

# CORDOBA

# WELLE

Nr. 1 März 2017



# Impressum

## IMPRESSUM

Das Cluborgan der Orientierungsläufer der  
Region Baden-Brugg-Zurzach

43. Jahrgang

Die Cordoba-Welle erscheint jährlich 4x

Redaktion:  
Martin Burkhard  
Im Halt 25  
5412 Gebenstorf  
Tel. 056 223 01 36  
E-Mail: welle@olgcordoba.ch

## Redaktions- schluss

Cordoba-  
Welle 02/17

19.05.2017



CORDOBA

## CORDOBA-VORSTAND

### Präsidium

Thomas Schneider  
Huttenpeterstr. 3 vorstand@olgcordoba.ch  
5452 Oberrohrdorf Tel. 056 496 57 18

### Sekretariat

Isabelle Steiner  
Bergstr.39 sekretariat@olgcordoba.ch  
4813 Uerkheim Tel. 062 723 66 26

### Finanzen

Elisabeth Hauler  
Schlierenstr. 69 finanzien@olgcordoba.ch  
5408 Ennetbaden Tel. 056 222 63 34

### Nachwuchs

Dorothea Suter  
Dorfstrasse 37 junioren@olgcordoba.ch  
5412 Gebenstorf Tel. 079 800 20 48

### Technische Leitung

Véronique Renaud Humbel  
Im Langholz 11 technik@olgcordoba.ch  
5405 Dättwil Tel. 056 221 88 59

### Karten

Jonas Hurter  
Gartenstr. 21 karten@olgcordoba.ch  
5400 Baden Tel. 056 209 19 27

### Kommunikation

Martin Burkhard  
Im Halt 25 kommunikation@olgcordoba.ch  
5412 Gebenstorf Tel. 056 223 01 36

## RESSORTS

### OL- und Klubmaterial

Martin Oppliger  
Rietwiesenstr. 6 material@olgcordoba.ch  
5417 Untersiggenthal Tel. 056 288 19 73

### Sportident und Auswertung

Lukas Erne  
Im Tobelacher 20 edv@olgcordoba.ch  
5406 Baden-Rüthof Tel. 056 493 55 29

### Vertretung AOLV

Michael Suwald  
Rigiweg 16 aolv@olgcordoba.ch  
5522 Tägerig Tel. 079 100 97 16

### Kleiderbörse

Brigitte Eppenberger  
Zelglistr. 19 kleider@olgcordoba.ch  
5417 Untersiggenthal Tel. 056 288 09 80

### Presse

Patrick Zehnder  
Chrüzweg 49 medien@olgcordoba.ch  
5413 Birnenstorf Tel. 056 210 13 15

### Redaktion Homepage

Magdalena Suter  
Schlossbergweg 5 web@olgcordoba.ch  
5400 Baden Tel. 079 586 69 16

### Administration Homepage

Jan Erne  
Im Tobelacher 20 Tel. 056 493 55 29  
5406 Rüthof webadmin@olgcordoba.ch

# Editorial

Thomas Schneider

Liebe Cordoba-Familie,

Ihr geht sicher mit mir einig: Die ‚Cordoba-Welle‘, unser Clubmagazin, nimmt im Vereinsleben der OLG Cordoba eine ganz wichtige Funktion ein. Natürlich haben wir eine Homepage oder versenden Mails mit Ausschreibungen, Aufrufen und Informationen. Die Welle mit einem schönen farbigen Titelblatt aus dem Briefkasten zu nehmen, ist aber etwas anderes. Und ich bin überzeugt, dass auch unregelmässige Besucher der Homepage die Welle lesen. Sie bleibt also unser wichtiges Kommunikationsmittel, wenn wir mit hoher Gewissheit alle Mitglieder erreichen wollen. Ein Kuchen-Aufruf per Mail ist mit der Delete-Taste sehr schnell aus den Augen und aus dem Sinn. Die Welle auf dem Stubentisch ist da bedeutend hartnäckiger mit uns.



Damit unser Vereinsorgan regelmässig erscheinen kann, braucht es im Wesentlichen drei Dinge. Erstens deren Macher. Mit Martin Burkhard haben wir, wie schon mit seinen Vorgängern, einen engagierten Redaktor, der alles daran setzt, die vier Ausgaben rechtzeitig und gut gefüllt mit interessanten Berichten, News und vielem mehr herauszubringen. Zweitens braucht es uns alle, die wir Martin mit Inhalten versorgen. Ich rufe Euch deshalb auf, die Welle immer im Hinterkopf zu haben, wenn Ihr irgendwo OL-mässig unterwegs seid. Im Ausland, als Organisator ausserhalb der OLG Cordoba, als Funktionär, als Kartenaufnehmer, im Leiterkurs; die Liste lässt sich beliebig verlängern. Schliesslich braucht es Inserenten. Wir alle haben unsere Connections in der Region, die wir aktivieren können. Dabei sollten wir nicht als Bittsteller auftreten. Wir haben etwas zu bieten! Über zweihundert Mitglieder aus vielen Berufen und Branchen, nicht selten in führenden Positionen und auch ausserhalb des Berufes engagiert. Neudeutsch sind das Opinion Leaders. Genau diese suchen die Inserenten.

Damit die Welle Welle bleibt und nicht zu einem lauen Kräuseln verkommt, braucht sie uns alle. Herzlichen Dank für Euren Einsatz für die OLG Cordoba!

Euer Präsi

Inserattarif Cordoba Welle:

Preis pro Ausgabe 1 Seite farbig Fr. 50.--, ½ Seite farbig Fr. 30.--

## Porträt Jari Suter

Patrick Zehnder

**Jari, seit wie vielen Jahren machst Du eigentlich schon OL? An welchen weit zurück liegenden Lauf erinnerst Du Dich?**

Meine ersten Einzel-OL machte ich 2010 bei H10, zuvor absolvierte ich auch schon OL's in der Kategorie Scool mit meinem Vater oder meiner Mutter.

**Früher hast Du im Wald oft gesungen und gejohlt. Mich hat das immer aufgestellt. Machtest Du das damals aus Angst oder aus Freude? Und singst Du heute noch während Wettkämpfen?**

Die Trainings waren früher für mich nicht so spannend, also versuchte ich Abwechslung in das Training zu bringen und fing an zu singen. In manchen Wettkämpfen in den Alpen, wenn ich alleine unterwegs war, dachte ich an die Bären wie auch an die anderen Schweizer Raubtiere, und um sie zu vertreiben sang ich. Heutzutage singe ich höchstens in einem Training, bei welchem es vor allem um Spass und Plausch geht.

**Du bist schon in vielen Ländern am Start gestanden. Welches Gelände findest Du am schönsten?**

Die Gelände in Skandinavien sind sehr schön wegen der guten Belaufbarkeit, den schönen Felsplatten, dem weissen Moos und den Heidelbeeren. Das Kader-Trainingslager in Portugal bot ebenfalls wunderbare Geländety-



pen, wie das Dünengelände mit vielen spannenden Höhenkurvenformen, die mir sehr gefielen. In der Schweiz sind meine Favoriten die alpinen Wälder wie auch der Jura. Allgemein laufe ich gerne in technisch anspruchsvollem Gelände.

**Was hast Du in Deiner ersten Saison im Aargauer Nachwuchskader am meisten geschätzt?**

Die superspannenden technischen Trainings an den Kaderweekends und im Trainingslager in Portugal, wie auch die gute Stimmung im Kader schät-

## Porträt Jari Suter

Patrick Zehnder

ze ich sehr. Ausserdem machen die Kadertrainer und meine persönliche Betreuerin Véro Renaud einen Superjob und geben uns hilfreiche Inputs.

**Haben Dir Deine Geschwister mit guten Ratschlägen geholfen? Dürfen Siri und Timo manchmal mit Dir trainieren?**

Ja, wir besprechen nach Wettkämpfen unsere Bahnen und Routen gemeinsam. Jeder kann jedem wertvolle Fragen stellen und Ratschläge geben. Ich finde es auch spannend, die technisch schwierigeren Bahnen von Timo und Siri anzuschauen und zu überlegen, wo ich durchlaufen würde.

Einige Trainings kann ich zusammen mit Timo und Siri absolvieren. Timo trainiert deutlich mehr und schneller als ich, so bin ich eher bei seinen kürzeren Trainings dabei. Siri ist seit August 2016 bis Juni 2017 in Schweden. Ich hoffe, nachher wieder mit ihr zusammen trainieren zu können.

**Wie ist Dein Wintertraining bisher verlaufen?**

Ich bin im Winter polysportiv unterwegs und absolviere in der Woche ein bis drei Lauftrainings, ein Krafraining und dazu kommen noch zwei Unihockey Trainings, welches sich leider am Mittwoch mit dem Cordoba Hallentraining überschneidet. An den Wochenenden kommen Unihockey-Meisterschaftsspiele hinzu oder Kaderanlässe. Bei einem freien Wochenende absolviere ich ein Lauftraining.

**Was erwartest Du von der neuen Saison?**

Spannende Wettkämpfe. Ich möchte mich gut in die schwierigeren und längeren H16 Bahnen einleben. An den Meisterschaften strebe ich solide und gute Läufe an, an den ASJM Läufen gebe ich Vollgas. Im Sommer werden wir 3 Wochen in Skandinavien unterwegs sein. Der O-Ringen ist ein absolutes Highlight der Saison.

**Mich freut natürlich besonders, dass Du Dich für Politik und Geschichte interessierst. Wie ist es zu diesem Interesse gekommen? Möchtest Du einmal in die Politik einsteigen?**

Seit mehreren Jahren lese ich jeden Morgen beim Frühstück die Zeitung. Die drei wichtigsten Teile in der Zeitung sind die Schweizer Politik, aber auch die Weltpolitik und der Sportteil. Ebenso finde ich Diskussionen wie in der Arena spannend. Die National- und Ständeratswahlen, wie auch die Abstimmungen verfolge ich intensiv. An Clubweekends ist es jeweils auch spannend, mit unseren politischen Koryphäen wie Ruth Humbel Näf zu diskutieren.

Ob ich später in die Politik einsteigen will, weiss ich noch nicht. Ich könnte es mir aber durchaus vorstellen.

**Zum Abschluss möchte ich mich noch bei Dir bedanken: In der nächsten Saison werde ich zwei Paar Deiner OL-Schuhe tragen, die Dir zu klein geworden sind! Besonders gut passen mir die rosaroten Dobbspikes. Auch sonst vielen Dank für das Gespräch und viel Freude und Erfolg in der OL-Saison 2017!**

**Ab der Saison 2017 zweimal Erne im Aargauer Nachwuchskader**

Elin und Jan, die älteren Geschwister der Familie Erne-Hotz aus Rütihof, sind der Cordoba-Welle Red und Antwort gestanden. Die 14-Jährige und der 17-Jährige gehören zur sechsköpfigen Vertretung der OL-Gruppe Cordoba im Aargauer Nachwuchskader.

**Geschwister Erne, was gefällt Euch am Orientierungslauf?**

Jan: Es macht einfach Spass (die offizielle Variante muss zensuriert werden: es ist einfach geil).

Elin: Man ist Einzelläufer, aber man trifft seine Kollegen und Kolleginnen. Und selbstverständlich habe ich Freude am Sport.

**Jan, Du bist 2016 Schweizermeister mit der Staffel geworden. Wie hast Du den Sonntag auf dem Heitersberg in Erinnerung? Ist das Dein bisher grösster Erfolg?**

Obwohl es heiss war, war der OL voll

cool. Mir ist es gut gelaufen und meine Kollegen Timo und Csaba hatten einen super Lauf. Es war bist jetzt der grösste Teamerfolg – ich habe bereits mit 13 Jahren (zusammen mit Timo und Thierry) die TOM gewonnen und ein paar Mal stand ich an den Mannschaftsmeisterschaften auf dem Podest. Im Einzel-OL war der 8. Rang an der LOM in diesem Jahr mein bisher wertvollstes Resultat.

**Elin, die „Cordobawelle“ gratuliert Dir zur Selektion ins Aargauer Nachwuchskader. Wie ist es Dir gelungen, über die ganze Saison überzeugen-****de Leistungen zu bringen?**

Danke für die Gratulation! Nachdem es letztes Jahr knapp nicht gereicht hat, wollte ich in diesem Jahr das Ziel erreichen. Ein paar Läufe waren überzeugend – andere etwas weniger. Trotzdem hat es gereicht – das freut mich.

**Jan, Du gehörst schon seit einiger Zeit dem Aargauer Nachwuchskader an. Was darf Elin vom Nachwuchskader erwarten?**

Sie kann sich auf spannende Trainings, ein tolles Team und die gute Stimmung im Nachwuchskader freuen.

**Welche Tipps hast Du als grosser Bruder für Deine jüngere Schwester?**

Die guten Trainingsmöglichkeiten nutzen und eine noch bessere OL-Läuferin werden. Und nicht frech sein zum grossen Bruder ☺.

**Elin, das Kaderprogramm 2017 ist bereits bekannt. Worauf freust Du Dich am meisten?**

Ich freue mich auf alle Kaderanlässe – am meisten aber sicher auf das Frühlingstrainingslager in Tschechien (Sandsteingelände).

**Elin, Du hast im Herbst auf Zypern an einem Fünftage-OL teilgenommen. Wie waren die Gelände? Kannst Du die Veranstaltung empfehlen?**

Das Gelände war sehr speziell, da es wenige Bäume hatte. Dafür Büsche, welche mir die Beine verkratzt haben (das nächste Mal

wähle ich lange Beinkleider). Toll waren die Ferienstimmung und das sehr schöne Wetter. Das Highlight war an der letzten Etappe der Zielposten im Meer. Ich kann die Veranstaltung weiterempfehlen.

**Jan, Du besuchst die Kantonsschule Baden. Gibt es dort noch andere Orientierungsläufer oder Leichtathleten? Habt Ihr dort eine Trainingsgruppe gebildet? Wie sieht Euer Programm dort aus?**

Im Moment sind Siri, Timo und ich an der Kanti Baden. Leichtathleten haben wir noch keine gesehen. Mit Timo trainiere ich manchmal zusammen, aber eigentlich eher am Montag in der LG Horn oder sonst in Rütihof.

**Ihr beide kommt aus einer typischen OL-Familie. Ist es da einfacher im Sport Erfolg zu haben? Oder sind am Ende die Erwartungen höher als in anderen Familien?**

Elin: Wahrscheinlich ist es schon etwas einfacher, da die Eltern uns ja an den OL mitnehmen. Zudem haben sie viel



## Nachwuchskader

Patrick Zehnder

Erfahrung, die sie an uns weitergeben können.

Jan: Der Anschluss an den OL ist von Anfang gegeben und die Unterstützung ist vorhanden. Die Erwartungen sind nicht höher an uns.

**Und in der OL-Hochburg Rütihof mit den Familien Erne, Suter, Buffat, Zürcher, Honegger-Krayer, Marolf etc. Ist dieses Umfeld besonders geeignet, um gut trainieren zu können?**

Elin: Automatisch hat sich mit der Familie Suter und Erne eine Gruppe von OL-Läufern gebildet, die teilweise miteinander trainiert oder auch sonst etwas unternimmt.

Jan: Die Eltern haben OL in der Schule

Rütihof bekannt gemacht. Dadurch sind ein paar andere Kinder und Eltern aus dem Dorf in Berührung mit dem Sport gekommen. Dadurch hat sich eine gewisse Sogwirkung ergeben.

**Welche Hauptziele habt Ihr im Wintertraining?**

Elin: Ich will gut trainieren, damit ich mich allgemein verbessern kann.

Jan: Ich will noch einmal schneller werden, damit ich den Anschluss an die nationale Spitze schaffe.

**Vielen Dank für den Einblick in Euren Alltag mit Training und Wettkämpfen. Die Cordoba-Welle wünscht Euch viel Erfolg in der neuen Saison!**

### Filialen in:

**Baden-Kappelerhof, Brugg, Döttingen, Turgi, Geroldswil, Nussbaumen, Untersiggenthal**

Hauptgeschäft und Produktion  
Landstrasse 93  
5415 Nussbaumen  
Laden: 056 296 20 71  
Büro: 056 296 20 70



**FREI**  
Bäckerei Konditorei

*genuss pur*  
[www.baeckerei-frei.ch](http://www.baeckerei-frei.ch)

## Aus dem Vorstand

Thomas Schneider

Beschlüsse und Informationen aus der ersten Vorstandssitzung 2017:

- Die Ressortverteilung im Vorstand bleibt unverändert, das heisst
 

• Thomas Schneider	Präsident
• Jonas Hurter	Kartenchef und Vizepräsident
• Elisabeth Hauller	Finanzen
• Martin Burkhard	Kommunikation
• Véro Humbel	Technische Leitung
• Dorothea Suter	Nachwuchs
• Isabelle Steiner	Sekretariat
- Die GV 2017 findet erstmals an einem Freitagabend statt und zwar am 24. November in Ennetbaden.
- Die Projektleitung von Swiss-O-Finder hat uns angefragt, ob sie in Baden ein weiteres Projekt (nach Arosa und Aarau/Gönhard) lancieren dürfte und ob die OLG Cordoba in bescheidenem Umfang mithelfen würde. Der Vorstand hat sich positiv dazu geäußert und bevorzugt mehrheitlich die Variante Baldegg gegenüber einer Stadtvariante.  
Besucht doch die Website des Projektes: <https://www.swiss-o-finder.ch/> !
- Die Bahnlegerhandbücher, welche Leonhard für den bald beginnenden Bahnleger-Kurs bestellt, werden nach dem Kurs zentral gelagert und jedem künftigen Bahnleger für Trainings und Wettkämpfe leihweise zur Verfügung gestellt.
- Laufplanung:
  - 2018: Badener OL im Buechberg, Zurzacher OL im Boowald oder Güllehu
  - 2019: AG 3-Tage OL im Raum Brugg
  - Bevor die Mitglieder unseres Clubs nach dem AG 3-Tägeler nicht über die Belastung als Helfer befragt wurden, bewerben wir uns nicht für einen weiteren Grossanlass (Nat. OL, Meisterschaft).
- Wir beschaffen einen neuen Laptop für den Kartenchef. Auf einen Software Update bei OCAD verzichten wir vorläufig, da die aktuelle Version unseren Anforderungen genügt.
- Der Verein Swiss-O-Week 2016 Engadin St. Moritz hat der OLG Cordoba für alle Helfereinsätze im letzten Sommer den Betrag von gesamthaft 21'680 Franken überwiesen.
- Ab diesem Jahr führt die Stadt Baden Sportlerehrungen durch für Sportlerinnen und Sportler, die entweder für einen in Baden ansässigen Verein (ist die OLG Cordoba) starten oder in Baden wohnen. Wir sind somit angehalten, Cordobanerinnen und Cordobaner, die die Voraussetzungen für eine Ehrung erfüllen, zu melden (z.B. CH Meister).
- Wie schon mehrfach angesprochen, wollen wir in absehbarer Zukunft eine grosse Clubreise durchführen. Einen Zeitpunkt haben wir noch nicht fixiert. Der Vorstand möchte an der GV im November das Konzept dazu präsentieren.

## sCOOL-Cup vom Dienstag, 13. Juni 2017, in Aarau



Der traditionelle Aargauer sCOOL-Cup findet dieses Jahr zum 14. Male statt und zwar am Dienstag, den 13. Juni 2017, auf dem Areal der Pferderennbahn in Aarau. Dieser Anlass ist wie gewohnt ein Gemeinschaftswerk aller Aargauer OL-Vereine unter dem Patronat des AOLV.

Nach den grossen Erfolgen aller bisherigen 14 Austragungen mit bis zu 2800 begeisterten SchülerInnen steht die Auflage 2017 vor der Tür. Es wird wiederum mit einem grossen Teilnehmerfeld gerechnet. Zur Durchführung dieses Anlasses werden über 100 HelferInnen benötigt. Die Aargauer OL-Vereine stellen im Verhältnis ihrer Grösse HelferInnen. Für die OLG Cordoba bedeutet dies etwa 25 HelferInnen.

Auch Jugendliche sind eingeladen beim Aargauer sCOOL-Cup mit zu helfen!

Liebe Cordobanerinnen und Cordobaner, bitte helft mit, den Erfolg der letzten Jahre zu wiederholen und meldet euch als HelferIn

oder Helfer. Für die meisten Aufgaben sind keine OL-Kenntnisse erforderlich. Wer sich an der GV bereits eingetragen hat, ist registriert und muss sich nicht nochmals melden.

Für die Anmeldung benötige ich folgende Angaben:

- Vorname und Name
- eMail-Adresse
- Telefonnummer und falls möglich die Handynummer unter welcher du am sCOOL-Cup erreichbar bist
- Wir suchen für den Aufbau am Montagnachmittag, 12. Juni, noch HelferInnen. Wenn du dies einrichten kannst, so melde dies bitte auch. Deine Anmeldung als HelferIn erwarte ich gerne bis am 15. April: Leonhard Suter, Räbenacker 12, 5522 Tägerig, Tel. (p) 056 491 33 36, (g) 079 540 55 30 e-Mail: [suter.taegerig@bluewin.ch](mailto:suter.taegerig@bluewin.ch)

Alternativ kannst du dich auch selbst direkt auf dem Portal des Aargauer sCOOL-Cups anmelden: <http://scool-ag.jranking.ch/>.



Heute stelle ich euch die Seiten „Resorts“ und „Geschichte“ vor. Ich bin dankbar um konstruktive Kritik und euren Input. Wir werden versuchen euren Input soweit als möglich zu berücksichtigen.

Ressort/Aufgabe	Name	Telefon	eMail	Vorstands-Ressort
AOLV-Vertretung	Michael Suwald	079 100 97 16	eMail	Präsidium
ASJM-Kontrolle	Nik Suter	056 622 59 49	eMail	Nachwuchs
EDV	Lukas Erne	056 493 55 29	eMail	Präsidium

**Resorts:** Auf dieser Seite sind alle Resorts /Aufgaben der OLG Cordoba aufgeführt, welche keinen direkten Einsitz im Vorstand haben. Diese Seite kann über das Menü „ÜBER UNS / Resorts“ aufgerufen werden.

Mit dem Link in der Spalte „Ressort/Aufgabe“ kannst du die relevante Webseite aufrufen, welche zu diesem Ressort passt.

Der Link „eMail“ ruft dein Standard-eMail-Programm mit der eMail-Adresse der/s Ressort-Verantwortlichen auf; mit einem entsprechenden Betreff.

**KATEGORIE: GESCHICHTE**

Suche für die

**AKTUELL** 2016  
Leonhard Suter | 21. Dezember 2016  
Änderungen werfen ihre Schatten voraus; das Jahr 2016 stand im Zeichen des Präsidentenwechsels.  
[Read More](#)

**GESCHICHTE** 2015 **AGENDA**

**Geschichte:** Für jedes Vereins-Jahr der OLG Cordoba gib es einen Beitrag auf der Homepage. Alle Beiträge zu dieser Rubrik findest du im Menü „ÜBER UNS / Geschichte“ oder in der Kategorie „Geschichte“ im unteren rechten Teil des Bildschirms.

Wie die feststellen kannst, fehlen bei vielen Jahren die Bilder. Falls du solche hast, kannst du sie einscannen oder fotografieren und mir danach schicken (eMail [suter.taegerig@bluewin.ch](mailto:suter.taegerig@bluewin.ch)). Wenn du noch einen kurzen Kommentar zum Bild machen kannst, so wäre dies grossartig und das Bild bekäme seine Bedeutung.



Diese Postkarte versandte der nachmalige Cordoba-Präsident Thomas Huber im Spätsommer 1990 aus der Radfahrerrekruitenschule im freiburgischen Romont an meinen kleinen Bruder Oliver. Das schon im Original qualitativ grenzwertige Bild zeigt die damalige Schweizer Junioren-Nationalmannschaft mit ihren Betreuern. Die Trainingsanzüge sind in den seinerzeit für schön befundenen Violettönen gehalten. Übrigens ist auch die heutige Technische Leiterin unseres Vereins, Véronique Renaud Humbel, abgebildet. Wer die beiden Jahrgänger auf Anhieb findet, verdient ein uneingeschränktes Lob! Auflösung auf Seite 31

Hauptsponsor  
Nachwuchskader SOLV

 **CERBERUS**

Cerberus Sicherheitstechnik schützt Menschen und Werte

# Frühlings OL-Lager

Dorothea Suter

# OL Kurs

Dorothea Suter



## Frühlings OL-Lager 8.-13. April 2017



### «Auf den Spuren von Simone Niggli»



#### Organisation

OLG Cordoba, bussola ok

#### Programm

In altersgerechten Stärkeklassen trainieren wir vom Samstag, 8. April bis am Donnerstag, 13. April 2017 in den Heimwäldern von Simone Niggli verschiedene OL-Formen. Spiel und Spass sind tägliches Programm.

#### Unterkunft

Pfadiheim Gysenstein BE

#### Teilnehmende

OL-Anfänger und -Cracks ab 10 Jahren (Jüngere nach Absprache). Mindestanforderung: sCOOL-Bahn selbständig laufen können oder einen Einführungs-/ Frühlings-Kurs absolviert haben. Gerne dürfen sich auch Kinder und Jugendliche aus anderen OL-Vereinen anmelden.

#### Lagerleitung

Dorothea Suter - unterstützt von erfahrenen J&S- und OL-Leitern und natürlich werden wir wieder von unserer Top-Küchencrew verköstigt.

#### Kosten

Pro Teilnehmer CHF 300.—

Im Preis inbegriffen sind alle OL Karten, Unterkunft, Verpflegung, alle Transporte und Eintritte.

Falls Du Mitglied in einem OL-Verein bist, kann es sein, dass Du einen Lagerbeitrag erhältst. Bitte setze Dich direkt mit der verantwortlichen Person in Verbindung, um die Details zu klären.

#### Versicherung

Die Versicherung liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Mit der Anmeldung bestätigen die Eltern, dass das Kind privat gegen Unfall versichert ist.

#### Anmeldung

Bis Sonntag, 12. März 2017 mittels untenstehendem Talon an Dorothea Suter, Dorfstrasse 37, 5412 Gebenstorf, 079 800 20 48, junioren@olgcordoba.ch. Die Anmeldung muss von einem Elternteil unterschrieben sein, nur Mailanmeldung ohne Unterschrift reicht nicht.

#### Information

Auskunft: Dorothea Suter

Ausführliche Informationen folgen ca. 2 Wochen vor dem Lager.

✂.....

Name .....Vorname .....Geburtsdatum.....

Adresse .....

E-Mail .....Telefon.....

Verein .....Vegetarier:  ja  nein

Unterschrift Eltern .....



# OL Kurs



#### Veranstalter

OLG Cordoba  
Der Orientierungslauf-Club der Region Baden-Brugg-Zurzach  
www.olgcordoba.ch

#### Programm

Einführung in den OL-Sport einschliesslich eines ersten OL-Wettkampfes

#### Daten

Samstag, 11. März 2017, 10:00 Uhr bis ca. 16:00 Uhr in Dättwil  
Sonntag, 12. März 2017, 10:00 Uhr bis ca. 15:00 Uhr, Teilnahme am 34. Fricktaler Einzel-OL in Giebenach BL  
Genauere Infos über Treffpunkte und das Programm werden den Teilnehmenden nach der Anmeldung mitgeteilt.

#### Teilnehmende

Kinder und Erwachsene (Kinder bis Jahrgang 2009 in Begleitung eines Erwachsenen)

#### Kosten

pro Person: 20 Franken inkl. OL-Wettkampf (ist am ersten Kurstag zu bezahlen)

#### Anmeldung

bis am Sonntag, 5. März 2017 mit dem Anmeldetalon, per E-Mail oder Telefon

#### Kontaktperson

Dorothea Suter  
Dorfstrasse 37  
5412 Gebenstorf  
Telefon: 079 800 20 48  
E-Mail: junioren@olgcordoba.ch



✂.....

Ich/wir melden uns für den OL-Kurs 2017 der OLG Cordoba an:

Vorname/Name:..... Jahrgang:.....

Vorname/Name:..... Jahrgang:.....

Vorname/Name:..... Jahrgang:.....

E-Mail:..... Telefon:.....

Adresse:.....



# Club Weekend 2. & 3. Nat.

Véro Renaud

**CLUB WEEKEND 2. & 3. September 2017 im Neuenburger Jura (3. und 4. Nationaler OL)**



Übernachten im Centre d'échanges scolaires in Les Bayards (fast auf den Laufkarten), in 2er-Zimmern (5 Zimmer) oder im Massenlager (2x15 und 2x18 Betten), **Schlafsack mitnehmen**, Fixleintuch und Kissenhülle vorhanden.  
Inkl. Nachtessen und Morgenessen. Die Getränke werden vom Club übernommen.

Jeder meldet sich an die Wettkämpfe selber an.

Preise alles inklusiv:

Kinder bis 16 J.: 28 CHF  
 Erwachsene: 35 CHF  
 2er Zimmer (pro Person): 40 CHF

Mehr Infos zum Centre d'échanges scolaires unter <http://www.echanges-scolaires.com/>

Anmeldung bis **1. Mai 2017** per Mail an [vero.renaud@bluewin.ch](mailto:vero.renaud@bluewin.ch) oder mit untenstehendem Talon.

Ich freue mich, euch in der schönen République et Canton de Neuchâtel zu empfangen!

Véro

\*\*\*\*\*

## Anmeldung für das Clubweekend vom 2. & 3. September 2017

Name:

	Massenlager	2er-Zimmer
Anzahl Kinder		
Anzahl Erwachsene		

Bemerkungen/Wünsche:

# Klubweekend MOM & 5. Nat.

Rebekka Suter

**Klub-Weekend 09. & 10. September 2017 auf der Schwägalp (MOM & 5. Nationaler OL)**



Ich habe 25 Doppelzimmer im „Säntis – das Hotel“ auf der Schwägalp reserviert.

**Im Preis von ca. CHF 100.- enthalten sind:**

Übernachtung

Frühstücksbuffet im Säntis - das Hotel

Benutzung Wellnessbereich

Berg- und Talfahrt mit der Säntis-Schwebebahn (die Freifahrt kann nur während ihrem Aufenthalt und den Betriebszeiten der Säntis-Schwebebahn eingelöst werden.)

De schneller, esch de gschwinder.

**Für den Lauf muss sich jeder selber anmelden.**

Mehr Infos zu „Säntis – das Hotel“: <https://saentisbahn.ch/hotel/>

Anmeldung bis 01.07.2017 an Rebekka Suter, Roggenhausenstr. 33, 5035

Unterentfelden; e-Mail: [rebekka.suter@bluewin.ch](mailto:rebekka.suter@bluewin.ch).

WIR HABEN DIE WELT  
NICHT NEU ERFUNDEN.  
ABER DEN WEG DORTHIN.



## Der neue California. Ab jetzt in den drei Modellvarianten Beach, Coast und Ocean.

Noch mehr Flexibilität für Urlaub und Alltag: Den neuen California gibt es in den Ausstattungslinien Beach, Coast und Ocean. Alle drei Modellvarianten überzeugen dank der neuesten Motorengeneration und der serienmässigen BlueMotion Technology mit niedrigerem Treibstoffverbrauch. Und damit Sie sich schon auf dem Weg in den Urlaub entspannen können, sorgen auf Wunsch zahlreiche innovative Fahrerassistenz-Systeme dafür, dass Ihre Fahrt noch komfortabler wird.



Volkswagen



### Autocenter Baschnagel AG

Landstrasse 151  
5430 Wettingen  
Tel. 056 437 81 81  
www.autohits.ch

CORDOBA-WELLE 04/16

## Klubweekend 6. & 7. Nat.

Caroline Mennet

CORDOBA

Klubweekend 30. September/1. Oktober 2017,  
6. & 7. nationaler OL (parallel zum Weltcup)  
im Hotel Wetterhorn in Grindelwald



Für das Wochenende vom OL-Weltcup-Final und die 6. & 7. Nationalen OLs konnte ich etwas oberhalb von Grindelwald im Hotel Wetterhorn (<https://www.hotelwetterhorn.ch>) für die OLG Cordoba 39 Betten reservieren.

### Verfügbare Zimmertypen und Preise pro Nacht inkl. Halbpension:

- 1 Einzelzimmer (140cm breites Bett) Fr. 132.00 p.P.  
(2. Person im selben Bett möglich, zusätzlich Fr. 77.00)
- 4 Doppelzimmer Fr. 122.00 p.P.  
(in 2 Zimmern Zustellbett möglich für zusätzlich je Fr. 77.00)
- 2 Vierbettzimmer Fr. 117.00 p.P.  
(1 Zimmer mit Zustellbett möglich für zusätzlich Fr. 77.00)
- 3 Mehrbettzimmer mit WC/Dusch auf Etage Fr. 92.00 p.P.  
(1x 4er / 1x 6er / 1x 8er)

Kinder von 3 bis 5 Jahre erhalten 50%, von 6 bis 15 Jahre 30% Ermässigung, bis und mit 2 Jahre sind Kinder gratis.

Parkplätze sind vorhanden und der Bus hält direkt vor dem Hotel.

Anmeldungen für das Weekend sind ab sofort möglich. Bitte gebt mir das Alter der teilnehmenden Kinder und den gewünschten Zimmertyp an. Es het solange's het ☺. Danke für Eure Anmeldung per Mail an [mennet@sunrise.ch](mailto:mennet@sunrise.ch).

Für die Wettkämpfe meldet sich bitte jeder selber an.

Ich freue mich auf das gemeinsame Wochenende mit Euch!

Herzliche Grüsse

Caroline

## Hallentraining

### Hallentraining in der Burghalde in Baden

Das winterliche Hallentraining der OLG Cordoba neigt sich dem Ende zu. Eine schöne Gruppe von jungen und jung gebliebenen Mitgliedern hat sich regelmässig am Mittwochabend zum Training getroffen. Die Welle hat einige gefragt, was ihnen am Hallentraining gefällt... wenn das keine Motivation für den nächsten Winter ist!



„Das Hallentraining ist für mich eine gute Ergänzung zum winterlichen Lauftraining, vor allem die Kraftübungen, für die mir zu Hause oft die Motivation fehlt. Und das Spielen am Schluss macht einfach Spass! Die Kinder freuen sich ausserdem jedes Mal darauf, sich in der Halle austoben zu können.“ (Arno Schneider)



## Hallentraining

„Ich finde das Hallentraining ist eine gute Trainingsmöglichkeit im Winter, anstatt den OL Trainings. Cool finde ich, dass sowohl Alt als auch Jung teilnehmen kann. Ich komme ins Hallentraining weil ich dort Freunde treffe, man zusammen trainieren kann und das mehr Spass macht. Ausserdem finde ich gut, dass es in Baden statt findet, da ich ja in der Nähe wohne ;)“ (Elin Erne)



„Das Hallentraining ist eine prima Gelegenheit auch in der OL-freien Zeit etwas für die Fitness zu tun. Die lockere Stimmung, das abwechslungsreiche Programm und das jeweilig Spiel mit Jung und Aelter kann ich bestens empfehlen.“ (Willi Zehnder)



## Hallentraining

„Ich mache gern Sport und ich will auch im Winter nicht faul herum liegen. Darum komme ich ins Hallentraining. Und ich komme auch wegen den Leuten, es macht Spass, mit seinen Kollegen zu trainieren.“ (Séverine Sieber)



„Was mir am Hallentraining gefällt:

- Spiel und Sport unter Gleichgesinnten
- guter Mix zwischen Jung und Alt, Ambitionierten und weniger Ambitionierten
- regelmässiges Konditraining statt Winterschlaf: Kraft, Ausdauer, Laufschule“ (Peter Gribo)

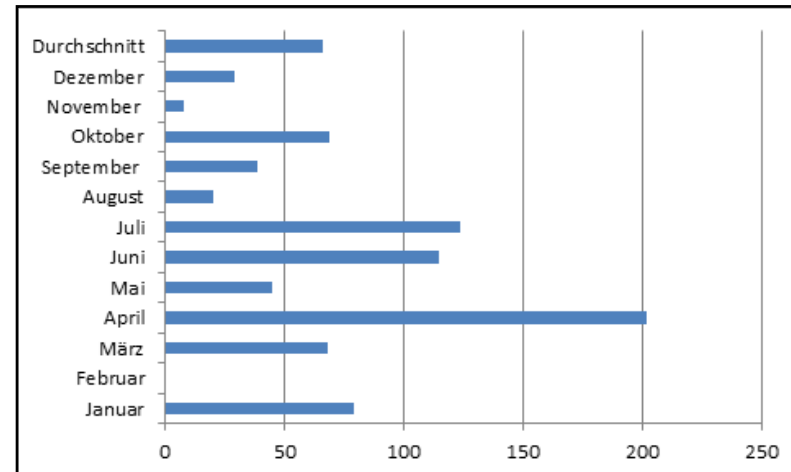


„Die Spiele am Anfang und das Unihockey am Schluss finde ich cool. Und die Kraftübungen in der Mitte sind halt gut für die Muskeln!“ (Simon Humbel)

## Club News

### Vorausblickender Rückblick

Es gibt Meldungen in gedruckten Medien, die niemanden interessieren: So habe ich mir in der vergangenen Saison 2016 einen Spass daraus gemacht, zu notieren, wie viele Posten ich ange-laufen und tatsächlich gefunden habe. Insgesamt waren es 798 Postenflaggen, 509 in der ersten, 289 in der zweiten Jahreshälfte – durchschnittlich 66 Posten monatlich. Die Grafik zeigt die Verteilung über das ganze Jahr und ermöglicht einen Blick zurück. Beruflich meine bevorzugte Blickrichtung!



Grafik: angelaufene (und gefundene) Posten in der Saison 2016.

Im schneearmen Januar schlugen sich die Klubtrainings im „Schönert“ und am „Buechberg“ nieder. Im Februar fiel dann Schnee, bevor im März die Nacht-OL-Saison begann. In der schönsten der Aprilwochen fand das Frühlingslager in Vaumarcus statt. Die verregneten Monate Mai und Juni standen im Zeichen von Pflingst- und Fünferstaffel und

mein eigener, am Schluss verhagelter Trainingslauf am „Rüsler“. Die Sommerferien waren der SOM und der Swiss O Week gewidmet. Als im August der Sommer kam, konzentrierte ich mich auf den Trainings-OL der Familie Humbel-Renaud auf der „Baldegg“. 27 der 39 im September gefunden Posten standen im beeindruckenden Bergsturzgebiet „Schutt“ am Atzmännig im lauschigen Goldingertal. Im Oktober startete ich in Aarau mit viel Freude neben dem Weltcupfinale. An der TOM sah ich dank Christof Maag und Thomas Schneider

lediglich acht Posten unserer Seniorenbahn. Und Ende Dezember ermöglichte uns Familie Suter-Schadegg an einem sonnigen Nachmittag diverse Runden und eine kleine Winterstaffel.

So viele Laufgebiete, so viele positive

Begegnungen mit Jung und Alt im Klub und mit Personen ausserhalb. Erlebnis in der Natur, unterschiedliche Wettphänomene, Selbstzweifel, tiefe Einsichten in sich selbst und noch grössere Zufriedenheit nach dem Lauf. Mit einem Blick voraus wünsche ich das allen Cordobanerinnen und Cordobanern in der nagelneuen Saison 2017!

### Unser Verein in Dok-Film

Ein DOK-Film von Fernsehen SRF verfolgte unter anderem unser Vereinsmitglied Ruth Humbel bei der parlamentarischen Kommissionsarbeit. Die Staatspolitische Kommission des Nationalrats befasste sich mit der Umsetzung der Masseneinwanderungsinitiative. Dokumentarfilmerin Karin Bauer kam dafür eigens an die «Swiss O Week 2016», wo unser Verein nach rund 49 Minuten



von Ruth vorgestellt wird: «Dasch min Klub!».

<http://www.srf.ch/sendungen/dok/inside-bundeshaus-ein-volksentscheid-und-seine-folgen>

oder via Link auf der Cordoba-Homepage.

**CORDOBA**

**%**

# Dein Bikeshop

Beratung Services Testcenter Miete

BIKE  
SNOW SPORT  
MODE

no limit

**offiz. Testcenter**

SCOTT  
BIXS

Mountain Bike Rennvelo  
E Bikes BMX Tourenrad

5200 Brugg

www.no-limit.ch

### Wintertrainings:

Diesen Winter war ich zwei Mal bei einem OL-Wintertraining dabei. Bei schönstem Wetter einmal auf dem Petersberg und jetzt dieses Mal auf dem Rüsler. Die Idee der Wintertrainings hat voll eingeschlagen, die Teilnahmeliste war bis zur Mitte der dritten Seite gefüllt!! Ganz gelungen fand ich, dass man die Waldhütte für diesen Anlass reserviert hat. Fachsimpelei – bist du aussen rum oder darüber? – das muss doch einfach sein. Auch die vielen anderen Gespräche mit



Vor der Fislisbacher Waldhütte

Auch die vielen anderen Gespräche mit



Anmeldung, Garderobe und Austausch im Wintergarten der Waldhütte

# Club News

Martin Burkhard

# NOM

Clubmitgliedern ohne zu frieren, das hat mir gut gefallen.

Ganz herzlichen Dank an die Organisatoren der Wintertrainings.



**swiss**  
orientierung

## AUSSCHREIBUNG

EGG-HARD · 18. MÄRZ 2017



2017  
Schweizer Meisterschaft  
Nacht-Orientierungslauf  
USTER · OLG PFAEFFIKON

## Schweizer Meisterschaft im Nacht-OL (NOM)

Samstag, 18. März 2017

Organisator	OLG Pfäffikon	
Laufleiter	Hansjörg Graf	
Bahnleger	Urs Altorfer	
Kontrolle	Sönke Bandixen	
TD	Roland Ludwig	
Auskunft	Marianne Graf, mgraf@graftreu.ch	
Medien	Jürg Bosshard, praesident@olg-pfaeffikon.ch	
Besammlungs	Sporthalle Buchholz, Uster	
Karte	Egg-Hard, 1:10'000 / 2.5 m Aequidistanz (Ausnahmebewilligung), Stand März 2017	
Kategorien	nach WO, keine Offen-Kategorien	
Wettkampfform	Langdistanz mit Einzelstart	
SI-Card	Teilnehmende aller Kategorien können mit allen SI-Cards laufen. Die Posten sind für das berührungslose Quittieren mit SIAC Air+ freigeschaltet.	
Anmeldung	über Anmeldeportal <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a> oder durch Einzahlung des Startgeldes auf PC 30-558909-4, Schweizerischer OL-Verband, Krummackerweg 9, 4600 Otten, mit Angabe von SOLV-Nr., SI-Card, Name, Adresse, Jahrgang, Verein	
Startgeld	21-jährige und älter	CHF 28.-
	17-20-jährige	CHF 19.-
	16-jährige und jünger	CHF 14.-
	Zuschlag für die Zusendung von Weisungen und Ranglisten	CHF 5.-
	Mietbadges für SPORTident (keine SIAC Air+/Bezug bei der Info)	CHF 2.-
Meldeschluss	klassisch:	Montag, 27. Februar 2017
	mit Onlinezahlung:	Montag, 6. März 2017
	keine Nachmeldungen, keine Mutationen (ausser SI-Card)	
Weg zum Start	600 m	
Startzeiten	erste Startzeit ab 19.30 Uhr	
Weisungen	Startlisten (ab 10. 3. 2017) und Weisungen ab Anfang März 2017 im Internet unter <a href="http://www.solv.ch">www.solv.ch</a>	
Siegerehrung	ca. 22.30 Uhr	
Versicherung	ist Sache der Teilnehmenden. Soweit gesetzlich zulässig wird jede Haftung abgelehnt.	
Anreise	Uster ist sehr gut mit dem Zug erreichbar. Weg Bahnhof-WKZ: 10-15 Minuten zu Fuss	
Parkplätze	öffentlicher PP mit Parkgebühren, Weg PP-WKZ: maximal 5 Minuten	
Antidoping	In den Kategorien H20/HE und D20/DE darf nur starten, wer die Unterstellungserklärung zum Dopingstatut Swiss Olympic unterzeichnet hat.	
Besonderes	Am Sonntag, 19. März 2017 findet der 1. Nat. OL in Elgg statt. Vom Veranstalter werden keine Übernachtungen angeboten.	

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

# Die einzigartige AAA-Metzgerei

# HANS HÖHN

**FLEISCH \* WURST  
PARTYSERVICE  
UNTERSIGGENTHAL**

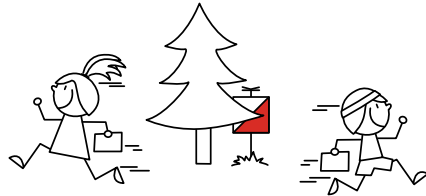
[www.metzgerei-hoehn.ch](http://www.metzgerei-hoehn.ch)

Tel./Fax. 056 288 16 83 [hoehn@pop.agri.ch](mailto:hoehn@pop.agri.ch)



# Anders Als Andere

# 1. Nationaler OL



## 1. NATIONALER ORIENTIERUNGSLAUF 2017 51. WINTERTHURER OL | SO, 19. MÄRZ 17, GUEGENHARD

### Lauf der Jugend-OL-Meisterschaft ZH/SH + (JOM)

<b>Veranstalter</b>	OLC Winterthur ( <a href="http://www.olcw.ch">www.olcw.ch</a> )
<b>Laufkarte</b>	Guegenhard, 1:10 000   Stand Frühjahr 2017
<b>Wettkampfform</b>	Mitteldistanz-OL
<b>Laufleiter</b>	Patrick Stähli
<b>Auskunft</b>	Monika Bischof, 079 791 50 34, <a href="mailto:m.bischof@bischof-grafik.ch">m.bischof@bischof-grafik.ch</a>
<b>Gelände</b>	Abwechslungsreicher Mittellandwald mit steilen, drehenden Hängen. Die oftmals eingeschränkte Belaufbarkeit und Sicht erfordern präzises Navigieren.
<b>Besammlng</b>	Schulhaus Ritschberg, Bahnhofstrasse 39, 8353 Elgg Mit Info, Anmeldung offene Kategorien, Garderoben/Duschen, Festwirtschaft und OL-Shops; geöffnet ab 8.00 Uhr
<b>Kategorien</b>	Alle gemäss WO inkl. D/H10 Offen lang, Offen mittel, Offen kurz, «Famigros» Familien
<b>Anmeldung Online</b>	Über <a href="http://www.go2ol.ch">www.go2ol.ch</a>   Meldeschluss: Montag, 6. März 2017
<b>Klassische Anmeldung</b>	Postkontoeinzahlung auf PC 30-558909-4, Schweiz. OL-Verband, 4600 Olten mit Vermerk «1. Nat. OL», Name, Vorname, Jahrgang, Adresse, Kategorie, Verein, SI-Card-Nummer und bei Bedarf «Postzustellung» Meldeschluss: Montag, 27. Februar 2017
<b>Offen Kategorien</b>	Anmeldung nur am Lauftag von 9.30 Uhr bis 12 Uhr
<b>Nachmeldungen</b>	Keine Nachmeldungen (ausgenommen die Offen Kategorien mit Anmeldung am Lauftag)
<b>Anreise</b>	<b>Öffentlicher Verkehr</b> Bis Bahnhof Elgg mit S35 (von Winterthur HB oder Wil SG) Fussmarsch zum WKZ ca. 10 Minuten <b>Privater Verkehr</b> Parkplätze sind signalisiert ab Dorfeingang Elgg. Fussmarsch zum WKZ ca. 10 – 20 Minuten
<b>Weg zum Start</b>	Vom Wettkampfbereich zum Start ca. 25 Minuten

# Badener OL

Armin Steiner


**kontiki RAIFFEISEN**


## 63. Badener-OL Samstag 25. März 2017

- Familien Kategorie mit Wurstbraten und Gratisstart (offeriert von Raiffeisenbank Lägern-Baregg)
- Sie & Er-Kategorie mit Gratisstart (offeriert von Kontiki)
- Turner/innen Kategorie (2er Team)
- ASJM-Wertungslauf / McDonald's Cup
- Kompass & Badge Miete am Lauftag

Organisation: OLG Cordoba Baden-Brugg-Zurzach

Laufleitung: Armin Steiner, [badener-ol@olgcordoba.ch](mailto:badener-ol@olgcordoba.ch)  
Bahnlegung: Maren Ludorf und Therese Achermann  
Kontrolle: Nik Suter

Karte: Eigi 1:10'000, Stand 2013

Besammlng: Bezirksschule Wettingen  
Alberich Zwysigstrasse 72  
offen ab 11:30

Kategorien: Gemäss WO, zusätzlich D/H18K,  
-Breitensport- Sie&Er, Familien, Turner/innen (2er Team),  
Offen kurz / mittel / lang und sCOOL  
Eingedruckte Bahnen für alle Kategorien

Anmeldung: unter [entry.picotiming.ch](http://entry.picotiming.ch) bis am 24. März,  
oder am Lauftag zwischen 12:00 – 14:30  
Start 12:30 – 15:00 Transport mit RVWB-Bussen

Transport: Rückreise mit RVWB Bus wird gesponsert.  
Anreise ÖV: markiert ab RVWB Haltestelle Rathaus (Linie 3,7,8)  
Anreise Auto: Parkplatz Sportcenter Tägerhard, Tägerhardstr. 122, Wettingen  
Auto füllen! Beschränkte Anzahl Plätze.  
Parkplatz – Besammlungsort mit Linienbus Nr.7 bis Haltestelle Rathaus. Die Busse verkehren im 15' Takt. Hinreise zum Kurstarif

Startgeld: Jg. 1996 und älter: CHF 20.-  
Jg. 1997 – 2000: CHF 12.-  
Jg. 2001 und jünger: CHF 10.-  
Turner/innen: CHF 20.-  
zusätzliche Karte: CHF 4.-

Verpflegung: Zielgetränk, Festwirtschaft bei der Garderobe  
Weisungen: werden kurz vor Wettkampf unter [www.badener-ol.ch](http://www.badener-ol.ch) aufgeschaltet  
Versicherung: Soweit gesetzlich zulässig lehnt der Veranstalter für sich und seine Helfer jede Haftung gegenüber Teilnehmenden ab.

CORDOBA


**SWISSLOS**  
Sportfonds Aargau




## Ausschreibung 50. Pfingststaffel 3./4. Juni 2017

<b>OL Karte</b>	Le Communal de la Sagne, Stand 2017
<b>Gelände</b>	Einzigtiges Jura Highspeed Gelände. Hauptsächlich Jura halboffenes Gebiet mit sehr wenigen Wegen. Technisch gibt es öfters knifflige Passagen, die Belaufbarkeit ist jedoch extrem hoch. Purer OL Genuss für jedermann!
<b>Organisation</b>	ANCO
<b>Laufleitung</b>	Marc Lauenstein
<b>Bahnleger</b>	Pascal Buchs
<b>Kontrolleur</b>	Paul Flückiger
<b>Auskunft</b>	Marc Lauenstein, email: marclauenstein@gmail.com
<b>Kinderstaffel</b>	Samstag Nachmittag
<b>Pfingststaffel</b>	Original 7er Staffel
<b>Wettkampfbereich</b>	1km entfernt vom Bahnhof La Corbatière
<b>Parkplätze</b>	Beim Wettkampfbereich
<b>Wettkampftyp</b>	Staffel mit 7 Strecken, 2 davon nachts, die 3. Strecke startet am nächsten Morgen mit den Abständen aus der Nacht. Gabelungssystem, keine Abkürzungen.  Mannschaften bestehen aus mindestens 5 LäuferInnen, d.h. maximal 2 LäuferInnen dürfen zwei Mal starten (Doppelstart ist nur für die Streckenkombinationen 1-6 und 2-7 erlaubt). In jeder Mannschaft läuft mindestens: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ein(e) LäuferIn H50/D50 und älter <b>oder</b> ein(e) LäuferIn H14/D14 und jünger</li> <li>▪ Eine Dame</li> </ul>

### Adressänderung:

Rebekka Suter, Roggenhausenstr. 33, 5035 Unterentfelden

### Austritte:

Robin Moor

### Auflösung von Seite 12/13



**grieder sport**  
baden

## Sportler beraten Sportler.

**grieder sport baden ag**

mellingerstrasse 1 5400 baden

t 056 222 22 28 f 056 222 26 49

info@griedersport.ch www.griedersport.ch

running  
langlauf  
walking  
trekking  
teamsport



# Agenda

- 06.03.2017 Meldeschluss online NOM in Uster und 1. Nationaler in Elgg
- 08.03.2017 Trainings-OL, Hasenberg, PP ob Bellikon, am Waldrand, Grob-Fein Training, Therese & Alois Achermann 044 740 13 17
- 11.03.2017 OL Kurs, Ausschreibung auf Seite 15
- 12.03.2017 M 34. Fricktaler Einzel-OL in Rheinfelden** auf der Karte Rheinfelderberg, Ausschreibung in Welle 4/16 auf Seite 28
- 15.03.2017 Trainings-OL, Baldegg Horn, Schwabenberg, Patrick Zehnder, 056 210 13 15
- 18.03.2017 M NOM Schweizer Meisterschaft im Nacht-OL in Uster** auf der Karte Egg-Hard, Ausschreibung auf Seite 27
- 19.03.2017 M 1. Nationaler OL in Elgg** auf der Karte Guegenhard, Ausschreibung auf Seite 28
- 25.03.2017 M Badener OL in Wettingen** auf der Karte Eigi Wettingen, Ausschreibung auf Seite 29
- 29.03.2017 Trainings-OL, Eitenberg, Ref. Kirche Hausen, markiert ab Hauptstrasse, Massenstart (Gabelungen, Schlaufen), Markus Gerber
- 08.-13.04.2017 OL-Lager in Gysenstein BE, Ausschreibung auf Seite 14
- 15.04.2017 Osterstaffel in Bowil auf der Karte Bowil-Gauchern
- 17.04.2017 M Rymenzburger-OL,** auf der Karte Stierenberg
- 22.04.2017 J Seetaler Schüler OL in Hitzkirch**
- 26.04.2017 Trainings-OL, Achenberg, Véro Renaud, 056 221 88 59
- 07.05.2017 UBOL 3er Staffel in Corcelles NE im Serroue (bei Neuenburg)
- 10.05.2017 Trainings-OL, Linnerberg, Linner Linde, Routenwahlen, Markus Gerber
- 20.05.2017 Trainings-OL, Siggenberg, Waldhütte Untersiggenthal, Jonas Burkhard
- 03./04.06.2017 Pfingststaffel auf der Karte Le Communal de la Sagne, Ausschreibung auf Seite 30
- 13.06.2017 sCOOL-Cup in Aarau, Helferaufruf auf Seite 10
- 14.06.2017 Trainings-OL

## Vereinsmeisterschaft

- J** = Diese Läufe werden nur bei den Junioren und Juniorinnen gewertet
- M** = Diese Läufe werden für alle Mitglieder gewertet