

# CORDOBA

Nr. 1  
Februar 2020

# WELLE



# Impressum

## IMPRESSUM

Das Cluborgan der Orientierungsläufer der  
Region Baden-Brugg-Zurzach

48. Jahrgang

Die Cordoba-Welle erscheint jährlich 4x

Redaktion:

Martin Burkhard Tel. 056 223 01 36  
Im Halt 25 oder 078 659 11 08  
5412 Gebenstorf welle@olgcordoba.ch

## CORDOBA-VORSTAND

### Präsidium

Thomas Schneider  
Huttenpeterstr. 3 vorstand@olgcordoba.ch  
5452 Oberrohrdorf Tel. 076 588 57 18

### Sekretariat

Caroline Mennet  
Schwalbenweg 6 sekretariat@olgcordoba.ch  
4310 Rheinfelden Tel. 061 831 29 28

### Finanzen

Elisabeth Hauller  
Schlierenstr. 69 finanzen@olgcordoba.ch  
5408 Ennetbaden Tel. 056 222 63 34

### Technische Leitung

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

### Nachwuchs

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

### Breitensport & sCOOL

Therese Achermann  
Buchsackerstr. 22 scool@olgcordoba.ch  
8953 Dietikon Tel. 044 740 13 17

### 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

## Redaktions- schluss

Cordoba-  
Welle 02/20

**25.04.2020**

CORDOBA

## 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

Chantal Oppliger  
Rietwiesenstr. 6 medien@olgcordoba.ch  
5417 Untersiggenthal Tel. 079 398 04 77

### Redaktion Homepage

Leonhard Suter  
Räbenacker 12 web@olgcordoba.ch  
5522 Tägerig Tel. 056 491 33 36

### Administration Homepage

Martin Okle webadmin@olgcordoba.ch  
Birenackergasse 5  
5502 Hunzenschwil

## Titelbild von

# Editorial

Thomas Schneider

## Liebe Cordobanerinnen und Cordobaner,

Geht es Euch zuweilen auch so, dass Ihr irgendwo in den Ferien wart, um bei der Rückkehr nach Hause festzustellen, wie gut es uns hier ja eigentlich geht?

So ähnlich fühlte ich mich Mitte Januar, als der AOLV-Vorstand zu einer Informationsveranstaltung über die Vision 2030 eingeladen hatte. Ihr alle wurdet anfangs Jahr von mir per Mail mit den entsprechenden Unterlagen bedient. Die einleitenden Worte des abtretenden Präsidenten des AOLV, Christoph Wildhaber, tönnten an, wo der OL-Schuh im Aargau drückt:

*„Der Aargauer OL steht vor grossen Herausforderungen. Nicht nur, dass auf die kommende Delegiertenversammlung des Aargauer OL-Verbands vier Mitglieder des Vorstands wie vor längerem angekündigt zurücktreten werden (wovon leider erst eine Vakanz besetzt werden dürfte), auch an der diesjährigen Präsidentenkonferenz wurde klar, dass das Rekrutierungsproblem auf Funktionärs- und Trainerebene und damit längerfristig die Nachwuchssicherung nicht nur ein Thema des Regionalverbands, sondern auch der Vereine ist.“*

Während der Diskussion unter etwa dreissig Vertretern aller Aargauer OL-Clubs wurde mir bewusst, welches Privileg es ist, Präsident der OLG Cordoba zu sein. Einige Vereine haben zum Beispiel Lücken in ihren Vorständen. Wir schätzen uns glücklich, nicht nur alle bisherigen Funktionen mit hochkompetenten Mitgliedern besetzt zu haben, sondern dass wir vor gut einem Jahr gar zusätzlich das Ressort Breitensport schaffen konnten.

Der AOLV-Präsident schreibt von Rekrutierungsproblemen auf Funktionärs- und Trainerebene, auch in den Vereinen. Wirklich? Nachdem Dorothea an unserer GV Ende November das Schulsportprojekt dieses Frühlings in Baden vorgestellt hatte, meldeten sich spontan sechs Helferinnen und Helfer bei ihr. Der Laufleiter des Zurzacher OL im Oktober dieses Jahres stellte sich zur Verfügung, ohne dass ich ihn anfragen musste. Als Isabelle ihren Rücktritt aus dem Vorstand gab, bekam ich auf die allererste Anfrage eine positive Antwort.

Einige Vereine haben ernsthafte Nachwuchssorgen und finden kaum neue Mitglieder, während die bisherigen immer älter werden und viele Junge gar mit dem OL-Sport aufhören, mindestens vorübergehend. Erfreulicherweise gelingt es der OLG Cordoba jedes Jahr, Neumitglieder zu gewinnen; häufig sind es Familien, welche am Frühlingskurs mit OL in Berührung gekommen sind.



Natürlich ist auch in unserem Verein nicht alles perfekt. Wenn ich als Präsident bis zu zehn Personen fragen muss, um die Laufleiterin für den Badener OL 2020 zu finden, macht das nicht wirklich Freude. Dass wir unter den 240 Mitgliedern nur einen einzigen finden, der bereit ist, ein OL-Training im Winter zu organisieren ist ebenso wenig ein Ruhmesblatt, wie es uns nicht gelingt, im Sommerhalbjahr wöchentlich ein Kartentraining anzubieten, wohlverstanden zusammen mit den anderen Clubs im östliche Kantonsteil.

Verglichen mit den Problemen meiner Kolleginnen und Kollegen Präsidenten aus anderen Aargauer OL-Vereinen sind das aber eher bescheidene Herausforderungen. Im Namen des gesamten Vorstandes danke ich Euch allen, die Ihr Euch - in welcher Form auch immer - für unseren Club engagiert! Nur wenn sich möglichst viele Mitglieder immer wieder für die verschiedensten Aufgaben zur Verfügung stellen, bleibt die OLG Cordoba aktiv und vital. Immerhin sind wir ja noch nicht einmal 50-jährig.

Nicht dass ich die Veranstaltung des AOLV im Januar als Ferien empfunden hätte, aber unsere eigene Vorstandssitzung einige Tage später fühlte sich trotzdem an wie Heimkommen.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen weiterhin viel Freude beim schönsten Sport überhaupt, aber auch die Einsicht, dass wir diesen nur dann ausüben können, wenn sich jede und jeder Einzelne dafür einsetzt.

Euer Präsi

**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**

### Beschlüsse und Informationen aus der 199. Vorstandssitzung vom 21.01.2020:

- Die GV 2020 findet erneut in Ennetbaden statt und zwar am Samstag, 28. November. Bitte gleich in der Agenda vermerken. Der Vorstand hat entschieden, auf ein Nachmittagsprogramm (z.B. Dorf-OL) zu verzichten.
- Jonas Hurter hat auf die GV 2020 seinen Rücktritt aus dem Vorstand bekanntgegeben. Jonas hatte diese Funktion 2005 übernommen. Die Suche nach einem Nachfolger oder einer Nachfolgerin als Kartenchef läuft.
- Der Vorstand hat entschieden, eine Anfrage der Kommission Bike-O, ob die OLG Cordoba im Sommer 2020 einen Wettkampf veranstalten würde, negativ zu beantworten.
- Dorothea als Hauptleiterin des Frühlingsslagers sucht noch Verstärkung in der Küche und Leiterinnen und Leiter, welche insbesondere unseren Nachwuchs in den Trainings als Schatten begleiten. Das Lager findet vom 6. bis am 11. April in der Umgebung von Langenthal statt.
- Obwohl wir die Cordoba-Welle bei online-Druckereien zu deutlich tieferen Kosten produzieren lassen könnten, hat der Vorstand entschieden, weiterhin bei „Frösche“ frey-print&design herstellen zu lassen. Das Sparpotenzial könnte ausgeschöpft werden, wenn es die finanzielle Lage des Vereins später einmal erfordern würde.

Save the date!

48. Generalversammlung  
OLG Cordoba

Samstag, 28. November 2020,  
ab 17:00 Uhr Turnhalle Ennetbaden

# OL Kurs

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, 28. März 2020, 10:00 Uhr bis ca. 15:00 Uhr in Riniken  
Sonntag, 29. März 2020, 10:00 Uhr bis ca. 15:00 Uhr, Teilnahme am 66. Badener OL in Niederrohrdorf  
Genauere Infos über Treffpunkte und das Programm werden den Teilnehmenden nach der Anmeldung mitgeteilt.
- Teilnehmende** Kinder und Erwachsene (Kinder bis Jahrgang 2012 in Begleitung eines Erwachsenen)
- Kosten** pro Person: 20 Franken inkl. OL-Wettkampf (ist am ersten Kurstag zu bezahlen)
- Anmeldung** bis am Donnerstag, 19. März 2020 mit dem Anmeldetalon, per E-Mail oder Telefon
- Kontaktperson** Dorothea Merkli  
Boldistrasse 6  
5415 Rieden  
Telefon: 079 800 20 48  
E-Mail: junioren@olgcordoba.ch



✂-----

Ich/wir melden uns für den OL-Kurs 2020 der OLG Cordoba an:

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

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

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

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

6 Adresse:.....



Zurzi Metzg  
Zum wysse Rössli  
Familie Traub  
Hauptstrasse 35  
5330 Bad Zurzach

T 056 249 12 21  
F 056 249 12 71  
info@zurzi-metzg.ch  
www.zurzi-metzg.ch

creaoecho.ch

[www.zurzi-metzg.ch](http://www.zurzi-metzg.ch)

**Metzgerei,  
Partyservice und  
Lachs räucherei**

Familie Traub  
Hauptstrass 35  
5330 Bad Zurzach

**Infos und Aufruf zur Mithilfe von der Laufleitung**

In knapp zwei Monaten wird der Badener OL in Niederrohrdorf über die Bühne gehen. Die Karte Buechberg wurde neu aufgenommen und Martin Okle hat eine knackige Mitteldistanz um die Weiher gelegt.



Wir sind nicht die Einzigen, die am Wochenende vom 29. März einen Anlass planen und stehen mit unserem Badener OL in Konkurrenz zu zwei weiteren, regionalen OL's in den Nachbarkantonen am Sonntag sowie der NOM und dem Limmatlauf in Baden am Samstag.

Der Badener OL ist ja traditionell ein Familienanlass und wer von euch hat nicht schon einmal als Kind oder mit seinen Kindern, Enkelkindern, Gottimeitlis, Göttibueben, Nachbarskindern usw. in der Familienkategorie einen Cervelat kurz vor dem Ziel genossen, um dann gestärkt den Schlusspurt in Angriff zu nehmen? Diese Einzigartigkeit möchten wir auch dieses Jahr in den Fokus stellen und nebst den regionalen OL-Cracks auch viele Familien und Neugierige nach Niederrohrdorf «locken».

Wir haben mit McDonald's die Möglichkeit, Familien gratis starten zu lassen und werden dies auch so kommunizieren. Zusätzlich wird der Coop mit FamCool vor Ort sein und wir bekommen dadurch zusätzliche Präsenz bei OL-EinsteigerInnen. Damit wir unseren Anlass möglichst breit

bekannt machen können, wäre ich sehr froh über Deine Mithilfe.

Wir werden Flyer drucken mit allen wichtigen Infos. Um diese möglichst breit streuen zu können, wären wir Dir dankbar, wenn Du in Deinem Umfeld diese Flyer verteilen und auflegen könntest. Kennst du in Deiner Region die Kita, den Dorfladen, den Sportverein, die Klettergruppe – hier gibt es eigentlich keine Grenzen – dann melde Dich doch kurz bei mir und ich kann Dir Flyer zustellen oder vorbeibringen. Natürlich kann der Flyer auch in elektronischer Form versendet werden, dazu sende ich Dir gern das Dokument als PDF.

Natürlich darfst Du auch in Deinem Umfeld für unseren Anlass werben. Der Badener OL bietet eine gute Möglichkeit die vielen Fragezeichen in den Augen Deiner Kollegen, wenn Du jeweils von Deinen Wochenendaktivitäten erzählst, zu beantworten.

Deine Flyer-Bestellung kannst du mir direkt unter [badener-ol@olgcordoba.ch](mailto:badener-ol@olgcordoba.ch) oder unter 079 459 3883 melden. Vielen Dank für Deine Mithilfe.

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Kuchenbäckerinnen, liebe Kuchenbäcker, liebe Eltern, liebe Grosseltern, liebe Jugendliche, liebe Kinder

**Sicher habt Ihr Euch das Datum vom 29. März 2020 rot in der Agenda angestrichen.**

Bald findet der Badener-OL statt. Damit wir in unserer Festbeiz ein tolles Dessertbuffet anbieten können, von dem noch lange alle schwärmen, sind wir auf Eure Mithilfe angewiesen!



**Bitte backt ganz viele Kuchen und Desserts.** Wir benötigen etwa 30 Kuchen. Wer selber nicht backen kann oder möchte, darf natürlich auch gerne seine Grosseltern, Nachbarn, Freunde oder Verwandte anfragen. Sicher findet ihr jemanden, der uns unterstützen möchte. Wir freuen uns über ganz viele Rückmeldungen von fruchtigen Torten, «gluschtigen» Cakes, Schoggi-, Rüebl-, Frucht-, Schwarzwälder- oder Linzertorten, Wähen, Nussgipfeln, Lebkuchen, Zitronenkuchen oder weiteren Desserts. Die Desserts können am Lauftag im WKZ abgegeben werden.



Natürlich will das Kuchenbuffet geplant sein!  
Bitte Kuchenanmeldungen per:  
E-Mail: [daniela@suwald.ch](mailto:daniela@suwald.ch)  
Telefon: 056 470 62 07  
SMS/Whats-up: 079 772 42 00

Wer den Kuchen am Vortag bringen möchte, darf dies gerne machen und einen Ausflug nach Tägerig unter die Füsse nehmen..

Herzlichen Dank für Eure tolle Mithilfe und Unterstützung. Wir freuen uns jetzt schon auf ganz viele «feini» Desserts und Kuchen.

Liebe Grüsse von der Festbeiz  
Daniela und Michael Suwald

# OL Lager in Langenthal

Dodo Merkli

# Club News



## Frühlings-OL-Lager 6.-11. April 2020



**Organisation**

OLG Cordoba, bussola ok

**Programm**

In altersgerechten Stärkeklassen trainieren wir vom Montag, 6. April bis Samstag, 11. April 2020 in den schönen Wäldern rund um Langenthal verschiedene OL-Formen. Spiel und Spass sind tägliches Programm.

**Unterkunft**

Pfadiheim Langenthal 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 Merkli - 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, 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, 15. März 2020 mittels untenstehenden Talons an Dorothea Merkli, Boldstrasse 6, 5415 Rieden, junioren@olgcordoba.ch

Die Anmeldung muss von einem Elternteil unterschrieben sein, nur Mailanmeldung ohne Unterschrift reicht nicht.

**Information**

Auskunft: Dorothea Merkli, junioren@olgcordoba.ch, 079 800 20 48

Ausführliche Informationen folgen ca. 2 Wochen vor dem Lager.

✂ .....

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

Adresse ..... Kategorie.....

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

Verein ..... AHV-Nr: ..... Vegetarier:  ja  nein

10 Unterschrift Eltern.....

**Johanna Purrer siegt am Alicante O-Meeting**

Die letzte Gold-Medaille für die OLG Cordoba im 2019 errang Johanna Purrer am Alicante O-Meeting, Spanien.

Das jährlich durchgeführte Alicante O-Meeting fand vom 27. – 30. Dez. 19 als 4 Tage-OL mit 5 Etappen statt.



**Gastfamilie gesucht**

Zwei junge Athletinen aus dem CA Rosé suchen für das Schuljahr



2020/21 eine Gastfamilie in der Deutschschweiz. Wer hätte Interesse? Weitere Details und Kontaktangaben sind auf der Cordoba-Homepage zu finden.

**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



genuss pur  
www.baeckerei-frei.ch

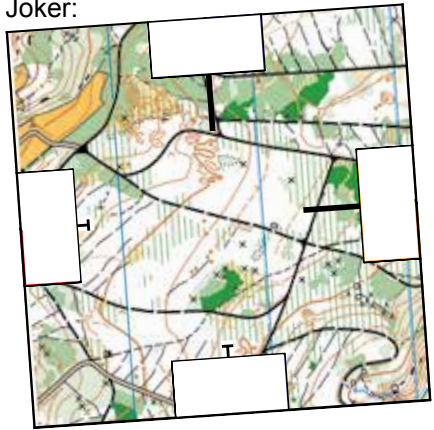
# OL Spiel

Das verflixte OL-Spiel, das als Dekoration am 3-Tage OL aufgelegt war, ist bei einem Wintersturm durcheinander gewirbelt worden.

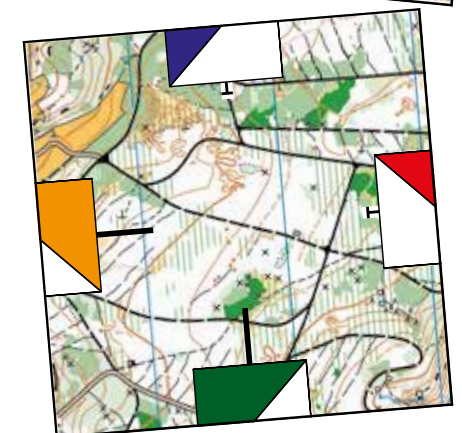
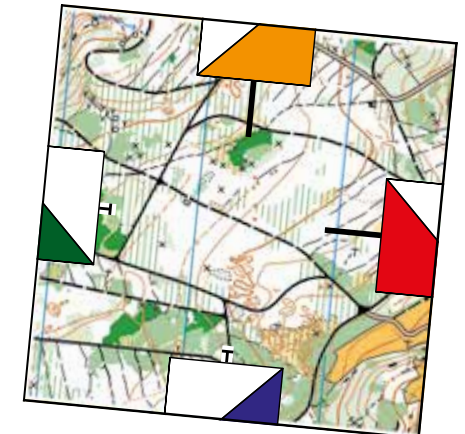
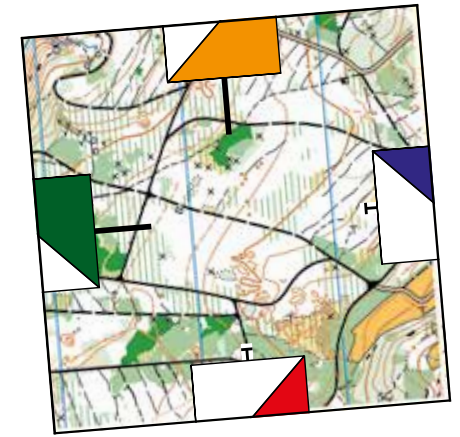
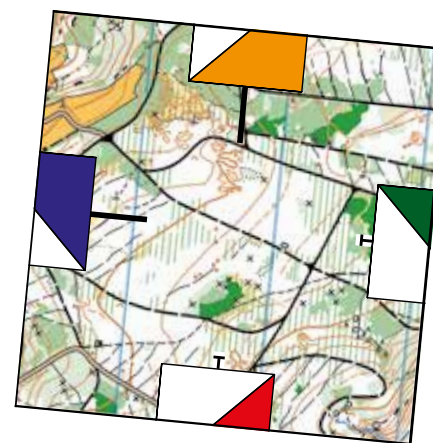
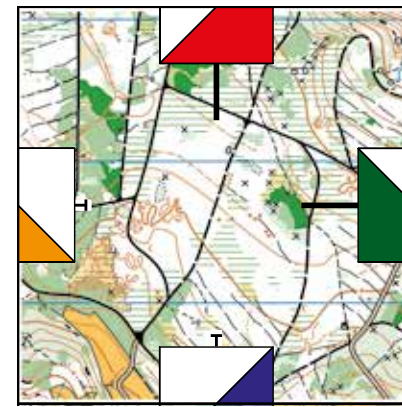
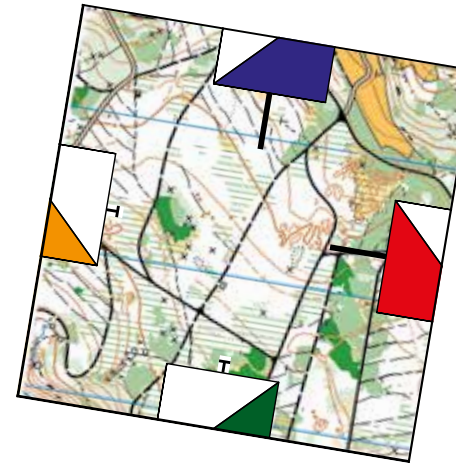
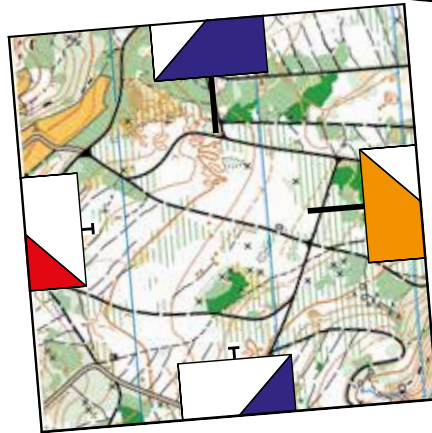
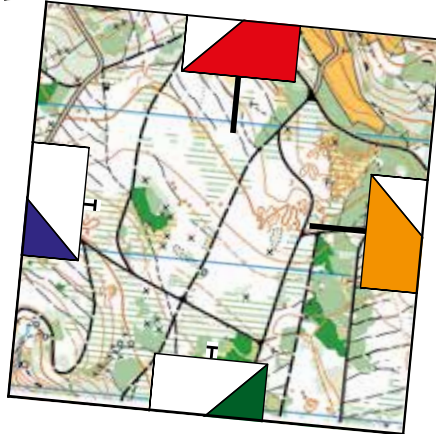
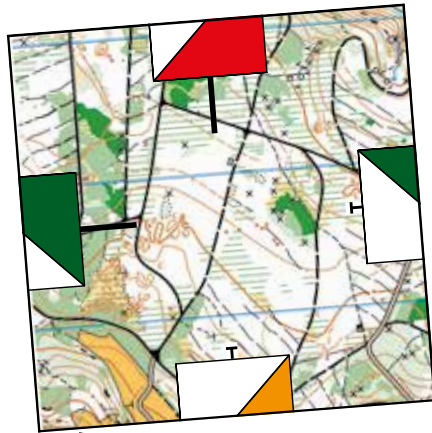
Schneide die neun Teile aus und ordne sie so, dass die Postenflaggen passen.

Wer nach längerem Knobeln keine Lösung findet, darf zur Erleichterung die Tipps auf der zweitletzten Seite dieser Welle lesen.

Joker:



Nach einer schlaflosen Nacht darf der Joker verwendet werden - einfach das Passende sauber malen....



# OL Spiel

## Club News

### Winter Trainings OL

Etwa 25 LäuferInnen der Vereine OLG Cordoba und bussola OK fanden den Weg zum einzigen Trainings-OL in diesem Winter. Das



Wetter war trocken und angenehm zum Laufen. Der Ausgangspunkt war das Waldhaus Rüfenach. Es standen 3 kurze Bahnen (Schlaufen) und eine sCOOL-Bahn zur Auswahl. Die Bahnen vom Wintertrainings-OL sind auf der Homepage aufgeschaltet und können für ein individuelles Training heruntergeladen werden.

**zehnder**  
Treuhand AG

- Buchhaltungen
- Steuern
- Revisionen

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

Mitglied TREUHAND | SUISSE

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

www.zehnder-treuhand.ch

## Club News



Liebe Jungleiter  
Am 16./17. Mai findet in Filzbach ein 1418-Coach Kurs für OL-LäuferInnen statt. Wie der Name sagt, ist der Kurs offen für 14 bis 18 Jährige Jugendliche. Im Kurs bekommt man das Rüstzeug, zusammen mit erfahrenen J+S-Leitern (Gotte/Götti), Trainings zu planen und durchzuführen. Ich würde mich freuen, ein Cordoba-Trüppi für diesen Kurs

anmelden zu können. Für Fragen und Anmeldung: breiten sport@olgcordoba.ch oder 079 280 68 14.

Therese Achermann  
J&S Coach der OLG Cordoba

- Mitgliederbeitrag 2020**  
 Elisabeth Hauller dankt für die umgehende Überweisung des Mitgliederbeitrags für 2020. Die Rechnung und ein Einzahlungsschein liegen bei.

# METZGEREI HÖHN

## CATERING

Tel. 056 288 16 83

info@metzgerei-hoehn.ch

**WWW.METZGEREI-HOEHN.CH**

**UNTERSIGGENTHAL**

*Ihre einzigartige AAA-Metzgerei*

Anders  
Als  
Andere



# Zwei Reisen, zwei Bücher

Über seine zwei Reisen hat Norbert Huser zwei Bücher geschrieben. «Lateinamerika auf zwei Rädern» erschien 2016 und ist nun in zweiter Auflage erhältlich. Neu ist «Afrika und Asien auf zwei Rädern» (2019), in dem er in Wort und Bild seine Reise nachzeichnet, die ihn von West-, nach Ost- und Südafrika, nach Südostasien und von da über den indischen Subkontinent, Zentral- und Eurasien sowie den Balkan zurück in die Heimat führte. Beide Bücher hat er erst Jahre nach seiner Rückkehr in Angriff genommen. Er habe Zeit gebraucht, um sich zu überlegen, ob er das überhaupt veröffentlichen wolle, sagt Norbert Huser. Und dann brauchte er Zeit, seine Tagebuchnotizen zu verarbeiten. Das Schwierigste sei aber die Auswahl der Fotos gewesen. «Jedes Bild hat für mich eine Geschichte.» Während beider Reisen war er mit einer analogen Kamera unterwegs und hat volle Filmrollen jeweils in die Schweiz geschickt. Zweimal musste er sich vier Jahre lang gedulden, bis er überhaupt Fotos seiner Reisen sah.



Norbert Huser  
**Afrika und Asien auf zwei Rädern**  
 edition punktuell  
 416 Seiten, ill., Fr. 38.–  
 ISBN 978-3-905724-64-6

Norbert Huser  
**Lateinamerika auf zwei Rädern**  
 edition punktuell  
 284 Seiten, ill., Fr. 38.–  
 ISBN 978-3-905724-48-6

## Trainings-OL 2020 OLG Cordoba/bussola OK

Datum	Zeit	Karte Besammlung	Trainingsform	Organisator
04.03.20	16:30-17:00 (Winterzeit)	Maiengrün an Strasse Häggingen- Maiengrün	Grob Fein OL	Markus Gerber markus.gerber@yetnet.ch
18.03.20	16:30-17:00 (Winterzeit)	Bruggerberg Treffpunkt Hexenplatz, markiert ab Parkplatz Schützenmatte (hinter Kaserne Brugg)	Kompass	Patrick Zehnder pze@bluewin.ch
25.03.20	16:30-20:00 Start Nacht- OL (Winterzeit)	Gisliflüh Schützenhaus Oberflachs an Strasse Veltheim-Oberflachs	mit Nacht-OL!	Markus Gerber markus.gerber@yetnet.ch
22.04.20	17:30-18:00	Baldegg Horn Schwobenberg	Kompass	Fam. Humbel vero.renaud@blueemail.ch
29.04.20	17:30-18:00	Eitenberg	Mitteldistanz (MOM)	Juliana Venema + Jérôme Käser jerome.kaeser@gmx.ch
06.05.20	17:30-18:00	Stadt Brugg	Sprint	Frédy Bill/Roli Hunziker
03.06.20	17:30-18:00	Wagenrain		Louis und Martin Weibel m.weibel@weibelhegewald.ch
19.08.20	17:30-18:00			
26.08.20	17:30-18:00	Buechberg Melligen		Lukas Kray lukk@swissonline.ch
02.09.20	17:30-18:00	Oetwil a.d.L.	Sprint (SSM+SPM)	Therese Achermann therese.ol@bluewin.ch
09.09.20	17:30-18:00	Erdmannlistein Waldhütte Bremgarten	Langdistanz (LOM)	Andreas Widmer awidmer.ch@gmail.com

Für das Training vom 19. August wird noch eine Organisatorin oder einen Organisator gesucht. Interessierte können sich direkt bei mir melden:

Véronique Renaud Humbel, [vero.renaud@blueemail.ch](mailto:vero.renaud@blueemail.ch), 056 221 88 59

# Suhrentaler OL

# Fricktaler Einzel-OL

## 47. Suhrentaler OL Sonntag, 1. März 2020



### 1. Lauf ASJM / McDonald's Cup 2020 / Regionaler OL (\*5)

<b>OL-Karte:</b>	Dägermoos / 1:10'000 / Äquidistanz 5 m / Herbst 2016		
<b>Besammlung:</b>	Schulanlage Oberentfelden (Erlenweg 12)		
<b>Laufleiter/Auskunft:</b>	Jasmin Schwamberger / 079 428 46 35 / laufleiter@olg-suhr.ch		
<b>Wettkampf-Form:</b>	Normaldistanz		
<b>Bahnleger/Kontrolle:</b>	Michael Röthlisberger / Steffu Frei		
<b>Anmeldung:</b>	nur am Lauftag von 09.00 – 12.00 Uhr Start ab 09:30 Uhr bis max. 13.00 Uhr möglich		
<b>Kategorien:</b>	Kategorien gemäss Schweizer OL-Wettkampfordnung: ▶ D10 – 18 / DAL / DAM / DAK / DB / D35 – D75 ▶ H10 – 18 / HAL / HAM / HAK / HB / H35 – H80 Offene Kategorien: kurz* / mittel* / lang / sCOOL* / Familie* * für Anfänger geeignet, Gruppen möglich, zur Einführung steht Auskunftsperson zur Verfügung (bei Anmeldung)		
<b>Startgeld:</b>	Jg. 1999 und älter:	Fr.	20.00
	Jg. 2000– 2003:	Fr.	15.00
	Jg. 2004 und jünger:	Fr.	10.00
	Zusätzliche Karte:	Fr.	5.00
	Miete SI-Card:	Fr.	2.00
<b>Anreise mit ÖV:</b>	gute Zugverbindungen mit der WSB bis Oberentfelden Uerkenbrücke, 5 min. Fussmarsch zum WKZ		
<b>Parkplätze:</b>	Migros Unterentfelden, 5 min. Fussmarsch zum WKZ		
<b>Versicherung:</b>	Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen, der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.		
<b>Besonderes:</b>	Eingedruckte Bahnen Kinderhort für Kinder ab 2 J. (nach Absprache auch jünger) Festwirtschaft mit reichhaltigem Kuchenbuffet		



### 40. Fricktaler Einzel- OL

Lauf der Schüler- und Jugendmeisterschaft (SJM) Nordwestschweiz und Aargau (ASJM McDonalds Cup)

### Samstag, 7. März 2020

<b>Veranstalter</b>	OLK Fricktal
<b>Karte</b>	Rheinfelderberg, 1:10'000, Äquidistanz 5m, Stand Herbst 2018 eingedruckte Bahnen für alle Kategorien
<b>Art des Laufs</b>	Normaldistanz
<b>Bahnleger / Kontrolle</b>	Ruedi Metzger / Werner Holer
<b>Besammlung / WKZ</b>	Magden AG / <a href="#">Sporthalle Matte</a>
<b>Öffentlicher Verkehr</b>	Ab Haltstelle "Magden, Post" 5 Minuten bis WKZ, Weg markiert
<b>Parkplätze</b>	Parkplätze - WKZ markiert, 0,2 – 1,5 km
<b>Anmeldung</b>	Nur am Lauftag von 11:30 – 14:00 Uhr Erster Start 12:00 Uhr
<b>Kategorien</b>	Alle nach WO (ohne D/H 20) Offen-Kategorien: sCOOL / kurz / mittel / lang, Familien (mind. 1 Erwachsener mit mind. 1 Kind)
<b>Startgeld</b>	1999 und älter Fr. 20.- 2000 und jünger Fr. 10.- zusätzliche Karte Fr. 5.-
<b>Verpflegung</b>	OL-Beiz im Wettkampfczentrum
<b>Versicherung</b>	Ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.
<b>Laufleitung &amp; Auskunft</b>	Werner Holer, Buchenweg 4, 4313 Möhlin Tel. 061 851 23 66, Mail: laufleiter [at] olkfricktal.ch

# 1. Nationaler OL

# Badener OL



## 1. Nationaler OL / Tomila (Ultra Langdistanz) Sonntag, 15. März 2020

zählt zur ASJM Nachwuchsmeisterschaft

<b>Veranstalter:</b>	OLK Wiggertal
<b>Laufleiter:</b>	Beat Willimann
<b>Bahnlegerin:</b>	Eveline Husner
<b>Techn. Delegierte:</b>	André Wirz und Reto Pusterla
<b>Auskunft:</b>	Beat Willimann, Brüschiweg 4, 4665 Oftringen <a href="mailto:beat.willimann@gmx.net">beat.willimann@gmx.net</a> / 079 292 79 12
<b>Laufkarte:</b>	Langholz, Stand Winter 2019/2020 Kartenmassstab 1:10'000 für alle Kategorien, individueller Bahneindruck
<b>Besonderes:</b>	Der Lauf wird als Tomila durchgeführt. Laufstrecken betragen ca. Faktor 1.6 der WO Distanz für einen normal OL, Jugend- und ältere Seniorenkategorien Faktoren zwischen 1.2 und 1.4 Gestaffelter Massenstart nach Kategorien. Erster Massenstart 11:00
<b>Wettkampfbühnenzentrum:</b>	Dreifachhalle Breiten, Rothrist
<b>Anreise öV:</b>	Mit S23 von Olten oder Langenthal nach Rothrist, danach 10 Min zu Fuss
<b>Anreise PW:</b>	Parkplätze in der Umgebung des WKZ, max. 7 Min zu Fuss
<b>Kategorien:</b>	Alle nach WO vorgesehenen Leistungskategorien inkl. D/H10. Zusätzlich werden die Kategorien Offen kurz, mittel, lang und sCOOL sowie Familien angeboten (separater Start)
<b>Kinderhort:</b>	wird angeboten
<b>Anmeldung:</b>	Online-Anmeldung über Anmeldeportal <a href="http://www.go2ol.ch">http://www.go2ol.ch</a> Klassische Anmeldung durch Einzahlung des Startgeldes auf Postkonto 30-558909-4, Schweiz. OL-Verband, 4600 Olten mit Angabe von SOLV-Nr., SI-Card-Nr., Kategorie, Name, Adresse, Jahrgang, Verein. <b>Offen-/sCOOL-/Familien- Kategorien:</b> Anmeldung nur vor Ort im WKZ; kein Massenstart, Startzeiten: 11:00 bis 13:00
<b>Startgeld:</b>	Jahrgang 1999 und älter: CHF 30.- Jahrgang 2000 – 2003: CHF 20.- Jahrgang 2004 und jünger: CHF 15.- sCOOL / Familien CHF 15.- Erhöhte Infrastruktur- und Kartenkosten Zuschlag für die Zusendung von Weisungen, Start- und Ranglisten CHF 5.-. Mietbadges für SportIdent CHF 2.- (bei Bezug an der Information bezahlen).
<b>Meldeschluss:</b>	klassisch: Montag: 24. Februar 2020 Online: Montag 02. März 2020 Keine Nachmeldungen (ausser offen Kategorien am Lauftag)
<b>Weg WKZ-Start:</b>	ca. 20 Minuten

## 66. Badener-OL (\*15) Sonntag 29. März 2020

### 4. ASJM-Wertungslauf/McDonald's Cup 2020



<b>Organisation:</b>	OLG Cordoba Baden-Brugg-Zurzach
<b>Laufleitung:</b>	Pia Schaffner 079 459 3883/ <a href="mailto:badener-ol@olgcordoba.ch">badener-ol@olgcordoba.ch</a>
<b>Wettkampfform:</b>	Mitteldistanz
<b>Bahnlegung/Kontrolle:</b>	Martin Okle / Véronique Renaud-Humbel
<b>Karte:</b>	Buechberg 1:10'000, Winter 2019/2020
<b>Besammlung (WKZ):</b>	Schulanlage Rüsler Niederrohrdorf, offen ab 10:15 reichhaltige OL-Beiz
<b>Kategorien:</b>	Kategorien gemäss Schweizer OL-Wettkampfordnung: ► D10 – 18 / DAL / DAM / DAK / DB / D35 – D75 ► H10 – 18 / HAL / HAM / HAK / HB / H35 – H80 Offene Kategorien: kurz* / mittel* / lang / sCOOL* / Familie mit «Cervelatbrötli – Pause»* (* für Anfänger geeignet, Gruppen möglich)
<b>Startgeld:</b>	Jg. 1999 und älter: CHF 20.00 Jg. 2000 – 2003: CHF 15.00 Jg. 2004 und jünger: CHF 10.00 Zusätzliche Karte: CHF 5.00 Miete SI-Card: CHF 2.00
	Familien starten gratis mit McDonald's Gutschein (in der Filiale holen, ausfüllen und an der Anmeldung abgeben oder online unter <a href="http://aolv.ch">aolv.ch</a> ausdrucken und bei der Anmeldung abgeben) Eingedruckte Bahnen für alle Kategorien
<b>Anmeldung:</b>	Voranmeldung unter <a href="http://entry.picotiming.ch">entry.picotiming.ch</a> bis am 27. März 2020 oder am Lauftag zwischen 10:15 – 13:15 Uhr Start ab 11:00 Uhr bis max. 13:30 Uhr möglich.
<b>Anreise ÖV:</b>	Bushaltestelle «Gemeindezentrum» (500 m) und «Welschland» (150 m)
<b>Anreise Auto:</b>	markiert ab Dorfeingang, PP - WKZ 500 m – 750 m
<b>Besonderes:</b>	► Kurze Wege zum Start und vom Ziel zum WKZ ► Einzigartig und mit langer Tradition für jung und alt - «Cervelatbrötli-Pause» in der Familienkategorie. ► Coop FamCool ist mit verschiedenen OL-Spielen vor Ort
<b>Versicherung:</b>	Soweit gesetzlich zulässig lehnt der Veranstalter für sich und seine Helfer jede Haftung gegenüber Teilnehmenden ab
	Familien starten dank McDonald's gratis am legendären Familien-OL. (Einfache Bahn mit Cervelatbrötli-Pause gegen Schluss des Laufs).



# Rymenzburger OL

## 47. Rymenzburger OL 2020

Lauf der Aargauer Schüler und Jugend Meisterschaft (ASJM)

Regionaler OL \*19

### Ausschreibung

<b>Besammlung</b>	Mehrzweckanlage Ermensee
<b>OL-Karte:</b>	Erlösen stand 2018 Korrekturen 2020
<b>Wettkampfform:</b>	Langdistanz
<b>Bahnleger/Kontrolle:</b>	Katrin Müller / Roman Klauser
<b>Anmeldung:</b>	Nur am Lauftag von 10.00 bis 12.30 Uhr  Start von 10.30 bis 13.00 Uhr
<b>Kategorien:</b>	gemäss WO Ohne H/D 20, zusätzlich OK OM OL Scool und Familien
<b>Startgeld</b>	Jahrgang 2003 und jünger: Fr. 10.- Jahrgang 1999-2002: Fr. 14.- Jahrgang 1998 und älter: Fr. 20.-  Zusätzliche Karte offene Kategorie: Fr. 4.- Miete SI-Card: Fr. 2.-
<b>Anreise mit ÖV:</b>	Markiert ab Bahnhof Ermensee und Hitzkirch
<b>Parkplätze:</b>	In der Nähe der Mehrzweckanlage
<b>OL-Beiz:</b>	Reichhaltiges Kuchenbuffet und Pasta
<b>Besonderes:</b>	Schulhaus OL, Kinderhort
<b>Laufleitung/Auskunft:</b>	Klauser Adrian 041 910 16 85



# Mitgliedermutationen

## Mitgliedermutationen

**Austritte:** Thierry Buffat  
Tim Schilling

Tipps zum verflixten OL-Spiel:

1. Das Teil mit dem Schriftzug „Zehnder Treuhand AG“ auf der Rückseite ist in der Mitte.
2. Das Teil mit „5201 Brugg“ auf der Rückseite muss um 180° gedreht werden.
3. Alle anderen Teile dürfen nicht gedreht werden.

**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

- 20.02.2020 Beginn Schulsport in Baden, Schulhaus Ländli, Turnhalle Tannegg, ab 17:00 Uhr (auch für Auswärtige und Erwachsene) **jeden Donnerstag** ausser an Feiertagen und während Schulferien, Treffpunkt Baden,
- 26.02.2020 Hallentraining von 19:20 bis 20:40 in der Turnhalle Höchi in Dättwil
- 28.02.2020 Argus Nachtstaffel auf der Karte Liebegg Nord, Meldeschluss 26.02.
- 01.03.2020 M Suhrentaler OL in Oberentfelden**, Ausschreibung Seite 18
- 02.03.2020 Meldeschluss online 1. Nationaler in Rothrist
- 04.03.2020 Trainings-OL, Maiengrün, Grob Fein OL, 16:30-17:00, Treffpunkt an Strasse Hägglingen-Maiengrün, M. Gerber, markus.gerber@yetnet.ch
- 07.03.2020 M? Fricktaler Einzel-OL in Magden AG**, Ausschreibung Seite 19
- 09.03.2020 Meldeschluss online 2. Nationaler in Pfäffikon ZH
- 15.03.2020 M 1. Nationaler OL / Tomila in Rothrist**, Ausschreibung Seite 20
- 15.03.2020 Anmeldeschluss OL Lager in Langenthal
- 16.03.2020 Meldeschluss online NOM in Sengen
- 18.03.2020 Trainings-OL, Bruggerberg, Kompass, 16:30-17:00, Treffpunkt Hexenplatz, markiert ab Parkplatz Schützenmatte (hinter Kaserne Brugg) Patrick Zehnder, pze@bluewin.ch
- 22.03.2020 2. Nationaler OL in Pfäffikon ZH auf der Karte Tämbrig-Isikerberg
- 23.03.2020 Meldeschluss online 3. und 4. Nationaler in Bremgarten BE
- 25.03.2020 Trainings-OL, Gislifluh, Nacht-OL, 16:30-20:00, Treffpunkt Schützenhaus Oberflachs, Markus Gerber, markus.gerber@yetnet.ch
- 28.03.2020 M NOM Schweizer Nacht OL Meisterschaft in Seengen**
- 28.03.2020 OL-Kurs in Riniken, Ausschreibung Seite 6
- 29.03.2020 M Badener OL in Niederrohrdorf**, Ausschreibung Seite 21
- 04.04.2020 3. Nationaler OL in Bremgarten BE auf der Karte Löörwald-Riederwald
- 05.04.2020 4. Nationaler OL in Bremgarten BE als Sprint
- 06.-11.04.20 OL Lager in Langenthal und Umgebung, Ausschreibung Seite 10
- 13.04.2020 M Rymenzburger OL in Ermensee**, Ausschreibung Seite 22
- 18.04.2020 M Seetaler Schüler OL in Auenstein** auf der Karte Liebegg Nord
- 20.04.2020 Meldeschluss online 5. Nationaler und MOM in Ronchini TI
- 22.04.2020 Trainings-OL, Baldegg Horn, Kompass, 17:30-18:00, Treffpunkt Schwobenberg, Fam. Humbel, vero.renaud@bluewin.ch
- 29.04.2020 Trainings-OL, Eitenberg, Mitteldistanz (MOM), 17:30-18:00, Juliana Venema + Jérôme Käser, jerome.kaeser@gmx.ch
- 02.05.2020 5. Nationaler OL (Sprint) auf der Karte Maggia, Moghegno, Aurigeno
- 03.05.2020 M MOM Schweizermeisterschaft Mitteldistanz in Ronchini**
- 06.05.2020 Trainings-OL, Stadt Brugg, Sprint, 17:30-18:00, Fredy Bill / Roli Hunziker

## Vereinsmeisterschaft

**J** = Diese Läufe werden nur bei den Junioren und Juniorinnen gewertet

**M** = Diese Läufe werden für alle Mitglieder gewertet