

CORDOBA

WELLE

Nr. 1 März 2018



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 oder 078 659 11 08

E-Mail: welle@olgcordoba.ch

**Redaktions-
schluss**

Cordoba-
Welle 02/18

17.05.2018


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 finanzen@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. 078 659 11 08

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

Judith Suter
Müslenstrasse 21 aolv@olgcordoba.ch
5406 Rüthof Tel. 076 423 04 70

Kleiderbörse

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

Presse

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

Redaktion Homepage

Magdalena Suter
Schlossbergweg 5 web@olgcordoba.ch
5400 Baden

Administration Homepage

Martin Okle webadmin@olgcordoba.ch
Birenackergasse 5
5502 Hunzenschwil

Liebe Cordobanerinnen und Cordobaner,

FamCOOL? Noch nie gehört? Halb so schlimm! In den folgenden Zeilen erfährst Du
worum es sich dabei handelt.



FamCOOL ist ein neues, innovatives Familienprogramm von Swiss Orienteering und Coop als Hauptpartner und Titelsponsor. Ein solcher Event kann als Sport- und Spassanlass rund um ein Schulareal entweder im Anschluss an eine sCOOL-Etappe oder im Zusammenhang mit einem OL angeboten werden.

Das gesamte Programm sieht drei Varianten von FamCOOL vor, nämlich FamCOOL Spielend, FamCOOL Sportlich und FamCOOL Mobile. Ich erläutere hier lediglich die Form „Spielend“.

Jedermann soll sich im eigenen Tempo modern, naturnah, geistig herausfordernd, gesund und sportlich bewegen können. Coop FamCOOL will Familien altersübergreifend ein Bewegungserlebnis ermöglichen und dadurch die Freude an der gemeinsamen Bewegung wecken. Familien sollen die Faszination der Verbindung von Bewegen und Orientieren spielerisch und in einfachen Wettkampfformen erleben.

FamCOOL-Anlässe finden normalerweise auf einem Schulareal oder in einem Dorf- oder Quartierteil am frühen Abend statt. Sie sollen kombiniert werden mit Dorffesten, Schulhausfesten, World Orienteering Day / Week oder eben sCOOL-Tour de Suisse-Etappen oder ‚normalen‘ OL-Wettkämpfen. Die Anlässe eignen sich ausgezeichnet, um in den regionalen Medien Präsenz zu zeigen und Mitgliederwerbung zu betreiben.

Von Seiten Swiss Orienteering werden den Vereinen einige Werbe- und Kommunikationsleistungen zur Verfügung gestellt:

- Betreuung nationaler Medien
- Plakate und Flyer
- Durch Coop Berichte in der Zeitung, Online und Aushänge in den Filialen
- Vorlagen für regionale Medien, Schulen, Eltern, Vereine und Gemeinden.

Die OLG Cordoba ihrerseits bedient regionale und lokale Medien, verteilt Plakate und Flyer und stellt die Kontakte zu Schulen, anderen Vereinen und Gemeinden her.

Die Aufgabenteilung im OL-technischen Bereich sieht so aus:

Swiss Orienteering

- Bahnen auf der Kartengrundlage
- Material für OL-Spielformen
- IT-Hard- & Software für Auswertung
- Badges

Vereine

- Kartengrundlage
- Badges
- Ergänzung Material
- Ergänzung IT-Hard- & Software



Schliesslich braucht es für einen solchen Anlass eine Handvoll Helfer und Helferinnen aus unserem Club.

Konkret plant Theres Achermann einen ersten FamCOOL-Event am 15. Mai in Klingnau im Anschluss an eine sCOOL-Etappe. Zwar ist der Termin noch nicht bestätigt, reserviert Euch den Abend aber trotzdem bereits heute, entweder um zu helfen oder einfach um zu schauen, wie so ein Anlass funktionieren kann. Es wird sicher nicht der letzte sein!

Euer Präsi

Die einzigartige AAA-Metzgerei

HANS HÖHN

FLEISCH * WURST
PARTYSERVICE
UNTERSIGGENTHAL



www.metzgerei-hoehn.ch

Tel./Fax. 056 288 16 83 hoehn@pop.agri.ch

Anders Als Andere

Vorstandsnews Februar 2018

• AOLV

Judith Suter-Schadegg wird die OLG Cordoba neu im **AOLV-Vorstand** vertreten. Sie ersetzt Michael Suwald, der während der letzten Jahre die ASJM-Läufe betreut hat.

Der Vorstand dankt Michael für die geleistete Arbeit ebenso herzlich wie Judith für ihre Bereitschaft, seine Nachfolge anzutreten. Viel Erfolg und Freude!

• Als neuer **Webmaster** hat sich **Martin Oklé** zur Verfügung gestellt.

Herzlichen Dank an Martin für die Bereitschaft, sich hier zu engagieren. Gleichzeitig geht der Dank für die geleistete Arbeit an den abtretenden Webmaster Jan Erne.

• **GV 2018**

Die GV 2018 findet wiederum an einem Freitagabend statt und zwar am 23. November 2018 ab 18:30 Uhr, voraussichtlich wiederum in der Turnhalle Ennetbaden.

• **Isabelle Steiner** hat auf die nächste GV ihren Rücktritt aus dem Vorstand angekündigt. Isabelle führt das Aktuariat seit 2011. Die Suche nach einer Nachfolgerin oder einem Nachfolger läuft.

Der Vorstand hat beschlossen, ein **Ressort Breitensport** zu schaffen. In dieses Ressort fallen Themen wie Schulsport, sCOOL, Swiss-O-Finder oder FamCOOL. Therese Achermann hat sich erfreulicherweise bereit erklärt, diesen Aufgabenbereich zu betreuen, herzlichen Dank!

Für die **Clubreise nach Vasto** (Italien) in den kommenden Herbstferien haben sich sage und schreibe 73 Mitglieder angemeldet! Die im Budget vorgesehenen Fr. 25'000 für die Subvention der Clubreise werden den Mitreisenden prozentual an die Kosten für Unterkunft und Halbpension im gemeinsamen Hotel angerechnet. Kurzentschlossene müssten sich individuell anmelden. Sie könnten wohl im gleichen Hotel wohnen, aber nicht mehr von den Subventionen profitieren.

Die **Karten** für den 3-Tage OL in Riniken sind aufgenommen. Ebenso die Schulhauskarten Kleindöttingen und Klingnau. Nächste Kartenprojekte sind Buechberg-Mellingen und Unterwald Beznau für die beiden Regionalen OL 2020 sowie der Geissberg Villigen für den geplanten Nationalen OL von 2021.

Gespräch mit Simon Humbel (H 14)

Patrick Zehnder

Wie schon in der letzten Nummer der Cordoba-Welle gemeldet, gibt der Cordoba-Nachwuchs Anlass zu grosser Freude! So sind mit den älteren Geschwistern Suter gleich zwei Mitglieder des «Cordoba Junior Team» Mitglied der Juniorennationalmannschaft. Die Cordoba-Delegation im Aargauer Nachwuchskader umfasst seit dieser Saison gar sieben Köpfe: Elin und Jan Erne, Robin Mennet sowie Jari, Siri und Timo Suter – seit neuestem auch Simon Humbel. Der H14-Läufer aus Baden-Dättwil-Segelhof hat eine erfolgreiche Saison 2017 hinter sich und überzeugte die Selektionäre mit seinen Leistungen. Der junge Mann hat der Cordoba-Welle Auskunft gegeben.

Simon, mit Deinen Läufen hast Du in der vergangenen Saison vielen Cordobanerinnen und Cordobanern Freude bereitet. Welches sind Deine besten Erinnerungen an die OL-Saison 2017?

Ich finde der O-Ringen in Schweden war ein megatolles Erlebnis, das mir persönlich sehr gefallen hat. Besonders auch, weil die Wälder anders und megaschön waren und weil es technisch sehr viel schwieriger war und ich dabei sehr viel gelernt habe. Beim Scool-Cup in Aarau und beim ASJM ganz oben auf dem Treppchen zu stehen, war auch sehr schön.

Gibt es auch Läufe, die Dir misslungen sind? Kannst Du sagen wieso? Beim ersten Lauf im Jura-Wochenende hatte ich nicht so einen tollen Lauf. Erstens, weil ich das Juragelände für OL

nicht besonders toll finde und zweitens, weil ich zu einem Posten zweimal diese doofe Schneise nicht gesehen habe. In Schweden habe ich auch ein paar schlechte Läufe gehabt. Dort ist es eben viel schwieriger und darum habe ich zwei, drei Fehler gemacht.

Seit vergangenem Frühling läufst Du Herren-14. Kannst Du erklären, was die grössten Unterschiede zwischen einer H12- und einer H14-Bahn sind? Die Länge. Bei H12 waren die Bahnen viel kürzer. Sprint war etwa gleich aber bei Mitteldistanz ist der Unterschied schon viel grösser ca. 1,5 km. Bei Langdistanz ist die Differenz zwischen H12 und H14 schon fast mehr als 2 km.

Du bist schon mehrfach am O-Ringen-Fünftagelauf in Schweden gestartet. Viele Klubmitglieder haben gute Erinnerungen daran. Was sind Deiner Meinung nach die grössten Unterschiede zwischen Wettkämpfen in Schweden und solchen in der Schweiz?

Wie schon oben gesagt, die Wälder und die technisch schwierigen Bahnen. Aber besonders auch die Menge. Am O-Ringen sind es fast fünfmal mehr Menschen als an einer Swiss Orienteering Week. Sie kommen von fast überall aus Europa nach Schweden um am O-Ringen Spass zu haben. Das finde ich eine sehr tolle Atmosphäre.

Du fährst viel Velo, wie früher Dein Grossvater Valentin. Welche Sportarten – neben OL – betreibst Du sonst gerne? Früher (2.-4. Klasse) habe ich Uniho-



ckey gespielt. Das hat mir sehr gefallen aber ich hatte dann irgendwann keine Lust mehr. Dann machte ich ein Jahr Pause. In der 6. Klasse ging ich dann ins Klettern (Schulsport). Ich war allgemein schon sehr begeistert vom Klettern und wollte das dann auch ausprobieren. Das hat mir auch sehr gefallen, aber ich finde, dass man das nach einem Jahr gesehen hat. Im

Winter fahre ich noch gerne Ski oder gehe mit meinen Eltern Langlaufen. Oder was mir auch noch sehr gefällt ist Schlittschuhfahren.

Wer ist eigentlich Dein sportliches Vorbild? Weshalb?

Entweder Daniel Hubmann, Matthias Kyburz oder mein Vater. Die waren alle sehr gut im OL und das will ich auch mal sein.

Und wie ist es mit der Schule, Du hast im Sommer von der Schule Dättwil nach Baden gewechselt. Gibt es ein Lieblingsfach – abgesehen von Geschichte (wie bei Deinem Cousin Fabian)? ☺

Hauswirtschaft finde ich sehr cool, weil es immer sehr lustig ist. Geschichte finde ich nicht so toll, weil es immer ein bisschen langweilig im Unterricht ist. Aber dafür finde ich Geografie megacool. Und wie in Dättwil ist Sport natürlich immer noch eines meiner Lieblingsfächer. (Die Pausen zählen natürlich auch dazu! ☺)

Stimmt es eigentlich, dass Jungen in Deinem Alter so viel Gamen? Oder ist das ein Vorurteil? Wie lange gamest Du pro Tag?

Also, eigentlich ist es nicht wirklich ein Vorurteil. Wenn ich nach Hause komme, mache ich meistens meine Hausaufgaben. Im Sommer gehe ich dann vielleicht in die Badi oder einfach sonst nach draussen. Aber jetzt im Winter, wenn es keinen Schnee hat, ist es meistens ein bisschen langweilig. Zum Lesen habe ich dann meistens keine Lust, weil ich schon für die Schule

Gespräch mit Simon Humbel (H 14)

Patrick Zehnder



gearbeitet habe und es anstrengend ist. Und dann game ich halt ein bisschen. Manchmal schaue ich auch auf YouTube ein paar Videos, die mir gefallen. Ich kann nicht genau sagen, wieviel ich game, aber im Winter mehr als im Sommer oder wenn es Schnee hat.

Du verstärkst neuerdings die jetzt siebenköpfige Cordoba-Delegation im Aargauer Nachwuchskader. Herzliche Gratulation dazu! Man hört immer, es gebe viele Formulare auszufüllen und zahlreiche Tests zu bestehen. Sonst komme man nicht ins Regionalkader. Kannst Du uns berichten, wie das Aufnahmeverfahren geht?

Man macht zuerst einen O-400m-Test. Das ist, wenn man eine Runde (400m) rennt und man muss auf der Karte den Ort merken, wo der Posten ist. Das macht man dreimal und dann rennt man noch eine Runde möglichst schnell. Danach hat man sehr lange Pause und man macht dann irgendwann noch einen kleinen Test, der nicht sehr schwierig ist. Aber man muss sich trotzdem konzentrieren. Danach hat man wieder sehr lange Pause und dann rennt man noch einen 1000-Meterlauf möglichst

schnell. Dann ist der Piste-Tag schon fertig. Man muss aber natürlich auch bei den OL-Wettkämpfen gut sein, damit man es ins NWK AG schafft. Aber es ist jetzt auch nicht wieder das schwierigste.

Wie hast Du Deinen ersten Kaderzusammenzug erlebt?

Mein erster KAZU war in Dietikon. Ich habe mich vor allem sehr darauf gefreut, dass es sehr viele grosse Kinder hat. Ich finde es ein tolles Gefühl, wenn man der Jüngste im Kader ist. Und natürlich freue ich mich auch auf die Lager und Trainings.

Gibt es den Brauch immer noch, dass die Neuen im Nachwuchskader einem älteren Mitglied die Tasche tragen und die OL-Schuhe putzen müssen?

Nein. Aber wenn man gerade ins Kader gekommen ist, ist man ein Hamburger. Ich bin also ein Hamburger. Es ist nicht schlimm, aber man muss einfach ein paar Sachen mehr machen. Z.B. wenn der Wasserkrug leer ist, ihn auffüllen oder wenn man etwas ausgeleert hat, dass man dann einen Lappen holt, um es zu putzen oder...

Zum Trainingsalltag: Wie sieht Deine Sportwoche aus?

Im Sommer gehe ich mindestens einmal in der Woche joggen und gehe mit dem Fahrrad zur Schule. Im Winter gehe ich mehr Ski- oder Langlauf-Fahren und ein bisschen weniger joggen. In der Schule mache ich natürlich auch Sport, aber das ist weniger anstrengend.

Ein Trainingstipp für alle Leserinnen und Leser der Cordobawelle: Wo führt Deine bevorzugte Trainingsrunde durch?

Als ich das erste Mal joggen ging, war mit meiner Mutter auf die Baldegg. Nicht direkt, sondern mit einem kleinen Umweg, der aber sehr schön ist und mir sehr gefällt. Es ist eine sehr kurze Runde, so ca 30-40 Minuten, aber sie gefällt mir sehr, weil sie abwechslungsreich ist.

Es hat am Anfang noch recht viel Steigung, aber wenn man dann oben ist, hat man es geschafft und man kann alles schön gemütlich wieder runter rennen.

Dürfen Deine Schwester Lea, Deine Mutter Véronique, Dein Vater Dominik oder Dein Götti Achilles manchmal mit Dir trainieren?

Ich gehe fast nie alleine trainieren. Meistens gehe ich mit meiner Mutter. Manchmal aber auch mit meinem Vater. Wenn wir Biken gehen, gehe ich immer mit meinen Eltern, aber mit meiner Schwester oder meinem Götti gehe ich nie trainieren. (Mit meinem Grossvater gehe ich auch nie trainieren ☺)

Danke, Simon, für Deine Auskunft! Die Cordobawelle wünscht Dir einen guten Start in eine erfolgreiche Frühlingssaison!

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**

Helferaufruf: sCOOL-Cup vom 12. Juni 2018 in Aarau

Der traditionelle Aargauer sCOOL-Cup findet dieses Jahr bereits zum 15. Male statt und zwar am Dienstag, den 12. Juni 2018, 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 2018 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.

Im OK des sCOOL-Cup 2018 ist Maren Ludorf für die Bahnlegung zuständig und Leonhard Suter engagiert sich als Laufleiter.

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, Rābenācker 12, 5522 Tāgerig Tel. (P) 056 491 33 36, (G) 079 540 55 30, e-Mail: suter.taegerig@bluewin.ch

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



Status vom Laufleiter

Kurz vor Weihnachten ist die Grundsatz-Bewilligung der Gemeinde Riniken für die Benützung der örtlichen Schulange für das WKZ des Aargauer 3-Tage-OL 2019 vom 16. - 18. August eingetroffen.

Zurzeit laufen das waldrechtliche Bewilligungsverfahren bei allen betroffenen Gemeinden, Jagdgesellschaften und Forstrevieren. Federführend dieses Bewilligungsverfahrens ist der Forstkreis 1, Jura-Fricktal. Die öffentliche Auflage dauert noch bis zum 12. Februar.

Diese Bewilligungen brauchen Zeit; sie dauern.



Parallel wird ein Team für das Sponsoring gebildet und ein Sponsoring-Konzept erarbeitet. Ebenso wird ein Team für die Kommunikation und Medienarbeit

gebildet und definiert, wie und wann wir die Öffentlichkeit über diesen Anlass informieren wollen. Bis zum Vorliegen der ausstehenden Bewilligung werden keine weiteren Aktivitäten vorgenommen.

Die Kartenaufnahmen für die 3 Karten Stadt Brugg, Bruggerberg und Iberg hat Jonas Hurter vergeben.

zehnder
Treuhand AG

- Buchhaltungen
- Steuern
- Revisionen

Stahlrain 6, 5201 Brugg
Tel. 056 442 95 28
constantin.zehnder@zehnder-treuhand.ch

Seonerstrasse 6, 5600 Lenzburg 1
Tel. 062 765 81 31
oliver.zehnder@zehnder-treuhand.ch

Mitglied TREUHAND | SUISSE

www.zehnder-treuhand.ch

CORDOBA Klubweekend 18. / 19. August 2018,
7. Nationaler OL und LOM im Engadin



Liebe Cordobanerinnen und Cordobaner

Für das Wochenende vom 18. / 19. August konnte ich in Sur-En/Sent, ein paar Autominuten vom Wettkampfbereich beider Tage entfernt, eine einfache Pension für unseren Verein reservieren – sämtliche Hotels im Unterengadin waren für Gruppen bereits ausgebucht. (<https://www.suren.ch/pensiun-lischana/>).

Es stehen einige wenige Zweibettzimmer sowie genügend 6-er Zimmer zur Verfügung.

Der Preis beläuft sich für Halbpension auf Fr. 75.- pro Person (inkl. Bettwäsche, Frühstück und Nachtessen).

Parkplätze sind vorhanden und der Bus hält ganz in der Nähe.

Anmeldungen für das Weekend sind ab sofort via Mail an mennet@sunrise.ch möglich.

Für die Wettkämpfe meldet sich bitte jeder selber an.

Ich freue mich auf das gemeinsame Wochenende im Engadin!

Herzliche Grüsse

Caroline

Chlauslauf

Das Juniorteam ist erfolgreich ins Wintertraining gestartet. Am Chlauslauf am Samstag, 2. Dezember 2017 haben einige Mitglieder des Juniorteams ein tolles Resultat eingelaufen! Es gab 3 Podestplätze: Siri Suter und Simon Humbel wurden in ihrer Kategorie 2. Timo Suter liefen auf den 3. Rang. Herzliche Gratulation! Aber auch an alle anderen, die mitgemacht haben ein grosses Bravo!!

1. Wintertrainings-OL

20 Personen folgten der Einladung von Leonhard Suter zum 1. Wintertrainings-OL der Saison 2017/2018. Dies trotz nicht einladendem Wetters. Der Schwerpunkt dieses Trainings war die O-Technik. Als Ausgangspunkt für das Training mit Schwerpunkt Tüüfeschäller diente die Herzogshütte.

Auffahrts-Klub-Long-Weekend Ticino

Dieter Lützel Schwab lädt uns über Auffahrt vom 9.-13. Mai zu einem verlängerten Wochenende während der EOC und dem 5-Tage-OL ins Tessin ein.



Am 28. Februar ist Anmeldeschluss für die Club-Unterkunft und Clubabend für das Auffahrts-Weekend (dieter.luetzelschwab@gmail.com)

Kurs Bahnlegung

Für Kurzsentschlossene hätte es noch freie Plätze im Bahnlegungskurs von Leonhard der am Montag 5. März beginnt (suter.taegerig@bluewin.ch).

Trainings-OL

Es fehlen noch OrganisatorInnen für die Trainings-OLs im Frühling und Herbst 2018. Du hast Interesse, einen Trainings-OL zu organisieren, hast aber wenig oder keine Kenntnisse in Bahnlegung und/oder in OCAD. Kein Problem. Du kannst auf "professionelle" Hilfe zählen! Auf der Homepage findest Du Unterlagen von Leonhard zur Bahnlegung. Véro Renaud Humbel gibt gerne Auskunft zu den Trainings OL und nimmt deine Anmeldung entgegen (technik@olgcordoba.ch)

Flyer

Wir haben den Flyer für die Werbung von Neumitgliedern neu gestaltet und aufgelegt. Hier beiliegend erhältst Du zwei dieser Flyer. Bitte umgehend an Interessierte in Deinem Bekanntenkreis weitergeben, Danke.

Mitgliederbeitrag 2018

Elisabeth Hauler dankt für die umgehende Überweisung des Mitgliederbeitrags für 2018. Die Rechnung und ein Einzahlungsschein liegen bei.



Vom 10. bis 13. Februar fand das diesjährige Portugal O Meeting 2018 statt. Bei schönstem Wetter und einer Temperatur von 10° herrschten beste Bedingungen für die erste Etappe, die Mitteldistanz in der Stadt Évora. Am erfolgreichsten in dieser intakten Altstadt auf einem flachen Hügel, war unser Neumitglied Johanna Purrer. Sie holte sich den Sieg bei D50, herzliche Gratulation.



Die 2. bis 4. Etappe war in S. Bartolomeu do Outeiro, ungefähr 40 km südlich von Évora oder 160 km östlich von Lissabon. Dieses Gebiet mit den lichten Korkeichenwäldern und Grasboden hat mir sehr gut gefallen. Die Herausforderung war, in diesem schnell belaufbaren Gelände mit den Steinblöcken, den richtigen Hügel oder die richtige Mulde zu erwischen.



Gut gelungen ist das Timo Suter, der in der 3. Etappe, der Mitteldistanz den 2. Rang bei H20 holte, herzliche Gratulation. Eine gute Organisation, zu meinen Startzeiten immer perfektes Frühlingswetter, eine gute portugiesische Küche,

was will man mehr zum Saisonauftakt? Ich kann diese Veranstaltung nur empfehlen. Bei den jüngeren Jugendkategorien waren relativ wenig Teilnehmende, dafür im „Mittelfeld“ viele Senioren, bei den Älteren abnehmend bis zu den Kategorien M85/W85.

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

CORDOBA

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, 03. März 2018, 10:00 Uhr bis ca. 15:00 Uhr in Baden
Sonntag, 04. März 2018, 10:00 Uhr bis ca. 15:00 Uhr, Teilnahme am 64. Badener OL in Birmenstorf
Genauere Infos über Treffpunkte und das Programm werden den Teilnehmenden nach der Anmeldung mitgeteilt.
- Teilnehmende** Kinder und Erwachsene (Kinder bis Jahrgang 2010 in Begleitung eines Erwachsenen)
- Kosten** pro Person: 20 Franken inkl. OL-Wettkampf (ist am ersten Kurstag zu bezahlen)
- Anmeldung** bis am Sonntag, 25. Februar 2018 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 2018 der OLG Cordoba an:

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

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

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

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

Adresse:.....

CORDOBA

bussola ok



Frühlings OL-Lager 16.-21. April 2018



- Organisation** OLG Cordoba, bussola ok *OL in der ‚Mostschweiz‘ – einfach frisch und knackig!* 🍏🍏🍏🍏
 - Programm** In altersgerechten Stärkeklassen trainieren wir vom Montag, 16. April bis Samstag, 21. April 2018 in den Wäldern am südlichen Bodensee- und Unterseeufer verschiedene OL-Formen. Spiel und Spass sind tägliches Programm. Lagerabschluss bildet der Seetaler Schüler OL auf der Sahlhöchi.
 - Unterkunft** Wartburg, Cevi-Ferienhaus in Mannenbach-Salenstein TG
 - 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 deines Vereins 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, 18. März 2018 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 Kategorie.....
- E-Mail..... Telefon.....
- VereinVegetarier: ja nein
- Unterschrift Eltern.....

Badener-OL

Flavia Näf

12. Bussola OL

64. BADENER-OL

Sonntag, 4. März 2018

CORDOBA



- ASJM-Wertungslauf/McDonald's Cup
- OL-Erlebnis für Familien mit Wurstbraten
- Zum ersten Mal seit 1992 WKZ wieder in Birmenstorf
- Kompass & Badge Miete am Lauftag

Organisation: OLG Cordoba Baden-Brugg-Zurzach
 Laufleitung: Flavia Näf / 079 470 97 58 / badener-ol@olqcordoba.ch

Bahnlegung/ Kontrolle: Arno Schneider/ Dominik Humbel
 Karte: Baldegg-Horn 1:10'000, Stand Winter 2018

WKZ: Mehrzweckhalle Birmenstorf, offen ab 08:30; reichhaltige OL-Beiz

Kategorien: Gemäss WO, zusätzlich D/H18K, Sie&Er, Familien, Turnerinnen/Turner, Offen kurz / mittel / lang und sCOOL
 Eingedruckte Bahnen für alle Kategorien

Anmeldung: unter entry.picotiming.ch (bis am 3. März 2018)
 oder am Lauftag zwischen 09:00 – 12:00 Uhr
 Start: 09:30 – 12:30

Anreise ÖV: markiert ab Bushaltestelle Birmenstorf AG, Gemeindehaus, ca. 150 m

Anreise Auto: markiert ab Ortseingänge Birmenstorf, Parkplatz - WKZ: max. 400 m

WKZ – Start: 1.1 km
 Ziel – WKZ: 600 m

Startgeld: Jg. 1997 und älter: CHF 20.-
 Jg. 1998 – 2001: CHF 15.-
 Jg. 2002 und jünger: CHF 10.-
 Familie CHF 20.-
 (gratis mit McDonald's-Bon)
 zusätzliche Karte: CHF 5.-

Verpflegung Weisungen: Zielgetränk, Festwirtschaft bei der Garderobe ab 25. Februar 2018 auf www.badener-ol.ch

Versicherung: Soweit gesetzlich zulässig lehnt der Veranstalter für sich und seine Helfer jede Haftung gegenüber Teilnehmenden ab.



SWISSLOS
Sportfonds Aargau



bussola ok

12. Bussola OL "McDonald's Cup"
Sonntag, 11. März 2018 - 2. ASJM Lauf

Regionaler OL *10

Veranstalter	bussola ok
Besammlung	Schulanlage Niederwil AG
Parkplätze	markiert ab Dorfeingängen
Öffentlicher Verkehr	markiert ab Haltestelle Niederwil Zentrum
Anmeldung	am Lauftag von 09:30 bis 12:30 Uhr
Startzeiten	10:00 bis 13:00 Uhr
Garderoben / Duschen	vorhanden
Bahnlegung / Kontrolle	Markus Gerber / Anina Brunner
Karte	Wagenrain-Nord 1:10'000, Stand Herbst 2013 mit Korrekturen 2018 Eingedruckte Bahnen für alle Kategorien
Kategorien	Gemäss WO ohne D/H20, zusätzlich OK, OM, OL, sCOOL und Familien (Gratisstart mit McDonald's BON – erhältlich in den Aargauer McDonald's Restaurants)
Startgeld	Jahrgang 2002 und jünger Fr. 10.- Jahrgang 1998 - 2001 und jünger Fr. 14.- Jahrgang 1997 und älter Fr. 20.- zusätzliche Karte Fr. 4.-
Besonderes	elektronisches Postenkontroll-System Sportident, Miete SI-Card CHF 2.-, Kinderhort (für Kinder ab 3 Jahren) Schulhaus-OL, Weisungen ab 3. März 2018 auf www.bussola-ok.ch
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmer, der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.
OL-Beizli	Reichhaltiges Kuchenbuffet und Pasta
Laufleitung /Auskunft	Valentin Brunner, Spilweg 6, 5621 Zufikon, 079 238 37 31 Mail: valy.brunner@hispeed.ch



Sponsoren



SWISSLOS
Sportfonds Aargau

1. Nationaler OL

Fricktaler Einzel OL


erlosen 18
AUSSCHREIBUNG



1. NATIONALER OL 2018 & 45. RYMENZBURGER OL

ERLOSEN - ERMENSEE, SONNTAG 18. MÄRZ 2018

Das Wichtigste in Kürze:

- Internet:** erlosen18.olg-rymenzburg.ch
- Wettkampfbereich:** Schulhaus Ermensee, Schulhausstrasse 16, 6294 Ermensee
- Laufkarte:** Erlösen | Stand Herbst 2017
- Wettkampfform:** 80% Langdistanz
- Startzeiten:** 10:00 – 13:30 Uhr
- Anmeldung online:** über www.go2ol.ch | Anmeldeschluss: Montag, 5. März 2018

Lauf der Aargauer Schüler- und Jugendmeisterschaft (ASJM)

Lauf der Zentralschweizer Jugend-OL-Meisterschaft (ZJOM)

- Veranstalter:** OLG Rymenzburg | www.olg-rymenzburg.ch
- Laufleitung:** Dominic Duppeler & Martin Gantenbein
- Auskunft:** Lilian Knechtli | lilian_k@gmx.ch | +41 79 525 61 40
- Internet:** erlosen18.olg-rymenzburg.ch
- Wettkampfbereich:** Schulhaus Ermensee, Schulhausstrasse 16, 6294 Ermensee
Information, Anmeldung der Offenen Kategorien, Garderoben/Duschen, reichhaltige Festwirtschaft, OL-Shops, Kinderhort, Schulhaus OL geöffnet von 8:00 – 17:00 Uhr
- Bahnleger:** Roman Klausner
- Kontrolle:** Adrian Klausner
- TD Swiss Orienteering:** Ueli Schlatter
- Laufkarte:** Erlösen | Stand Herbst 2017
D/H 16 – 20 (ohne D/H 18K), HE, DE, HAL, DAL: 1:15'000
Alle anderen Kategorien: 1:10'000
- Wettkampfform:** 80% Langdistanz
- Gelände:** Nach Osten abfallender Mittellandwald zwischen 700 und 480 m ü.M. mit detailreichen Geländeformen und vielen Bächen.
- Kategorien:** alle gemäss WO, inkl. D/H10
offen lang, offen mittel, offen kurz, offen sCOOL, Familien



35. Fricktaler Einzel - OL *

Lauf der Aargauer Schüler- und Jugendmeisterschaft / ASJM McDonalds Cup

Samstag 7. April 2018

- Veranstalter** OLK Fricktal
- Karte** Forst, 1:10'000, Stand Frühling 2016, Korrekturen Winter 2018
eingedruckte Bahnen für alle Kategorien
- Art des Laufs** Verkürzter Langdistanz-OL
- Bahnleger / Kontrolle** Ruedi Metzger / Hansjörg Steck
- Besammlung / WKZ** Sporthalle Steinli, Sportplatzweg1, Möhlin
Parkplätze in der Nähe, Garderoben und Duschen vorhanden
- Öffentlicher Verkehr** Bahnhof Möhlin
15 Minuten bis WKZ, Weg markiert
- Anmeldung** nur am Lauftag von 10.30 - 13.30 Uhr
Zeitbedarf vom WKZ zum Start: ca. 25 Minuten
- Kategorien** alle nach WO (ohne D/H 20, inkl. D/H 18K)
Offen-Kategorien: sCOOL / kurz / mittel / lang,
Familien (mind. 1 Erwachsener mit mind. 1 Kind)
- Startgeld**
- | | | |
|-------------------|-----|-------|
| 1997 und älter | Fr. | 20.-- |
| 1998 und jünger | Fr. | 10.-- |
| zusätzliche Karte | Fr. | 4.-- |
- Verpflegung** OL Beiz im Wettkampfbereich
- Versicherung** Ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer
Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.
- Laufleitung & Auskunft** Urs Kyburz, Bürklistrasse 3, 4313 Möhlin
Tel. 061 851 52 36, Mail: kyburz.urs@bluewin.ch

Denksport

Therese Achermann

Vielleicht noch nicht allen bekannt - der ultimative 5-Tage OL findet wieder statt - aber bei der Ausschreibung hat es ein Durcheinander gegeben. Wer kann helfen die Vereine, Karten, Laufleiter, OL-Formen und Austragungsorte den Etappen richtig zuzuordnen?

- Die Karte Guggenfluh gehört seit Ewigkeiten der OLG West.
- Die 3. Etappe wird auf der Karte Neuland ausgetragen.
- Die OLV der Ärztekammer veranstaltet ein Stadt-Sprint.
- Die letzte Etappe und die Gesamt-Sieger-Ehrung wird in Mittenbach organisiert.
- Die Karte Dornenflach liegt in Gibelhausen.
- Es freut uns, die 4. Etappe wieder einmal als Nacht-OL durchzuführen.
- Die OLG Brumikon veranstaltet die 2. Etappe.
- Auf der Karte Ebensumpf wird ein spannender Mitteldistanzlauf ausgetragen.
- Die junge Laufleiterin Daniela organisiert in Gibelhausen.
- Bruno führt seine Etappe am Tag vor dem „Wettkampf auf der Karte Felsentor“ durch.
- Mit viel Routine ist für Peter die Laufleitung der Eröffnungsetappe kein Problem.
- Hugo hat die Laufbewilligung bei der Gemeinde Allmikon eingeholt.
- Das Laufzentrum des Höhekurven-OL liegt in der Ortschaft Bettenhausen.
- Hugo und sein Team organisieren am Tag vor Esthers Laufleitung.
- Der Höhekurven-OL findet 3 Tage vor der Etappe des OLK Nimmermüd statt.
- Bruno hat die Laufleitung ein Tag vor dem Nacht-OL.

Welcher Verein organisiert den Langdistanz-OL?

Wer ist bei der OLG Heimat für die Laufleitung zuständig?

Welcher Verein organisiert die Etappe in malerischen Örtchen Zeckenfrei?

Lösung im nächsten Heft

Mitgliedermutationen

Neumitglieder: Emma Marty, Erlenstrasse 5, 8832 Wollerau
Mia Marty, Erlenstrasse 5, 8832 Wollerau

Staffelanmeldungen:

Véro freut sich über Deine frühzeitige Anmeldung per e-Mail an technik@olgcdoba.ch, über den Doodle oder per Post an Véronique Renaud Humbel, Im Langholz 11, 5405 Dättwil. Für alle Anmeldungen werden Vorname, Name, Jahrgang, Streckenwunsch, SI-Card-Nr. benötigt.

**Eine gute Idee ein Erlebnis ein gelungenes Foto
teile das mit deinen OL-Kollegen.**

Die Redaktion nimmt Deinen Beitrag gerne entgegen!

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

- 28.02.2018 Hallentraining von 18:30 bis 20:00 in der Burghalde 2 Baden, Halle 4
- 28.02.2018 Anmeldeschluss Auffahrts-Klub-Long-Weekend bei Dieter Lützelschwab
- 02.03.2018 Argus Nachtstaffel auf der Karte Lindenberg Nord
- 03.03.2018 OL Kurs, Ausschreibung Seite 16
- 04.03.2018 M Badener OL in Birmenstorf, Baldegg**, Ausschreibung Seite 18
- 05.03.2018 Meldeschluss online 1. Nationaler OL in Ermensee
- 11.03.2018 M Bussola OL in Niederwil**, Ausschreibung Seite 19
- 12.03.2018 Meldeschluss online NOM und 2. Nationaler in Gelterkinden
- 14.03.2018 Trainings-OL, Baldegg-Horn, Besammlung Schwabeberg 16.30-17.00, Patrick Zehnder
- 16.03.2018 Anmeldeschluss Osterstaffel bei Véro, siehe Seite 23
- 18.03.2018 M 1. Nationaler OL in Ermensee**, Ausschreibung Seite 20
- 21.03.2018 Trainings-OL, Eitenberg, Besammlung Hausen, Lindhofstr., ref. Kirche, 16.30-17.00, Patrik Thoma
- 24.03.2018 M NOM Schweizer Meisterschaft im Nacht OL in Gelterkinden** auf der Karte Gelterkinderberg
- 25.03.2018 M 2. Nationaler OL in Gelterkinden** auf der Karte Grossholz
- 26.03.2018 Meldeschluss online 3. Nationaler OL in Unterstammheim
- 28.03.2018 Trainings-OL, Schönert-Sommerhalde, Besammlung Waldhütte Schönert Birmenstorf, 17.30-18.00, Lukas Kraye
- 30.03.2018 Anmeldeschluss SOM bei Véro, siehe Seite 23
- 31.03.2018 Osterstaffel in Biglen auf der Karte Brandiswald
- 02.04.2018 Meldeschluss online 4. Nationaler OL in Rapperswil BE
- 07.04.2018 M Fricktaler Einzel OL in Möhlin**, Ausschreibung Seite 21
- 08.04.2018 M 3. Nationaler OL in Unterstammheim** auf der Karte Stammerberg
- 14.04.2018 M 4. Nationaler OL in Rapperswil BE** auf der Karte Junkholz
- 15.04.2018 SOM Schweizer Meisterschaft im Staffel OL in Bärswil auf der Karte Wannental
- 16.04.2018 Meldeschluss online SPM, 5. und 6. Nationaler in Tesserete
- 16-21.04.18 Frühlings OL Lager, Ausschreibung Seite 17
- 21.04.2018 M Seetaler Schüler OL** in der Stadt Lenzburg
- 25.04.2018 Trainings-OL, Chestenberg, Besammlung Waldhaus Lupfig 17.30-18.00, Beat Frey
- 01.05.2018 Trainings-OL, Wagenrain Süd, Besammlung Fischbach-Göslikon, Strasse nach Wohlen 17.30-18.00, Willi Müller
- 10.05.2018 M SPM Schweizermeisterschaften Sprint in Tesserete**, Stadtsprint auf der Karte Capriasca - Paese
- 12.05.2018 M 5. Nationaler OL in Tesserete** auf der Karte Capriasca
- 13.05.2018 M 6. Nationaler OL in Tesserete** auf der Karte Tesserete
- 19.-20.05.18 Pfingststaffel/Kinderpfingststaffel auf der Karte Bot Tschavir / Crest' Aulta
- 23.05.2018 Trainings-OL, Vakant