli bei Gewitter). Die WOC war für den schweizerischen OL-Sport Werbung vom Feinsten. Viele Nicht-OL-Läufer schwärmten von grossartigen und spannenden Live-Fernsehbildern zu Hause in der guten Stube. **Simone Niggli** hat als Verantwortliche für die Bahnlegungen sowie als Co-Kommentatorin bei SRF beeindruckende Arbeit geleistet. Aber auch **Mischu Zwahlen** lieferte im Rückwärtigen als Helferchef einen super Job. Alle OLRB-Helfer:innen leisteten sehr gute Arbeit, dennoch gilt es hier die Lunchcrew hervorzuheben, welche wirklich noch einen oben drauf setzte und uns Helfenden immer wieder mit Überraschungen wie z.B. Waffeln als Dessert beim Abendessen verwöhnte! Insgesamt grosses Kino!

Bei solchen Events lernt man sich auch immer etwas besser kennen. So zum Beispiel kannte ich die aussergewöhnlichen Mountainbike Kletterfähigkeiten von **Sebi Schmied** nicht. Er wuchtete am Ruhetag die rund 1000 Höhenmeter von Flims zur Segnasebene mit seinem 25-jährigen Bikeoldtimer inkl. Einkaufskörbli und grossem Rucksack in beeindruckender Manier à la Jonas Vingegaard hoch. Die Wattleistungen wären hochinteressant gewesen, so manch Hobbyrennbiker hätte im Vergleich ziemlich alt ausgesehen.

Im Anschluss der **WOC** konnten an der **SOW** die meisten OLRB'ler die Laufschuhe selbst schnüren und den weltbesten Cracks nacheifern. Zwei Ereignisse werden sicher länger haften bleiben. Einerseits der Gesamtsieg in der Kat. H14 von unserem **pfeilschnellen OL-Navigator Julian Schmied** und andererseits die Abbrüche von zwei Etappen aufgrund heftiger Gewitter.

Mit der **Masters WM** in der Slowakei stand im Anschluss der Sommerferien für mich gleich ein weiteres Top-Event an. Und echt, was dort gewisse Senioren:innen leisteten, ist absolute Klasse. In der Gruppe des weltbesten Reiseleiters **Ulu Aeschlimann** wurden gleich mehrere Medaillen gesammelt. Das Schweizer Highlight war der Doppelsieg bei den M90 im Sprint in Kosice durch Othmar Sauter und Martin Hutzli. **Maria Luder** erzielte mit dem **5. Rang im Middle Final der Kat. W75** ein großartiges Resultat. Ich ziehe den Hut vor diesen Senioren:innen.

Allen eine spannende OL-Herbstsaison! Machtet's guet und hoffentlich bis bald.

Der Präsi, Stefu



Priska, gut eingerichtet am Verpflegungs-posten des Long Finals in Flims!.



Maria Luder zelebriert dynamischen OL-Sport in Perfektion.

WOC 2023 aus Helfersicht

Die WOC dauerte vom 8. Juli bis am 16. Juli. Es gab etwa 291 Helfer*innen die einen sehr großartigen Einsatz leisteten. Lukas und ich halfen vom 8. bis am 12. Juli Helferbags vorzubereiten, Sandwiches zu streichen und Essensbons zu verteilen. Am 12. gingen Lukas und ich ins Lager das parallel zur WM stattgefunden hat. Das Krampfen der Helfer ging aber weiter. Sogar eine ehemalige OL- Weltmeisterin kam jeden Tag Lunch abholen. Am Mittwoch war die Qualifikation für die Mitteldistanz. Das Aufbauen vom Zieleinlauf ist immer eine grosse Sache. Bei der Qualifikation hatten sie auch einen Verpflegungsstand und Roman hatte dort ein super Platz.

Die Helferverpfleger*innen hatten jeden Tag eine top Leistung gezeigt. Sie hatten insgesamt 3250 Sandwichs gestrichen von denen sich alle Helfer und Helferinnen ernähren konnten. Während dessen alle anderen an der Mitteldistanz im Einsatz waren, machten Roman und Mischu für die Helfer und die Helferinnen «Schläckzügpiässli».

Aber alle Helfer*innen brauchten mal eine Pause, sogar die Erwachsene und wie macht man die am besten? Mit Panini tauschen und einkleben.

Beim Einkaufen kann es natürlich passieren, dass man Tove Alexandersson trifft und beim Waschen der Helferkleidung Emil Svensk.

Capri ist natürlich auch immer dabei.

Und wenn man ein wenig verspätet unterwegs ist, kann das auch ein Vorteil sein. Ich meine vielleicht hat man ja Glück und man trifft OL-Weltmeister*innen die hinter der Bühne warten, bis sie aufgerufen werden.

Marion Jaggi



Stars hautnah:



Rückblick WOC 2023 aus OK-Sicht

Die WOC 2023 in Flims Laax fand nach langen Vorbereitungsarbeiten erfolgreich statt. Die Erfolge des Schweizer Teams halfen mit, dass die Heim-WM zu einem richtigen OL-Fest wurde.

Das Ressort Helfer war in festen Händen der OL Regio Burgdorf.

Herzlichen Dank Judith Maurer, Debbie Leuenberger, Familie Jaggi (Yvonne, Manuel, Roman, Marion, Lukas) und Vanessa Zwahlen für die herausragende Arbeit.

Die vielen positiven Rückmeldungen haben gezeigt, dass das Konzept von Michel Zwahlen mit dem Buffet sehr geschätzt wurde.

Der Wäscheservice der Helfer T-Shirt ist hier auch noch zu erwähnen. Es wurde sehr geschätzt, dass nach einem langen Arbeitstag ein frisches T-Shirt abgeholt werden konnte.

Hier ein kleiner Einblick in die Kennzahlen der Helferpflege

Pro Tag waren es zwischen 50 und 420 Personen die sich bei den Helferpoints verpflegten. (Helfende / Militär + Zivilschutz / IOF)

Total waren es 2500 „Personen“ während der gesamten Dauer.

Brot	230 Kilo
Fleisch	95 Kilo
Landjäger / Cervelas / Salsiz	700 Stück
Käse / Frischkäse	58 Kilo
Thon / Ei / Hummus	30 Kilo
Butter für Sandwich	39 Kilo
Früchte / Gemüse	125 Kilo
Getränke	5832 Flaschen
Emmi-Produkte	6073 Stück
Schoggistängeli	2980 Stück
Snacks (Nüssli, Gützi, Apfelringli, usw)	2300 Säckli
Gummi-Spiesse	450 Stück
Waffeln / Fruchtbecher	600 Stück
Sandwich	3250 Stück

Michel Zwahlen

Trainingslager Flims-Laax

Wir dürfen auf zwei spannende OL-Wochen zurückblicken. Léon Wiedmer hat für uns das Trainingslager der Junioren und Juniorinnen während der ersten Woche mit der OL-WM zusammengefasst.

Dienstag:

Wie viele andere OL-Abenteuer startete auch dieses am Bahnhof Burgdorf. Wir verteilten uns auf drei Bussli und mit voller Vorfreude und auch etwas Müdigkeit nahmen wir die drei Stunden Busfahren auf uns.

Schon bei der Einfahrt nach Flims wurde mit Fahnen und Banner auf die OL-WM aufmerksam gemacht. Natürlich machten das alpine Gelände und die Wälder ganz schön Lust nach OL. Erst einmal assen wir aber in einem Wald, nahe von Laax, unseren Lunch. Danach machten wir einen sogenannten Mittagscup. In fünf Gruppen musste man möglichst schnell verschiedene Aufgaben lösen. Es sollte jeden Tag einen solchen Cup geben und am Ende der Woche würde das Gewinnerteam ausgezeichnet.

Im Anschluss gab es das erste Training im Wald Larischs. Es war sehr heiss und der Wald für die dortigen Verhältnisse eher grün. Direkt nach dem Waldtraining absolvierten wir einen Sprint im Dorf Laax. Beim Training holten sich einige Teilnehmer Bienenstiche und alle wollten schnell ins Lagerhaus.

Wir waren in Foppa, oberhalb von Flims, in einem kleinen, aber feinen Haus untergebracht. Wir bezogen die Zimmer und richteten uns gemütlich ein. Zum Abendessen gab es Penne mit Tomatensauce.

Damit war der Tag aber noch nicht zu ende. Nun gingen wir an die Eröffnungsfeier der OL WM. Hier sollte jeder von uns Fahnen der teilnehmenden Nationen hereintragen. Die Feier wurde von starkem Regen überrascht, aber trotzdem hatten wir Spass und sammelten schon erste Unterschriften.

Im Lagerhaus verteilte uns Rahel noch die von Mischu gesponserten Panini-Hefte und nach einem Kuchendessert ging es dann ins Bett.

Mittwoch:

Am ersten Morgen stürzten sich alle hungrig aufs Frühstücksbuffet. Danach wurde zügig gepackt und Lunch für das Mittagessen gemacht. Verteilt auf drei Busli und ein Auto fuhren wir nach Flims. Hier gab es nun ein grossartiges Sprinttraining. Als erstes machten wir einen Linien-OL. Auf der Karte hatten wir eine Linie eingedruckt, der wir möglichst folgen sollten. Danach gab es noch einen kurzen Sprint mit Batch, bei dem man sich auf die Routenwahlen konzentrieren sollte. Auf jeden Fall bereitete das Training uns allen Spass. Wo wir schon in Flims waren, machten wir uns alle zum ersten Mal in den vier Läden auf Panini jagt. Und damit gingen wir zur WM Mittelinstanz Qualifikation in der Nähe des Crestasees. Die Favoriten qualifizierten sich wie erwartet alle und es gab keine grossen Überraschungen. Während des Wettkampfes assen wir unser Lunch und machten ein Foto mit Capri alias David. Ausserdem wurde weiterhin, zur Aufregung einiger Läufer, gierig Unterschriften gesammelt. Nach dem Wettkampf wäre eigentlich noch ein Training geplant gewesen, aber weil die Mehrheit dazu keine Motivation mehr hatte, wurde dieses kurzerhand abgesagt. Im Lagerhaus wurden dann drei Gruppen gemacht. Die die noch

genug Energie hatten, gingen auf ein kurzfristig geplantes Training im Nahegelegenen Wald Foppa und es traf sich eine zweite kleine Gruppe zur Dehn-Runde. Der Rest blieb im Haus und spielte Spiele oder tauschte Paninis. Zum Abendessen gab es ein leckeres Reis Casimir. Am Abend fand, leicht verspätet, der Mittagscup statt. Dieses Mal ging es darum, möglichst viele Fragen, rund um die WM, richtig zu beantworten.

Donnerstag:

Heute ging es direkt nach einem ausgiebigen Frühstück in den Wald Bot Fiena bei Trin. Dies ist ein sehr schöner Wald mit vielen Details und kleinen Pfaden. Zum Start gab es für unsere Leistungsgruppe einen Korridor OL, der mir, für dieses Gelände, erstaunlich gut gelang. Danach gab es noch einen klassischen OL-Abschnitt und wir fanden uns langsam etwas besser in den Bündner Wälder zurecht. Da der Wald vom Regen noch nass war, mussten wir uns nach dem Training rasch umziehen. In frischen Kleidern ging es nun, mit Fahnen und Schweizer T-Shirt bewaffnet, in die WM-Arena. Wir staunten erst einmal ein bisschen über die enorme Länge der Bahn. Während dem Wettkampf hatten wir wieder Zeit unseren Lunch zu essen. Mit den Schweizern fieberten wir die ganze Zeit komplett mit. Ich glaube nicht, dass ich hier noch gross erläutern muss, dass Simona Aebersold mit einem Vorsprung von 31 Sekunden auf Tove Alexandersson ihre erste WM-Goldmedaille gewonnen hat. Aber auch das Männer Rennen waren spannend. Als der Tscheche Tomas Krivda ins Ziel kam, sah man einige von uns, bei der Autogrammstunde, im Fernsehen. Natürlich waren wir etwas enttäuscht, dass Mattias Kyburtz trotz seines guten Laufes keine Gold-Medaille gewann, aber natürlich gönnen wir es Kasper Fosser am gleichen Tag wie Simona Aebersold Gold zu holen. Nachdem wir einige Zeit in der Arena waren, kehrten wir ins Lagerhaus zurück. Zum Abendessen gab es Stocki. Als Abendprogramm gingen wir noch einmal in den Bot Fiena zum Nacht-OL. Der heutige Mittagscup, der schon wieder verspätet stattfand, bestand daraus, anhand der Bahndaten, möglichst genau zu schätzen, wie lange man für den OL-Benötigt. Ich fand es sehr toll wieder einmal Nacht-OL zu machen und habe gemerkt, dass in der Nacht einen Posten zu suchen doch so einiges an Nerven braucht.

Freitag:

Heute wurde ausgeschlafen und der Morgen etwas ruhiger angegangen. Die meisten hätten jedoch noch länger schlafen können. Da dieser Tag der Ruhetag der WM war, gingen wir heute nicht in die Arena. Als erstes ging es heute in den Wald Foppa. Hier gab es einen Downhill OL im detailreichen Gelände. Trotz des Downhills waren nur sehr langsame Geschwindigkeiten möglich. Der quer durch das Gelände führende Bike Trail machte wohl auch die Bahnlegung nicht gerade einfach. Erst eine Stunde später kamen die Letzten ins Ziel. Zum Mittagessen fuhren wir wieder zurück ins Haus und brätelten. Dazu gab es ausgiebig Chips und Tomaten. Nach dem langen Mittagessen fuhren wir nach Chur ins Quartier Giacometti. Hier, im Gelände mit vielen belaubbaren Wiesen, fand nun die Sprintstaffel in dreier Teams statt. Die Bahnen waren komplett gegabelt und es hatte viele Schlaufen. Schon auf der ersten Runde entstanden grosse Lücken. Leider erreichte uns am Ende, zur Empörung der Leiter, die Nachricht, dass aufgrund vieler Posten Fehler nur ein Team klassiert war. So fuhren wir wieder zurück nach Foppa. Zum Abendessen stürzten wir uns heisshungrig auf die Älplermagronen. Bei der Rangverkündigung, der Sprint

Staffel, erhielten das Team ohne Posten Fehler und alle einzelnen Läufer ohne Fehler einen Preis. Der wiederum verspätete Mittagscup bestand heute darin den Startort der morgigen WM-Mittelinstanz möglichst genau vorherzusagen. Dabei konnten wir Pro Team zwei Punkte auf die Karte setzen.

Samstag:

Ein langer Tag stand bevor. An diesem Morgen ging es wieder früher los. Zum Training fuhren wir in den steilen Wald Salums. Hier war es schwierig sich zu orientieren, man konnte mangels anderer Anhaltspunkte nur anhand der Geländeformen erkennen, wo man sich befindet. Der Wald war sehr schön und die Karte sehr detailreich. Durch den Wald zog sich ein langer Sumpfstreifen der sich als einzige Leitlinie eignete. Alle waren schon müde und das Training wurde teils abgekürzt. Umso schneller war man dann wieder zur Mitteldistanz in der Arena. Jedes Team hatte einen seiner Punkte ziemlich in der Nähe des eigentlichen Startes gesetzt. In der heissen Arena wurde wieder gegessen und mitgefiebert. Immer noch wurden fleissig Unterschriften gesammelt. Ausserdem fand der Mittagscup heute tatsächlich mal am Mittag statt. Er bestand darin möglichst viele Selfies mit fremden Personen zu machen. Menschen mit einem Ausländischen Dress und Capri gaben zusatzpunkte. Wir waren sehr stolz auf die Leistung von Mattias Kyburtz. Leider waren aber unsere Langdistanz Sieger schon etwas müde. Wir kamen erst am späten Nachmittag nach Hause. Zum Abendessen gab es heute Cinque Pi. Am Abend wurde noch gepackt und die Rangverkündigung des Mittagscup fand statt.

Sonntag:

Nach dem Frühstück gingen alle gestaffelt je nach Startzeit an der ersten SOW-Etappe in die Arena. Einige gingen auch direkt die WM-Staffel schauen. Die SOW-Bahnen waren doch etwas tückisch gelegt und es lief nicht allen ganz so gut. Gleich nach dem Wettkampf wurde der Lunch gegessen und man verschob sich langsam in das Ziel und Start Arena der Staffel. Das Wetter war richtig heiss und so manche holten sich einen Sonnenbrand. Spätestens nachdem Joey Hadorn seinen grandiosen Lauf hatte, waren alle voll dabei. Das Glück war wieder einmal voll auf der Schweizerseite. So hatten wir eine nächste Goldmedaille. Aber auch bei den Frauen lief es nicht schlecht. Nur etwas schade, dass zwei unserer Läufer die schlechte Routenwahl getroffen haben, aber auch auf eine Silbermedaille können wir stolz sein. An diesem Punkt war das Lager schon fast zu Ende. Wir liefen zu den Bussli und verabschiedeten uns, von denen die nach Burgdorf fuhren. Und dann wurden auch die SOW-Läufer in die Jugi gebracht. Alle kamen gut nach Hause.

Wir durften ein weiteres Mal ein super Lager erleben und das haben wir nicht zuletzt den genialen Leiter zu verdanken. Auch unserem Küchenteam will ich an dieser Stelle danken.

Und mit diesen Worten wünsche ich euch allen weiterhin eine erfolgreiche Saison.

Léon



Swiss O Week 2023 Flims



Die 1. Etappe war «Die Klassische», am Sonntag. Die erste Etappe war vor der WM-Staffel, wo übrigens das Schweizermännerteam 1. wurde und das Frauenteam 2. Der erste Start war um 09:00 und der letzte um 13:00 wie auch an allen anderen Tagen. Der Wald hatte sehr viel Kuppen, Hügel, Senken und Steinen/Felsen.

Am 2. Tag hiess die Etappe «Die Panoramische». Doch leider war die Aussicht nicht so schön wie man erwartet hat. Die Aussicht war nämlich grau, grau im Nebel. Der Nebel lichtete sich nicht bevor die ersten starteten. Man sah etwa nur 10 Meter, wenn überhaupt. Diese Karte war hauptsächlich gelb, Gelb wie Wiese. Diese Etappe war nämlich auf einem Berg. Es hatte aber auch viele Steine und Bächli.



Die 3. Etappe hiess «Die Coole». Leider konnte nicht jede und jeder diese Etappe rennen, weil etwas mit den Gondelis nicht funktioniert hat. Man musste bei dieser Etappe auf den gleichen Berg wie bei der 2. Etappe und bei der 3. Etappe war das



Panorama wesentlich besser. Man konnte nicht nur wegen den Gondelis nicht starten, sondern auch wegen dem Wetter. Es hat nämlich ein Gewitter gegeben. Diese Etappe fand auf einem Gletscher statt. Das Gelände war teilweise schnell und teilweise nicht. Gut belaufbar waren die Steinplatten und die Wiese. Nicht so gut belaufbar war so sandähnliches Zeug also nichts Festes.

Am Mittwoch war Ruhetag. Einige gingen an den Caumasee. Der Caumasee ist übrigens der schönste See der Schweiz und einer der schönsten von Europa. Es gingen aber auch ein paar joggen, um fit zu bleiben für die restlichen Etappen.



Die 4. Etappe war Langdistanz und hiess «Die Trägerische». Diese war auf einem anderen Berg als die anderen 2. Etappen. Diese Etappe war wirklich anstrengend. Auf dieser Etappe hatte es viele kleine Seen, V-Löcher und paar grosse Bächer die von Felsen geschützt wurden. Trinkposten gab es natürlich auch wie bei allen Etappen.



Die 5. Etappe konnten wieder nicht alle rennen. Diese hiess übrigens «Die Tektonische». Die Etappe konnte man wieder wegen schlechtem Wetter nicht rennen. Sie liessen dieses mal nicht mal alle Teilnehmer*innen auf den Berg. Es waren noch viele in der Gondelstation. Diese Etappe war auf dem gleichen Berg wie die 4. Etappe. Ich finde diese Bahn sieht noch tricki aus. Auf der Karte sind viele Felsen zu sehen.

Die 6. Etappe hiess «Die Genussvolle». Bei dieser Etappe gab es einen sehr langen Zielsprint. Der Zielsprint war nämlich 330 Meter oder 200 Meter lang. Bei dieser Etappe hatte es sehr viele Höhenlinien die nahe beieinander waren also steil. An diesem Tag reisten auch viele wieder nach Hause. Leider war die SOW dann schon vorbei. Mit Fotos und den OL-Karten wird sie aber in Erinnerung bleiben.

Geschrieben von Marion Jaggi

Juniorentag vom Samstag, 24. Juni 2023

Heute war Juniorentag. Wir haben uns um 09:00 am Bahnhof Burgdorf getroffen. Von dort sind wir mit dem Zug nach Hägendorf gefahren.

Danach sind wir durch die Teufelsschlucht zur Brätlistelle gelaufen. Durch die Teufelsschlucht fließt ein Bach über den über 30 kleine Brücken gehen. Bei der Brätlistelle hat Rahel dann schon auf uns gewartet. Um das Feuer zu machen, mussten alle abwechselungsweise mit einem Besen dem Feuer Luft zu fächeln. Als das Feuer dann gut gebrannt hat, haben alle Würste und Käse gebraten. Es gab dann noch ein traditionelles OL Dessert: Karamellisiertes Marshmello mit Petit-Beurre.

Nach dem Zmittag haben wir uns dann in drei Gruppen aufgeteilt, damit alle in ihrem Tempo zur Rodelbahn kommen. Die jüngeren sind gewandert und haben ganz viele neue OL Lieder gelernt. Die älteren sind zur Rodelbahn gejoggt. Es war zwar schön aber sehr heiss, wir haben auch Musik gehört. Die ältesten sind auch gejoggt, jedoch etwas länger. Nach ungefähr 2 Stunden waren dann alle Gruppen bei der Rodelbahn. Wir durften 5 mal rodeln und noch ein Eis essen. Das Rodeln hat mega Spass gemacht.

Danach sind wir zurück nach Burgdorf zurück gefahren. Es war ein anstrengender jedoch wunderschöner Tag.

Elisa Thoms



Aargauer 3-Tage OL

Der Aargauer 3-Tage OL begann damit, dass wir von Burgdorf mit drei Bussen nach Neudorf im Kanton Luzern fuhren. Als wir am Zeltplatz waren, packten wir alles aus und stellten die Zelte auf. Danach machten wir uns für den Sprint am Freitagabend bereit und fuhren mit dem Bus nach Beromünster, wo der Wettkampf stattfand. Schliesslich kamen alle zurück und duschten bevor man zu Abend ass. Um 22:00 war Nachtruhe und wir gingen schlafen. Der nächste Morgen startete mit einem Morgenjoga, welches David leitete. Da die Mitteldistanz erst am Nachmittag war, verbrachten wir den Morgen im Schwimmbad, wo sich leider jemand auf der Rutschbahn verletzte. Für den Lauf waren dann alle vorbereitet und liefen im flachen, aber schönen Wald so wie es ging. (Der Wald hatte ein sehr tolles Wegnetz. Für die Bahnen ab D/H 14 war der Wald aber sehr dornig und wir waren froh, starteten wir erst sehr spät. So konnten wir von den Wegen durch die Dornen profitieren ;-). Am Abend gab es noch einen Film, und zwar Ice Age 1, wo viel gelacht wurde. Dann wurde noch die Rangliste aufgehängt und alle schauten wieviel Rückstand man auf den Ersten hatte. Am letzten Tag versuchten noch alle ein paar Ränge gut zu machen. Der Wald war etwas steiler als der andere und auch die Distanz war länger, aber er war schön. Es gab Jagdstart und viele hatten Stress, weil der Hintere gleich kommen würde. Alle meisterten das aber gut. Nach dem Lauf hiess es zusammenpacken und Zelte abbauen. Dann gab es noch die Rangverkündigung, wo 6 Burgdorfer aufs Podest kamen. Schliesslich fuhren wir zurück nach Burgdorf, von wo dann alle nach Hause gingen. Es machte trotz der Müdigkeit Spass.

Florian Baumann



Hier ist der kurze Bericht der Erlebnisse der 7 OLRBler*innen am SIMM in Adelboden. Ganz ehrlich, ich war mir nicht ganz sicher, ob das was werden würde... Adelboden (kenne ich zu wenig, besonders im Sommer)... SIMM (beim letzten Mal war es anstrengend)... Hoffentlich hält das Wetter (da sind Gewitterwolken auf der Vorhersage)... Noch etwas verschlafen fuhren ich und meine Teamkollegin Ladina am Samstagmorgen mit Zürchers nach Adelboden. Im Auto tauschten wir aus, wie schwer unser Rucksack ist, was wohl zu viel im Gepäck sein könnte und wo die Route uns entlangführen wird. Je näher wir Adelboden kamen und mögliche Varianten verglichen, umso mehr stieg die Vorfreude. Mit der Startnummer am Rucksack und einem letzten Bissen Hefeschnecke aus der Bäckerei im Bauch bestiegen wir die Bahn zur Engstligenalp (Ahh, da ist also der Start!). Nach einer Runde Anstehen vor dem WC und vielen Hallos zu bekannten Gesichtern fiel um halb elf der Startschuss. Alle Burgdorfer Teams starteten übrigens in der selben Kategorie, Trail short. 16.5 Kilometer mit 1450 Höhenmetern standen uns bevor. Nach einigen ersten Posten im flacheren Teil der Engstligenalp ging es dann ziemlich zur Sache. Den unweg-samen, die Fussgelenke fordernden Hangpassagen unterhalb des Chindbettihorns und des Wildstrubels folgte der Aufstieg zum Ammertepass, wo das Begrüssungskomitee, bestehend aus ein paar neugierigen Ziegen, bereits wartete. Die waren sicher auf unsere schweissig-salzigen Beine aus. Viel Zeit blieb für den Rück- und Ausblick leider nicht. Nur schnell noch einen Bissen essen und etwas trinken und sogleich wurden die Höhenmeter auch wieder vernichtet, es ging steil hinunter ins Ammertetäli. Nach der langen Route Richtung Metschberg, dem krautigen Hang zum vorletzten und dem stotzigen Anstieg zum letzten Posten war es geschafft. Während sich einige ins hastig aufgebaut Zelt quetschten (Momou, chum mir hocke afe so, das hört de scho uf), verbrachten andere den kurzen Regenguss in der Ötzi-Bar, die allerdings geschlossen war. Fazit der ersten Strecke: Anstrengend, leider etwas wenige Varianten. Zum Glück hatte der Regenradar unrecht und unser Zeltlager unterhalb Metschstand blieb von Hagel und Gewitter verschont. So wurden wir nach dem Essen mit warmen letzten Sonnenstrahlen und einem wunderschönen Sonnenuntergang belohnt. Wer sich dann nachts nach draussen aufs WC traute, konnte die vielen Sterne bestaunen. Auch die Sternschnuppen liessen nicht lange auf sich warten.

Nach der mehr oder weniger warmen und erholsamen Nacht quietschte uns am Morgen das Megafon der Laufleiter aus dem Schlafsack. Für die Läufer*innen der langen Strecken ging der Tag bereits um 07.00 Uhr los. Die anderen stürzten sich um 08:00 Uhr ins Getümmel. Leider mussten Andy und Selina die Gondel für den Rückweg nehmen. Die Strecke wartete am Sonntag mit mehr Abwechslung und schwierigeren Routenwahlen auf. Immer wieder traf man am Posten die gleichen Gesichter und fragte sich, welche Route sie wohl genommen hatten. Nach dem holprigen Abstieg im Bachbett zu Posten 10 folgte eine kurze, heisse Strecke auf Asphalt. Danach konnte man aber einem schattigen Weg entlang des Allebachs nach Adelboden folgen. War die kurze Verwirrung der Föhnli-Strecke auf dem Zieleinlauf überstanden, wartete schon bald eine erfrischende Dusche im Ziel.

Nun zum Fazit:

- Zu viel: Riegel, 200g Pasta, ein Paar Socken, das OLRB-Jäggli
- Zu wenig: Salz, Merci fürs Aushelfen!
- Immer wieder trinken lohnt sich, auch wenn die Konkurrenz davonrennt.

Weitere Bilder und Karten auf der Website des Swiss International Mountain Marathon.

Lisa Christen



Berufliche Neuausrichtung, Umzug, Neuer Klub

Der Titel klingt nach einer grossen Veränderung. Auf die Gründe, weshalb es dies für mich nur teilweise ist, komme ich im folgenden Bericht zu schreiben. Zuerst ein kurzer Rückblick auf meine bisherige Wettkampf-Saison.

...oder überspitzt formuliert: meine Keine-Wettkampf-Saison. Zwei Weltcuprunden und eine WM fanden dieses Jahr bereits statt. Jedoch kann ich noch kein Resultat vorweisen. Mit guten Resultaten an den Selektionsläufen konnte ich mich zwar für die erste Weltcuprunde in Norwegen qualifizieren. Nach nur 20 Minuten in der Langdistanz habe ich mir jedoch bei einem Sprung in eine steinige Senke den Fuss geknickt. Mein Bänderriss an der WM 2021 kam auf sehr ähnliche Weise zu Stande. Im Vergleich zu damals beendete ich den Lauf direkt und bekam im Zielgelände einen kühlenden Kompressionsverband. Die Tage danach war stillhalten und hochlagern angesagt. Die Heilung von Teilabriss des Deltabandes verlief dank guter Reaktion in den ersten Tagen schnell und nach zwei Wochen konnte ich bereits schmerzfrei Velo fahren. Den Laufumfang konnte ich ab der vierten Woche vorsichtig hochfahren. Nach sieben Wochen war es mir möglich mit dem 'rask tåg team' an der Jukola zu starten. Der Start an der Staffel in Finnland war für mich ein persönlicher Erfolg. Es war der erste Wettkampf seit der Verletzung und gleichzeitig die bestandene Belastungsprobe des Fusses für die Testläufe. Diese fanden eine Woche später in der Schweiz statt und dienten als Selektionsgrundlage für die WM und die zweite Weltcuprunde. Die Hoffnungen auf die WM waren vor den Läufen sehr bescheiden, die Weltcuprunde, wo mindestens acht Schweizer dabei sein würden, habe ich mir jedoch als Ziel vorgenommen. Bei den Rennen über die Mittel- und die Langdistanz stellte sich heraus, dass meine physische Form nicht kompetitiv war. In den acht Wochen vor den Läufen kam ich auf rund 200 Kilometer Lauftraining. Meine Konkurrenten in Topform haben in dieser Zeit rund das Vierfache davon absolviert. Die verpassten Kartentrainings haben sich zusätzlich negativ auf die Technik ausgewirkt. Entsprechend kam die verpasste Selektion für WM und WC nicht überraschend. Nun bleibt mit der Sprint-EM Anfang Oktober noch ein letzter internationaler Wettkampf. Mit einem Sprintfokus im Hinblick auf die Testläufe versuche ich mich für diesen zu qualifizieren.

Bei der beruflichen Neuausrichtung handelt es sich eher um die Intensivierung einer meiner beiden bisherigen Tätigkeiten. Meine sportliche Karriere fand stets parallel zu einer beruflichen statt. Mit der Teilzeitanstellung als Ingenieur hatte ich seit 2020 ein ideales Umfeld für diese Kombination gefunden. Trotzdem kamen manchmal Fragen auf wie: Kann ich mich gut genug erholen nach den Trainings? Könnte ich noch mehr trainieren, hätte ich mehr Zeit zur Verfügung? Schöpfe ich mein ganzes Potential als Sportler aus? Ich kam zum Schluss, dass sich die Antworten nur durch Ausprobieren finden lassen. So entstand der Traum, eine Zeit lang den Sport zum einzigen Beruf zu machen. Mit dem Traum begann die Suche nach dem idealen Umfeld für ein solches Unterfangen. Um die zusätzlich zur Verfügung stehende Zeit für qualitative OL-Einheiten einsetzen zu können, empfand ich eine Basis in Skandinavien nötig. Da auch Lisa sich ein Umzug ins Heimatland ihrer Mutter vorstellen konnte, kam Schweden als Wunschdestination ins Spiel. Die Stellensuche von Lisa führte in Göteborg zum Erfolg. Von unserem letzten 6-monatigen Aufenthalt in der Stadt an der Westküste haben wir ausserdem bereits einen Bekannten-

kreis in der Stadt. Auch der Club Göteborg-Majorna OK ist ein Altbekannter. Nach drei Jahren mit dem 'rask tåg team' werde ich also nun wieder für den Club mit den schwarz-weißen Dressen an den skandinavischen Wettkämpfen am Start stehen. Die Zeit mit der Schweizer Elitegruppe war eine Bereicherung und ich bin sehr glücklich, konnte ich diese Zeit mit einem grossen Erfolgserlebnis abschliessen. An der vergangenen Jukola sind wir nämlich zum ersten Mal in der Vollbesetzung am Start gestanden und erzielten den besten Rang eines Schweizer Klubs je. Alle sieben Läufer sind dabei sehr diszipliniert gelaufen und konnten grössere Fehler vermeiden. Schlussendlich resultierte der 9. Rang. Für die OL Regio Burgdorf werde ich weiterhin die Wettkämpfe in der Schweiz laufen. Einzig die Organisation der Klubmeisterschaft wird aufgrund der Distanz schwierig. Für Bahnlegungsaufgaben, welche keine Rekognoszierung im Wald erfordern, stehe ich aber gerne zur Verfügung.

Seit dem August wohnen Lisa und ich nun also in Göteborg. Die Wohnung einen Steinwurf vom «Delsjöområdet» Naturreservat, einer 25 km² grossen OL-Karte, entfernt. Die Zeit, welche ich nun zusätzlich zur Verfügung habe, werde ich vor allem für Kartentrainings nutzen. Pro Woche werden dies rund 4-5 OL-Trainings oder Wettkämpfe sein. Auch das gesamte Trainingsvolumen erhoffe ich mir durch verbesserte Erholungsmöglichkeiten um 10-20 % steigern zu können. Mein Zeithorizont für diese Profizeit liegt momentan im Jahr 2025. Dann, wenn im finnischen Kuopio die nächste Wald-WM ansteht.

Jonas Egger



Clubweekend und Clubmeisterschaft 2023

Der Höhepunkt zum Saisonabschluss! Weekend im Ferienhaus Schratteblick auf der Marbachegg

Samstag 21.10.2023

Start Clubweekend am Mittag.

Genauere Angaben zu Ort und Zeit sowie Fahrt mit der Gondelbahn erfolgen nach dem Anmeldeschluss.

Clubmeisterschaft organisiert durch David Zürcher.

Gemütlicher Abend und Abendessen im Ferienhaus.

Die Reise für die Nachwuchsmitglieder wird organisiert. Bitte bei Rahel nachfragen.

Sonntag 22.10.2023

Frühstück im Ferienhaus.

Heimreise mit Teilnahme am Emmentaler OL. Wettkampfbühnen in Trubschachen.

Zimmer

Das Haus hat hauptsächlich 4-er Zimmer.

Schlafsack muss mitgenommen werden.

Kosten

CHF 30.00 pro Person. Werden vor Ort einkassiert.

Startgeld Emmentaler-OL bezahlen alle selber.

Restliche Kosten übernimmt die OL Regio Burgdorf.

Anmeldung

ab sofort bis spätestens 30. September 2023 an

Elisabeth Schletti: schlettis@yahoo.de



Mittwochstraining Herbst 2023

Herbst		
Datum	Karte / Ort	Besammlungsort
06.09.	Schneitenberg	Nähe Kreuzweg
13.09.	Bütikofen	Bütikofen Südseite
20.09.	Gyrischachen mit Bräteln	Strandweg Burgdorf

Das Training findet jeweils zwischen 17.30 Uhr und 19.00 Uhr statt.

Alle sind herzlich willkommen.

Bei unregelmässigem Trainingsbesuch bin ich froh für eine vorherige Anmeldung, damit genügend Karten vorhanden sind.

Die genauen Treffpunkte sind auf der Website www.olregioburgdorf.ch abrufbar.

SchüttelerInnen, PostensetzerInnen und PosteneinzieherInnen sind immer gesucht!
Meldet euch bei Interesse gerne bei mir.

Rahel
077 459 65 31



DH 10/12/14 (18 Wertungsläufe)

- | | |
|---------------|--|
| 9. September | Schweizermeisterschaft Mitteldistanz, Ballenberg (OG Hondrich) |
| 10. September | 6. Nationaler OL, Honegg (OLG Thun) |
| 22. Oktober | Emmentaler OL, Blapbach-Trubschachen |
| 28. Oktober | Herzogenbuchser OL, Herzogenbuchsee (Schlusslauf) |

DH 16/18 (19 Wertungen)

Gleich wie DH 10/12/14 plus

- | | |
|---------------|---|
| 22. September | Biberister Nacht OL, Altisberg |
| 14. Oktober | Oltener Nacht OL, Hügert-Brändistäli |
| 21. Oktober | Oberaargauer Nacht OL, Rappenkopf (Schlusslauf) |

Nachbestellung OLRB Daunenjacke

Wer hat noch keine und will noch eine? - Dann ist dies jetzt die ideale Gelegenheit!

Wir machen nochmals eine Bestellung für die beliebte Daunenjacke.

Melde dich bis am 01. Oktober 2023 bei franiwolleb@bluewin.ch mit Angabe von Grösse (XS-XL, Damen oder Herren). Am besten probierst du bei einem Vereinskollegen/kollegin die Jacke an. Es sind keine Probierjacken bei Fränä vorrätig.

Ich freue mich auf eine grosse Bestellung!

Lieber Gruss

Fränä



Jubiläumsklubreise nach Slowenien 2024

Für unsere Klubreise nach Slowenien sind seit Kurzem die wichtigsten Eckdaten bekannt: Die Reise findet in den Frühlingsferien 2024 statt von Montag, 8. April, bis Sonntag, 14. April.



Montag und Sonntag sind der Anreise bzw. Rückreise gewidmet. Von Dienstag bis Samstag werden wir täglich OL machen. Unser Anbieter Ivan Nagy vom OOCup-Team wird versuchen, am Samstag einen öffentlichen OL mit regionaler Konkurrenz zu veranstalten. An den anderen Tagen werden wir jeweils ein Training im spannenden slowenischen Gelände absolvieren, an einigen Tagen sogar deren zwei.

Daneben wird noch Zeit da sein für den einen oder anderen Ausflug – in die Höhle von Postojna oder eine andere von den vielen slowenischen Höhlen, nach Ljubljana und/oder an einen anderen schönen Ort.

Wir werden in einem Hotel in Postojna untergebracht sein. Die Reise mit einem grossen Car (ca. 70 Plätze) hat sich als effizienteste und kostengünstigste Lösung erwiesen; der Car wird uns nach Slowenien und zurück bringen (Fahrzeit ca. 9 Stunden) und auch für alle Transfers zu den Trainings dienen.

Wir werden möglichst bald Details zur Unterkunft, zur Anmeldung, zum Programm und zu den Kosten bekannt geben.

Das Organisationsgrüppi: Rahel Zürcher, Elisabeth Schletti und Tinu Egger



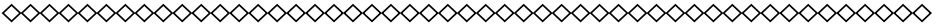


Aufruf

Wer kann mir für die Jubiläumsschrift historisch interessantes (oder besonders lustiges) Bildmaterial zur Verfügung stellen?

Gefragt sind vor allem Fotos aus den Anfangszeiten des Vereins bis Ende des letzten Jahrhunderts.

Käthi Baumgartner, Thunstrasse 62, 3400 Burgdorf
034 422 09 06
E-Mail: kaethi.b@gmail.com



Resultate

Murtner OL, Murten, 29.05.23

- H12 2. Matteo Wyss
3. Lukas Jaggi
- H14 1. Julian Schmied
- H18 2. Silvan Schletti
- HAL 2. David Zürcher
- HAK 3. Andreas M. Zaugg
- H35 1. Alexander Pope
- H60 3. Lukas Jenzer
- H75 2. Edi Baumgartner
- D16 2. Mia Bürki
- DAK 1. Sandra Zaugg-Kläy
- D40 1. Sabine Röthlisberger-Wolleb
- D55 2. Judith Zürcher

Sensler OL, Schmitten, 04.06.23

- H12 3. Ted Rubin
- H16 1. Julian Schmied
- HAK 2. Sebastian Schmied
- H45 2. Simon Brechbühler
- H60 1. Lukas Jenzer
- H75 1. Edi Baumgartner
- OL 1. Pavel Ditrych

Wisliger OL, Weisslingen, 04.06.23

- D45 3. Sabine Mumprecht

Zuger Frühlings OL, Cham, 04.06.23

- HAK 2. Andreas M. Zaugg
- DAM 1. Rahel Zürcher
- D40 1. Ursula Wyss

Urner OL, Brennwald, 10.06.23

- H75 1. Edi Baumgartner

CA Rosé OL, Bandeire-Berley, 11.06.23

- H60 1. Theo Bucher
- H75 3. Peter Wegmüller

Bündner OL Weekend, Trin/Bot Fiena, 16./17.06.23

- H75 1. Edi Baumgartner
- D45 3. Sabine Mumprecht

SOM, Irchel, 25.06.23

- H14 1. Julian Schmied, Meo Guiuli Niederhauser, *Taavi Caboussat*
- H120 2. Simon Schüpbach, Stefan Schüpbach, Thomas Eyer
- D16 8. Mai Bürki, Céline Büchler, *Fiona Teuscher*
- DAK 3. Rahel Zürcher, Anna Berendonk, Lisa Christen
- D120 2. Susann Furrer, Cornelia Mangiarratti, Sabine Röthlisberger
- 10. Judith Zürcher, Franziska Wolleb Eyer, Susanne Christen

SOW Gesamtwertung 3 Etappen, Flims/Laax, 13.-19.07.23

(Etappen 3 + 5 nicht gewertet, 1 Streichresultat)

- D10 8. Rosalie Schmied
- D45 1. Simone Niggli
- D70 3. Maria Luder
- H14 1. Julian Schmied
- HAL 9. Mischa Lubasch
- HB 5. Philippe Bérard
- H35 6. Alexander Pope
- H55K 8. Thomas Mettler
- H75 7. Edi Baumgartner
- 8. Ernst Kläy

Aargauer 3-Tage OL Gesamtwertung, Neudorf, 11.-13.08.23

- HAL 3. Mischa Lubasch
- H40 1. Thomas Eyer
- H45 3. Stefan Schüpbach
- H75 3. Edi Baumgartner
- D10 3. Finja Schüpbach
- D40 1. Franziska Wolleb Eyer
- 2. Susann Baumgartner

Engelburger OL, Hirschberg, 27.08.23

- H75 3. Edi Baumgartner

Hallentraining Winter 2023 / 2024

Wann: Mittwochs von 19:00 bis 20:30 Uhr vom 18.10. 23 bis 3.4.24
(ohne Weihnachts- und Neujahrswoche sowie 14.2.24);
vor Weihnachten und Frühlingsferien jeweils mit anschl. Nachtessen

Wo: Sporthalle Gsteighof, 3400 Burgdorf

Was: Kraft, Ausdauer, Spiel, Spass

Auskunft/Leitung: Thömu Eyer, 0765807190

Komm auch du ins Hallentraining!

Die detaillierten Informationen für das Wintertraining der OLRB-Junioren mit den Kadetten und dem Schulsport der Stadt Burgdorf werden euch in Kürze direkt von Michel Zwahlen und Rahel Zürcher zugestellt.



Mutationen

Eintritte

Elsig Jaron	2012	Lobärgstrasse 36	3423 Ersigen
Güdel Nico	2012	Neuhüsliweg 8	3421 Lyssach
Mühlethaler Florence	2011	Grünaustrasse 22	3400 Burgdorf
Mühlethaler Lilianne	2011	Grünaustrasse 22	3400 Burgdorf
Mürner Dave	1984	Meieriedstrasse 22	3400 Burgdorf
Widmer Ruben	2012	Scheuer 53	3412 Heimiswil
Winterberger Giulien	2013	Rämelgässli 5	3067 Boll

Austritte

Jannis Töws	2009	Ludwig-Schläfli-Weg 15	3400 Burgdorf
-------------	------	------------------------	---------------

Übertritt zu Gönnermitgliedschaft

Im Dickicht hange bliebe...

Vom anstrengenden Job des Postenbewachens

Da sitze ich nun also, unter einem Tannli, irgendwo im Gelände des Langdistanzwettkampfs der OL-Weltmeisterschaft 2023 zwischen dem Start unterhalb des Crap Son Gion und dem Ziel beim Sportzentrum Prau la Selva in Flims.

Aber wenn wir ehrlich sind, ist dieses Irgendwo doch nicht einfach so irgendwo. Denn 1.) hat sich das Bahnlegerteam die nötigen Gedanken gemacht, wo ich mich hinsetzen und aus welcher Richtung meinen Posten zu bewachen habe. 2.) wurden wir mit Hilfe eines Ausschnitts aus dem Postennetz an unsere Standorte geführt. Somit weiss ich eigentlich genaustens, wo ich bin: Wenige Meter unterhalb des 1. Damenpostens.

Noch vor 8 Uhr habe ich mich eingerichtet. Als erste Läuferin Yu Abe aus Japan um 09.02 Uhr starten. Bis Sara Hagstrom als letztgestartete Läuferin bei mir vorbeigedüst ist, wird es ca. 12.40 Uhr werden. Die Herren haben diesen Posten nicht, trotzdem habe ich auf meiner Position zu bleiben bis auch der letzte Läufer unseren Startsektor mit den ersten 4 Posten passiert und sich auf die sehr lange Routenwahl zu Posten 5 begeben hat.

Das Wetter ist eher kühl (kann mich gerade nicht erinnern, wann ich zuletzt Mitte Juli eine Daunenjacke, ein Buff und ein Stirnband getragen habe) und feucht (immerhin giesst es nicht wie aus Kübeln, was es später beim Rückmarsch zum Crap Son Gion noch machen wird). Zudem sind die Hosenbeine vom Anmarschweg durch das nasse Gelände ziemlich feucht. Trocknen werden auch leichte Wanderklamotten bei diesen Bedingungen nicht so schnell. Deshalb Regenhose drüber, um warm zu behalten.

Was also den ganzen Tag machen? Du denkst dir jetzt bestimmt, dass Posten bewachen der langweiligste Job sein dürfte. Dem ist aber überhaupt nicht so! Wie 2017 beim Weltcup in Grindelwald wird die Zeit schnell vergehen.

Also zuerst mal bei den anderen des Sektors nachfragen, ob sie auch eingerichtet sind. Im Büroalltag wäre nun Zeit für einen Kaffee. In Form von Café Latte habe ich natürlich einen Koffeinschub dabei, inkl. Nussstängeli (Merci Mischu!). Das Znüni geniesse ich ausgiebig und stöbere etwas in meiner Ferienlektüre.

09.02 Uhr – es geht los! Bereits die zweite Läuferin aus Kolumbien verpasst den Posten, kommt zu weit links den Hang hinuntergespracht und rast an mir vorbei. 50-70 Höhenmeter zu tief fängt sie sich auf und muss unfreiwillig die ersten Zusatzhöhenmeter in Angriff nehmen. Die stärkeren Läuferinnen laufen den Posten logischerweise direkt von oben und mitten durch die eng aneinander gewachsenen Tannen an. Von der Idealroute aus bin ich nicht sichtbar – so soll es sein. Obwohl die Herren diesen Posten nicht anzulaufen haben, kann ich doch einige auf ihrer Routenwahl zum fünften Posten beobachten.

Die Routenwahl eines Dänen führt so nahe an meinem Lager vorbei, dass er mir fast über die Füße stolpert...

Unterdessen ist das Rennen in vollem Gang, die ersten Läuferinnen im Ziel und das Fernsehen hat mit der Liveübertragung begonnen. Längst hat Sara Hagstrom den ersten Posten passiert. Somit bleibt nun ausreichend Zeit, das Rennen via Handy mitzuverfolgen. Als die Entscheidung bei den Damen naht, habe ich alle Tippfinger voll zu tun mit Wechsel zwischen Livestream und GPS-Tracking...

Kurz vor 15 Uhr bekommen wir das Zeichen zum Aufbruch. Mit eingezogenem Posten geht es an die 500 Höhenmeter obsi und durch einen heftigen Platzregen zurück zum Crap Son Gion und von dort mit der Gondelbahn ins Tal hinunter, wo kurz vor 17.30 Uhr im Materiallager unser Einsatz beendet ist und ein ereignisreicher Helfereinsatz zu Ende geht.

Es soll also niemand sagen, Posten bewachen sei langweilig... ;-)

Aber wie war das wohl während der Langdistanz der WM 1981 ohne all die Annehmlichkeiten heutiger Technologien wie überall verfügbarem Internet, GPS-Tracking etc. – ausgesetzt IRGENDWO im Neuenburger Jura???

Ursula Wyss

SANITÄRE ANLAGEN HEIZUNGEN
PLANUNG & AUSFÜHRUNG REPARATURSERVICE

jutzi
KOMPETENZ ZUM
WOHLFÜHLEN

DANIEL JUTZI AG
Buchmattstrasse 47
3400 Burgdorf
T 034 422 09 22

info@jutziag.ch
www.jutziag.ch

FILIALE
Wylerringstrasse 9
3014 Bern
T 031 333 00 03

«Herzlichen Dank für die Unterstützung unseres Nachwuchses!»

Lambrigger Storen GmbH
3401 Burgdorf
034 413 20 10
info@lambriggerstoren.ch
www.lambriggerstoren.ch





Heinz Hubacher

dipl. Schreinermeister

Schreinerei
Innenausbau
Spezialanfertigungen

Tel./Fax 034 411 11 86
Bernstrasse 14
3324 Hindelbank

**Das Leben ist zu kurz
für eine schlechte Ernährung!**

Deshalb vertrauen wir seit 1999
der Nahrungsergänzung von Herbalife.
Gerne geben wir auch Dir Auskunft über diese
überzeugende Bereicherung unseres Alltags!



**Sport-, Ernährungs- und Wellnesscoach Kusi und Susi Sterchi, Brüggackerstrasse 34 A
3303 Gegenstorf 031 / 761 23 85 m.s.sterchi@bluewin.ch www.atlantis-team.ch**

sanoxx

Baubdichtungen

Hammerstrasse 49 4410 Liestal
T +41 61 901 42 42
F +41 61 901 52 32

www.sanoxx.ch
sanieren abdichten dämmen

**giezendanner
rothrist**

Giezendanner Transport AG
Juraweg 26, 4852 Rothrist

Ds Wurzeli het gseit...

I loufe u sueche
probiere nid z'flueche
i weiss nid wo düre
ob zrügg oder vüre
chume eifach nümm druus.
Geits hie äch graduus?
Cha-mi nid orientiere
für z'frage tue-mi schiniere
loufe eifach eim nache.
Aha, hie muess me ache.
Uf Schritt u Tritt
loufe-n-i mit
i tue-n-ihm vertraue
u bi mi nid groue ...

Ändlech, i chas fasch nid fasse
stah-n-i ir IKEA ar Kasse!

Käthi Baumgartner

