

KETTEN-BLATT

Offizielles Vereinsorgan des Velo-Clubs Reinach BL



Ausgabe Nr. 89

Februar 2005

Das neue Rennteam Trikot

Ziel vom Rennchef Friedrich Dähler war das Rennteam zu professionalisieren.
Damit für den Velo-Club keine Mehrkosten entstanden, wurde ein Sponsoringvertrag über 3 Jahre abgeschlossen.

Neue Sponsoren des Rennteams: «goldwurst-power vcreinach.ch» sind:

- Jenzer Fleisch + Feinkost
- Pete's Bikeshop
- Cikli Patrik

Cuore Sportswear AG®



- Carbone
- 30% schwarz
- 15% schwarz
- gelb
- rot

Trägerhose Normal
mit Rückeneinsatz
(nur kurze Hosen Lieferbar)



Das Rennteam Trikot wird bei allen Sponsoren offiziell verkauft.
Für Clubmitglieder ist das neue Trikot mit einem Einführungsgutschein von Fr. 20.– erhältlich!
Bestellformular in diesem Heft.

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Inhaltsverzeichnis	1
Editorial	2
Jahresbericht des Präsidenten	3
Einladung GV	6
Antrag an die GV	7
Swisspower Cup 05	9
Häuptlings Worte – die MTB-Szene	11
Jahresrückblick MTB-Obmann	13
Napf-Tour – Notausstieg	20
Velowoche 50	23
Bike-O-WM Australien	27
Gigathlon 05	33
Metzgete	35
Rio	36
Rennteam	42
Reglement Clubmeisterschaft	43
Tourenmeisterschaft	45
Sponsorenfahrt	46
Lombardei-Rundfahrt	48
Einrad	49
Teufelsküche	50
Mutationen	51
Aufgeschnappt	53
Marktplatz	54
Preisliste	54
Internet-Links	54
Wer ist Wer im VCR	56
Vorschau Ketten-Blatt Nr. 90	56



Titelbild
Cartoon



Editorial

Von Philipp Venerus

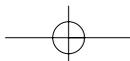
Liebe Clubkameradinnen
Liebe Clubkameraden

Jedesmal, wenn man gar nicht gefasst ist, geschweige denn vorbereitet – was man auf eine Panne auch nie ist – passiert es.

Plattfuss, Speichenbruch, Kettenriss oder sonst ein Defekt. Also passierte was nicht sollte. Die Luft entwich schlagartig und die teure Felge wurde vom Asphalt malträtiert. Die ganze Gruppe wartete auf eine schnelle Behebung des Rhythmusbrechers. Die einen tranken, andere kauten an einem Riegel oder schauten mit Expertenblick auf die schwarzen Finger des «bösen» Kameraden, der schwitzend den Schaden so schnell wie möglich zu beheben versuchte.

Sekunden verstrichen, Minuten vergingen und es kam mir vor wie eine Ewigkeit. Etwas klemmt, es geht doch, jetzt noch die letzten Handgriffe und die Prüfung unter den stechenden Blicken der «Guten» ist bestanden. Nur noch pumpen und es kann weiterrollen. Ein Griff an den Rahmen, nochmals, ein kurzer Blick, dann ein Schweissausbruch. Die Pumpe, wo ist die verflixte Pumpe? Mitleidiges Gelächter und bissige Bemerkungen, Giftpfeile bombardierten mich. Keiner griff zum rettenden Objekt. Ich wünschte mir Vollgummireifen und ahnte, was gleich geschehen wird. Sie steckten die Bidons in die Halterungen, klickten in die Pedale und rollten wortlos davon. Da hockte ich nun alleine mit einem luftlosen Pneu am Strassenrand und sah meine Kollegen mit singenden Speichen hinter der nächsten Kurve verschwinden.

Ich wünsche euch eine tolle, kilometerreiche und unfallfreie Saison, in der die Kameradschaft nicht zu kurz kommt und das niemand «luftlos» zurück bleibt.



Jahresbericht des Präsidenten 2004

Von Heinz Studer

Liebe Clubmitglieder

Das erste Präsidialjahr liegt hinter mir und ich fühle mich immer noch wohl in meiner Rolle. Da und dort hörte man zwar, ich sei nicht mehr immer präsent, sei es an den Abendausfahrten oder im Wintertraining. Dem halte ich entgegen: Muss der Präsident denn immer und überall dabei sein? Ich glaube nicht, denn abgesehen von den wichtigen Eckdaten (Swisspower Cup, GV, Vorstandssitzungen, Sponsorenfahrten, etc.) bin ich ein Clubmitglied, wie jedes andere auch.

Das vergangene Vereinsjahr brachte einmal mehr überwiegend erfreuliches. Ich möchte kurz darauf eingehen und erhebe schon jetzt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Resultate/Erfolge

Wir hatten im vergangenen Jahr schöne Erfolge zu verzeichnen. Das lag nicht zuletzt daran, dass wir über eine starke Spitze in unserem Rennteam verfügen. Wenn ich Rémy Jabas hier heraushebe, dann ganz klar wegen seinem wiederholten Schweizermeistertitel im Bike-O und – als Höhepunkt – die Teilnahme an der Bike-O-WM in Australien. Wie wir alle wissen, ist Rémy dort nicht nur mitgefahren, sondern war nur ganz knapp neben den Medaillen. Dann sind Marc Rüdüsühli und Friedrich Dähler zu erwähnen, die sich auf den Langstrecken immer besser zurecht finden. Friedrich krönte die Saison mit der Teilnahme am «Giants of Rio de Janeiro», einer von Red-Bull gesponserten Staffette, mit der er sich – nebst einem Profiteam mit Olympiateilnehmern! – qualifiziert hatte.

Wenn man unsere diesjährigen Glanzresultate auflistet, darf ganz sicher Michel Raidler nicht vergessen werden. Unser jüngstes Rennteam-Mitglied wurde klug aufgebaut und siegte in der vergangenen Saison bereits ein erstes Mal. Da wächst ein grosses Talent heran! Der einzige Triathlet im Team, Mario Baur, wird in Zukunft ebenfalls noch von sich hören lassen. Und noch etwas erfreuliches: Das ganze Geschehen rund um unser Team wird von Dominic Wirz medienmässig spitzenhaft verarbeitet. Dies ist nicht nur mir, sondern auch vielen Aussenstehenden aufgefallen.

Und last but not least darf man natürlich unseren Clubmeister, Michael Zimmermann, nicht vergessen. Es hat in der Geschichte des VCR – Irrtum vorbehalten – noch keinen jüngeren Clubchampion gegeben. Ausserdem hat er die «Zimmermann-Tradition» hochgehalten. Michi, weiter so, du hast noch ein paar gute Jahre vor Dir!



Vereinsanlässe

Am Swisspower Cup kommt keiner vorbei. Ein Event, wo Olympiasieger, Weltmeister, weitere Medaillengewinner und fast alle Schweizer Top-Cracks an den Start gehen, kann kein anderer Veloclub in der Region, wenn nicht in der ganzen Schweiz, vorweisen. Dass unser hohes Ansehen bei Swisspower und Swiss Cycling mit dem Namen Christoph Jenzer engstens verbunden ist, brauche ich nicht zu erwähnen. Es ist gigantisch, was an diesen 2 Tagen geleistet wird. Wenn ich nun höre, dass Christoph in Zukunft kürzer treten will, wird mir Angst und Bange.

Das Sponsorenfahren im letzten Herbst, eine Idee von Friedrich Dähler und Sam Sprunger, übertraf alle Erwartungen. Von einigen Mitgliedern mit Skepsis betrachtet, fanden sich jedoch erfreulich viele Mitglieder ein, die für einen finanziellen Zustupf in die Vereinskasse mithelfen wollten. Ich möchte hier stellvertretend für alle, die Sponsoren gesucht (und gefunden) haben, Rino Piatti erwähnen, der einen riesigen Aufwand betrieb und mit dementsprechend vollen Sponsorenkarten am Start erschien. Wie das «herausgefahren» Geld verwendet wird, darüber können wir an der GV vom 18.03.2005 berichten. Das Clubweekend im Münstertal brachte für Biker, Rennfahrer und für die Geniesser etwas. Im Gegensatz zum Jahr 2003 wurde dieses Mal auch wieder ab und zu im Regen gefahren. Aber, gehört das nicht dazu?

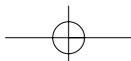
Verschiedenes/Ausblick/Schlusswort

Das Ketten-Blatt hat einen neuen Redaktor. Ich finde ihn gut. Philipp hat sich sofort mit ganzer Energie «hineingehängt» und das Endprodukt kann sich sehen lassen.

Die Homepage kommt erfischend farbig daher. Sie ist aktuell und vor allem reichhaltig. Wir haben an den Vorstandssitzungen schon darüber diskutiert, das Ketten-Blatt zu kippen und nur noch auf die Homepage zu setzen. Da aber – leider – noch nicht alle Clubmitglieder über Internet verfügen, werden wir diesen Gedanken noch ein bisschen ruhen lassen. Was ich mir in Zukunft wünsche? Dass wir das Gästebuch nie mehr sperren und säubern müssen, weil die Einträge immer mehr unter die Gürtellinie rutschten. Das scheint in den gängigen Foren (der FCB lässt grüssen...) gang und gäbe zu sein.

Im laufenden Jahr werden wir wieder einige Aufgaben zu bewältigen haben. Das Renn-team wird in einem neuen Outfit daherkommen und das erste Mal ein richtiges Sponsoring erleben. Dann dürfte der Swisspower Cup vom 2./3. April zu einem weiteren Highlight in der Clubgeschichte werden.

Ein bisschen Bauchweh bereitet mir die Einradgruppe. Unsere jüngsten Mitglieder haben ein «Trainerproblem». Da Andrea und auch Olivia eine Arbeitsstelle ausserhalb der Region gefunden haben, werden die beiden Gründerinnen dieser Gruppe in Zukunft nicht



mehr aktiv tätig sein. Der Trainingsbetrieb kann nur noch bis zu den Fasnachtsferien aufrecht erhalten werden. Was nachher geschieht, steht in den Sternen. Ich hoffe, Euch an der GV positive Neuigkeiten berichten zu können.

Unser Mitgliederbeitrag von CHF 50.– regt Mitglieder von anderen Vereinen zum Schmunzeln an. Er ist wirklich auf einem tiefen Niveau. Bei den gestiegenen Ansprüchen unseres Umfeldes werden wir in allernächster Zukunft über eine Erhöhung diskutieren müssen.

Ich möchte erwähnen, dass das Präsidentenamt des VCR keine Aufgabe ist, die einem schlaflose Nächte bereitet. Es gab und gibt wenige (richtige) Probleme zu lösen. Dies heisst für mich vor allem, dass wir über Mitglieder verfügen, die zum einen selbständig sind und zum zweiten keine übermässigen Ansprüche an den Verein stellen. Das ist gut so. Ich wünsche Euch allen eine erfolgreiche Saison, geprägt von freudigen Erlebnissen, bei bester Gesundheit!



www.siwag-zeus.ch

SIWAG
ZEUS AG

Sicherheitsdienstleistungen

- Personenschutz
- Objektschutz
- Observationen
- Privatdetektei
- Flugsicherheitsbegleitung
- Videoüberwachung
- Alarmsysteme
- Alarmpikett
- Interventionen



ELEKTRO
brodbeck

4153 Reinach 061 711 19 19
4116 Metzerlen 061 731 38 38
www.eb-ag.ch info@eb-ag.ch

ISDN – ADSL – GGA
SERVICE – BAU
SECURITY



Einladung



zur 23. ordentlichen Generalversammlung des Velo-Clubs Reinach

- Ort:** Reinach, Restaurant Albatros (WBZ), Aumattstrasse 71
Datum/Zeit: Freitag, 18. März 2005, 20.15 Uhr
Traktanden:
1. Begrüssung
 - Wahl des Tagespräsidenten
 - Wahl der Stimmenzähler
 2. Mutationen
 3. Protokoll der GV vom 19. März 2004
 4. Jahresberichte
 - Präsident
 - Radsport-Obmann
 - Bike-Obmann
 5. Genehmigung der Jahresrechnung
 - Revisorenbericht
 6. Anträge (bis 04.03.2005 schriftlich an den Präsidenten)
 7. Wahlen
 - Präsident
 - übrige Vorstandsmitglieder
 - Revisoren
 8. Festsetzung der Mitgliederbeiträge
 9. Tätigkeitsprogramm 2005
 - Rennvelo / Bike
 - Clubreise
 10. Ehrungen / Ernennungen
 11. Diverses

Ab 18.45 Uhr wird im Rest. Albatros ein Nachtessen serviert. Anmeldungen (zwingend) mit untenstehendem Talon oder per Mail (heinz.studer@pol.bl.ch) bis 13.03.2005 an Heinz Studer, Sonnenweg 30, 4153 Reinach



Anmeldung für die GV des VCR vom 18.03.2005

Name / Vorname:

Anzahl Personen:



Antrag des Vorstandes an die Generalversammlung 2005

Von Heinz Studer

Der Mitgliederbeitrag des VC Reinach liegt seit 6 Jahren bei CHF 50.–. Bei den Verpflichtungen, die ein Verein heutzutage hat, ist dies zu wenig. Der Vorstand beantragt deshalb der Generalversammlung, die Zustimmung zu folgenden, erhöhten Mitgliederbeiträgen zu geben:

	Beitrag alt (CHF)	Beitrag neu (CHF)
Aktive	50.–	100.–
Passive	25.–	50.–
Kinder	30.–	60.–
Familien (ab 3 Personen)	105.–	35% Rabatt auf obige Beiträge
Ehepaare passiv	45.–	entfällt

Begründung

- Allgemeine Teuerung
- Sehr erschwerte Budgetierung mit bisherigen Beiträgen
- Defizit-Budget auf Jahre hinaus mit bisherigen Beiträgen

Für den Vorstand:
Heinz Studer, Präsident



Liebe Vereinsmitglieder

Auf dem oberen Teil dieser Seite sieht Ihr den offiziellen Antrag des Vorstandes, die Mitgliederbeiträge zu erhöhen. Mit der folgenden Tabelle möchten wir auflisten, was ein VCR-Mitglied für seinen Beitrag alles geboten bekommt:

WAS	Vergünstigung	Betrag in CHF
Generalversammlung	Nachtessen, offeriert	30.–
Swisspower Cup	Freie Verpflegung	15.–
Swisspower Cup	Helferessen nach Tag 1	20.–
Clubdress	Trikot + Hosen für CHF 99.– (Rest vom Club subventioniert)	25.–
Clubreise	Subvention aus der Vereinskasse	(Bsp. 2004) 100.–
Wintertraining	Hallenmiete durch Verein, Bezahlung der Leiterin durch Verein	
Pete's Bike Shop	10% Rabatt bei Einkäufen	
Cicli Patrick	10% Rabatt bei Einkäufen	

Bereits mit den Beträgen, die einem einzelnen Clubmitglied zugeordnet werden können, kommt man auf CHF 190.–. In der vergangenen Zeit wurde, trotz Verlusten in den letzten beiden Jahren, nie über eine Erhöhung diskutiert. Demgegenüber hat der Verein die Leistungen für seine Mitglieder massiv ausgebaut. Es erübrigen sich deshalb alle weiteren Kommentare.

Der Vorstand

Wir halten Bauten fit

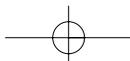
- Maurerarbeiten
- Gipserarbeiten
- Malerarbeiten
- Um- und Erweiterungsbauten
- Hauskanalisationen
- Fassadenrenovationen
- Fassadenisolationen
- Betonsanierungen
- Grundwasserabdichtungen
- Verbundsteinwege

Unser 25 Mann starkes Renovationsteam kann fast alles, wenn Beton, Gips, Farbe, Steine und fachmännische Arbeit gefragt sind.



PROREFA AG

Fabrikmattenweg 21, 4144 Arlesheim
Tel. 061 701 33 10 FAX 061 701 35 14



Swisspower Cup 2005

Von Christoph Jenzer

2345, das sind die wichtigen Zahlen. Am 2.+ 3. 4.05 findet der 10. Swisspower Cup bei uns in Reinach statt. Achtung: 1 Woche nach Ostern, also Osterferienende. Ich wäre froh, wenn trotzdem alle Helfer da sind!!! Wir konnten das Datum nicht schieben, da wir uns als europäische MTB-Saisonpremiere etabliert haben. Der Swisspower Cup ist auch eine Visitenkarte des VCR. Ich zähle auf jeden, damit wir wieder auf eine perfekt durchgeführte Veranstaltung, die immer mehr an internationaler Bedeutung gewinnt, zurückblicken können.

Kalender Swisspower Cup 2005

Hier der definitive Kalender des Swisspower Cup 2005:

02./03.04. Reinach (BL) E1	18./19.06. Grächen (VS) E1
09./10.04. Buchs (SG) E2	02./03.07. Champéry (VS) E1
07./05.05. Biel (BE) E2	13./14.08. La Chaux-de-Fonds (NE) E1
14./16.05. Perrefitte (BE) E2	20./21.08. Samedan (GR) E2
21./22.05. Hasliberg (BE) E1	27./28.08. Bern (Finale) E1
11./12.06. Savognin (GR) E2	

Einsatzplan

Der Einsatzplan wird von Heinz Studer erstellt und mit separater Post zugestellt.

- Wichtig: bitte sofort checken und sich den Termin hinter die Ohren schreiben.
Bei Verhinderung aus wichtigen Gründen bitte ich um sofortige Abmeldung!!!
Heinz Studer Tel. P. 061 711 08 77, 079 257 89 02, studer.sun@bluewin.ch

Zusätzliche Helfer

Wir brauchen dieses Jahr noch mehr Helfer. Ich wäre froh, wenn Lebenspartner oder Eltern von Kids einen Tag mithelfen könnten! Bitte um sofortige Anmeldung mit beiliegendem Formular.



Anmeldung für zusätzliche Helfer:

Heinz Studer, Sonnenweg 30, 4153 Reinach, studer.sun@bluewin.ch
(Clubmitglieder sind alle schon automatisch eingeschrieben)

Name:

Vorname:

Tel. :

gewünschter Tag:



Bitte um Kuchen!!!

Damit wir wieder ein so tolles Kuchenbuffet zum Verkauf haben, bitte ich um hausgemachte Kuchen als Spende. Backt selbst oder fragt eure Familienangehörigen. Bitte gebt die Kuchen am Samstag oder Sonntag direkt in der Festbeiz ab, danke! Alls Kids sind gebeten, 2 Kuchen zu backen!!!

Bewirtung der Helfer

Alle Helfer werden gratis verpflegt. Das heisst: Wer arbeitet und das Helfer T-Shirt trägt, hat freie Verpflegung.

Bike for water: Plauschrennen für guten Zweck

Ich erwarte den ganzen Club am Start. Bitte bezahlt das Startgeld von Fr. 12.- + SPENDE, denn es kommt zu 100% dem Wasserprojekt in Mali zu gut (www.sundance.ch). Dieses Jahr wird die Strecke hauptsächlich im Village sein, damit die Pläuschler noch mehr unter den Zuschauern sind. Startet doch mit eurer ganzen Familie oder ladet eure Göttibuben und Nachbarn ein. Es ist ein echter Plausch! Lassen wir uns überraschen wie viele Einräder und Kostümierte am Start sein werden!

Helferfest um 20.00 Uhr

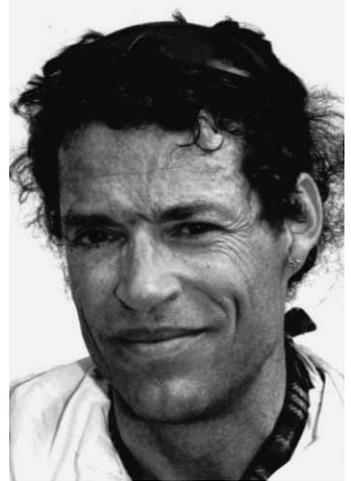
Wird noch bekannt gegeben.

Anmeldung zum Rennen

Besonders für Kids ist unser Rennen eine gute Gelegenheit ein erstes Mal Rennluft zu schnupern. Alle unsere «Cracks» erwarten wir natürlich am Start. Clubmitglieder bezahlen nur Fr. 5.- Startgeld, wenn Ihr euch frühzeitig mit Einzahlungsschein anmeldet! Wir freuen uns auf ein grosses Starterfeld vom VCR.

Häuptlings Worte

Von Thomas Kaiser



Eigentlich möchte ich hier nicht allzu grosse Worte verlieren, sondern nur dies:

Kommt an unsere Trainings!

Wir treffen uns jeden Samstag um 13.30 Uhr vor dem Heimatmuseum in Reinach, und schlechtes Wetter konnte uns noch nie von einer Tour abhalten. Für spezielle Events bitte ich euch vermehrt unsere Homepage zu besuchen. Dort findet ihr die topaktuellen Anlässe, die richtigen Daten und Zeiten.

Tip: Um der Gefahr zu entgehen, alleine beim Heimatmuseum einzutreffen, macht mit einem, oder zwei Clubmitgliedern ab. So habt ihr Gewähr, dass mindestens jemand auf euch wartet!

Das Winterprogramm gilt noch bis zum 19. März. Ab dem 31. März werden die Zeiten des Sommertrainings gültig. Das Osterfest bringt uns einen grösseren Unterbruch für die clubinternen Trainings. Die genauen Aktivitäten und Zeiten sind im Internet verfügbar: Mountainbike od. Strasse > Trainings/Treffs.

Während den Osterferien organisiert Andi Binder das traditionelle «Pasta- und Gelati-Lager». Mehr Infos findet ihr im Internet unter: Event > Strasse.

Die Plätze sind beschränkt und eine baldige Anmeldung sehr ratsam!
Mehr Infos: Andi Binder, Tel. 061 – 721 34 11

Und, was ihr unter keinen Umständen vergessen dürft:

2./3. April 2005 Swisspower Cup in Reinach. Weitere Infos findet ihr in diesem Ketten-Blatt, oder im Internet: Swisspower Cup > Info VC Reinach.

Voranzeige: Vom 2. – 8.(/9.) Juli 2005 – erste Schulferienwoche – findet das diesjährige «Camp for Freaks XI» statt. Bitte reserviert euch dieses Datum! Voraussichtlich wird das Lager im Raum Locarno durchgeführt, und viele unvergessliche Touren warten auf uns. Weitere Infos folgen später.

Also, bis bald; irgendwo in einem Schlammloch, oder auf dem Gempen.



Gratis Velohandbuch

Unser Velozubehör- und Trekking-Katalog beschreibt über 7000 topaktuelle Produkte. Ein 540-seitiges Handbuch im Wert von Fr. 8.–, mit praktischen Tipps, Tests, Infos, Montagehinweisen und einer Riesenauswahl an Ausrüstung für Ferien, MTB-Trips, Rennsport und Alltag. Bekleidung, Brillen, Schuhe, Kevlar-Pneus, Beleuchtung, Kindersitze, Werkzeuge, Computer, Anhänger, Shimano-Teile, Komfort-Sättel, Pulsmessgeräte, Karten, Zelte, Schlafsäcke, alles persönlich getestet vom VELOPLUS-Team. Alle Produkte können Sie auch per Post bestellen.



VELOPLUS
Rapperswilerstr. 22
8620 Wetzikon
www.veloplus.ch
E-Mail: info@veloplus.ch
Telefon: 01 933 55 55
Fax: 01 933 55 56



Senden Sie mir gratis das Velohandbuch im Wert von Fr. 8.–

Name:

Vorname:

Jahrgang:

Strasse:

PLZ/Ort:

Läden in
Basel Leimenstrasse 78,
nähe Bahnhof SBB und
Wetzikon beim S-Bahnhof –
nur 17 Min. von Zürich

VELOPLUS
Ausrüstung für Abenteuer

www.veloplus.ch
VELOBÖRSE • GRATIS PINNWAND • 7000 ARTIKEL



Jahresrückblick MTB – Obmann

Von **Thomas Kaiser**

Erneut ging ein sehr durchzogenes, aber trotzdem sehr abwechslungsreiches Jahr vorüber. Ich hatte mir wieder einiges vorgenommen und wollte vieles anders angehen, so dass wieder vermehrt Mitglieder an den Bikeanlässen teilnehmen würden.

Vielleicht waren diverse Ziele zu hoch gesteckt, oder die Idee starb bereits vor deren Realisierung. Doch den Status Quo konnten wir – mehr oder weniger – auf hohem Niveau halten, und der VCR bleibt weiterhin der «Bikeclub» der Region.

Und noch etwas viel wichtigeres: Erneut konnten wir im Jahr 2004 ein unfallfreies Bikejahr verzeichnen, was, angesichts der zum Teil sehr heiklen Strecken und Situationen keine Selbstverständlichkeit ist. Schrammen, oder Schürfwunden gehören fast zum Biken wie das Amen in der Kirche und möchte diese hier nicht besonders erwähnen. Andere Blessuren, die z.T. heute noch in Behandlung sind, gab's zwar erneut wieder, hatten jedoch auf die allgemeine Gesundheit keinen Einfluss. An dieser Stelle möchte ich deshalb allen Leiter/innen, ebenso den Teilnehmer/innen für ihre Umsichtigkeit recht herzlich danken.

Nun schauen wir kurz – Monat für Monat – zurück. Ähnlichkeiten mit irgendwelchen Personen sind rein zufällig, können aber der ganzen Wahrheit entsprechen.

Januar; ... «isch alles stief und starr!»

Bike: Ja wirklich, alles war starr und die Aktivitäten waren auf ein absolutes Minimum eingeschränkt. An den jeweiligen Samstagen waren nur wenige Biker beim Dorfplatz anzutreffen. Warme Handschuhe und Stirnbänder gehörten ebenso dazu, wie das gefrorene Getränk im Bidon.

Februar; ... «isch immer no alles stief und starr!»

Bike: Die warmen Handschuhe gehörten weiterhin zum notwendigen Outfit und um den Ernst Feigenwinter-Platz war immer noch das gleiche Bild wie im Januar. Selbst die harten «Masters» genossen lieber einen warmen Espresso beim Velohändler und diskutierten über die neuste Thermowäsche.

Doch bald setzte ein leichtes Tauen ein, und diverse Aktivitäten fanden wieder vermehrt Anklang. Mit den «Brettern und Latten» wurde noch einmal ausgiebig über den Schnee gerutscht, und andere wanderten mit Schneeschuhen über den Chasseral und planten an der kommenden Saison herum. Kurz darauf wurden die Schneesportgeräte definitiv gegen das Bike eingetauscht und endlich konnte es losgehen.



März; ... «do gohts mit em Joahr vorwärts!»

Bike: Die Zeit drängte erneut, die verpassten Trainings mussten nachgeholt werden und einigen Bikern war immer noch nicht bewusst, dass in wenigen Wochen in Reinach die Wettkampfsaison eröffnet wurde. Leider trainierte erneut jeder für sich selbst, und gemeinsame Trainingsfahrten kamen selten zustande. Ich war mehrmals überrascht, wie wenig VCR-ler beim Heimatmuseum waren, jedoch unterwegs begegnete ich vielen. Ich bat immer wieder darum, dass man sich doch gemeinsam treffen sollte, schlussendlich machts zusammen viel mehr Spass. Leider war mein Flehen umsonst und die Samstagtouren entwickelten sich meist nur zu einem Minianlass.

Ende März wurden die Uhren auf Sommerzeit umgestellt und gleichzeitig startete der VCR mit der Sommersaison. Ungeduldig wartete ein handvoll Biker auf die erste Ausfahrt/das erste Biketraining und der baldige Swissspower Cup erhöhte die Spannung. Gleichzeitig wurde auch das Training der Kids aufgenommen, das bis anhin erst nach den Osterferien begann.



Clubmeisterschaft: Die ersten Punkte wurden hart erkämpft; beinahe blieb es erneut eine «Zimmermännische» Angelegenheit! Aber nur beinahe! Leider fanden nur wenige Biker den Weg zum «Chäppeli» und nur noch die ältere Generation, mit Ausnahmen, liefen um die Wette.



April; ... «dü weiss nit was er will!»

Bike: Erneut konnten wir bei besten Wetterbedingungen die Bikewettkampfsaison eröffnen: Das erste Aprilwochenende gehörte ganz dem Swissspower Cup. Die halbe Welt pilgerte nach Reinach und zeigte Mountainbikesport von der feinsten Art. Beim Plauschrennen schwingte sich erneut manch «Gümmeler» aufs Stollengefährt und sammelte kräftig mit für das Hilfsprojekt «Bike for Water». Die Funrennen wurden wiederum nur von wenigen Reinachern bestritten, im Gelände fehlten namhafte Persönlichkeiten aus dem Club. Wenige Tage später verreisten unsere Teamfahrer fürs alljährliche Trainingslager in die Toskana. Andi Binder rettete das Lager und stieg gleich als Organisator ein. Selbst eine sehr berühmte Bikerin aus der Region wollte einmal mehr als nur harte Trainingskilometer erleben und reiste gleich mit nach Massa Marittima.



Die zu Hause gebliebenen kämpften – zwischen Sonnenschein und Regentropfen – für entsprechende Trainingskilometer.

Ende April wurden wir von Andi Seeli zu einem «Special Event» eingeladen und viel Bikeprominenz kurvte durch den Leiwald, zum Ärger der Jägerzunft. Nebst älterer VCR-Elite im Goldtrikot lernten manche Cracks Wissenswertes von den Profis. Selbst ich kam nicht aus dem Staunen heraus, als ich sah, was ein Andi Seeli so alles auf dem Bike zustande bringt. Für das Pünktchen auf dem «i» sorgte anschliessend Rolf Kirchhofer mit seinem Verpflegungsposten im Wald.

Mai; ... «mache alli was sie weil!»

Bike: Tja, so wars auch bei uns im Club! Die Biker kreuzten mit dem Rennvelo durch die Gegend und andere wussten noch nicht, ob sie nun kommen sollen, oder nicht! Selbst das Wetter war in gleicher Laune. Die Masters starteten inzwischen regelmässig jeden Montag zu IHRER Tour.

Clubmeisterschaft: Die beiden Clubrennen – KM-Test und das Gempnenrennen – waren erneut für die Biker offen, und entsprechend wurde von dieser Möglichkeit Gebrauch gemacht. Viele jüngere Teilnehmer wollten hier ihre Punkte ins Trockene bringen, und selbst der Häuptling wollte es mit seinem Einkaufsvelo wissen. Am KM-Test nahmen total 28, davon 18 Biker; am Gempnenrennen 25, wovon 14 Biker teil. Bravo.

Juni; ... «verchauf i dr Muni!»

Bike: Ja, es gab schon ein paar Fahrer, die an den Verkauf ihres treuen Untersatz dachten und ihre Zeit lieber im Schwimmbad verbracht hätten. Gott sei Dank blieb es nur bei den Ideen, und während des ganzen Junis wurde kräftig in die Pedale getreten. Es war eine Freude was alles abging, und die leitenden Leute hatten alle Hände voll zu tun. Mitte Juni starteten wir in Läfelfingen zu «Höhen und Tiefen» und am Sonntagabend spuckte uns der Ibach in Grellingen wieder in die Gegenwart zurück.



Eine Woche später starteten wir, leider nur zu dritt, zu unserer Tour nach Südfrankreich. Leicht enttäuscht war ich über die geringe Teilnahme, obwohl das Interesse vorgängig sehr gross war. Dafür bescherte uns diese Alpendurch- und Überquerung manch Abenteuer in einer grandiosen Alpenwelt. Die Reise kann heute noch im Internet verfolgt werden.



Clubmeisterschaft: Am Technikrennen in Aesch nahmen erneut 20 Biker teil und rasten über den feucht rutschigen Parcours. In zwei Läufen wurde der Sieger ermittelt.

Zwei Tage später folgte eine feuchtere Angelegenheit: Es wurde zum 5. Dualslalom auf der Hofstetter Bergmatten gestartet. Die Wiese war mehr als nur nass und die Tropfen vom Himmel sorgten dafür, dass nicht zuviel Staub aufgewirbelt wird. Die Spreu war bald einmal vom Weizen getrennt und schlussendlich siegte der, der die besten Nerven hatte. Total machten hier 22 Fahrer mit. Erneut half Matthias Gaberthüel bei der Durchführung und der Zeitnahme mit. Herzlichen Dank.

Als grosse Herausforderung war das Up- und Downhill, nicht nur für die Fahrer, nein, auch für mich. Die Räumarbeiten dauern in Schnitt 2 Nachmittage und ich staunte wieder erneut, dass es Leute gibt, die quasi über Nacht die geräumten Trails mit Holz «verstellen». Am Rennen selbst waren gerade 16 Fahrer anwesend und für den Aufwand eigentlich zu wenig. Fürs Uphill wars fast klar, wer vorne dabei sein wird, und wer nicht. Dafür sorgt das Downhill immer für Überraschungen und mischt die Rangliste entsprechend wieder auf.

Nebenbei fand auch das Elsass-Rennen statt. An diesem Anlass nahmen gerade 12 Fahrer teil und auch hier dürfte man einiges hinterfragen. Übrigens, 10 von diesem Startfeld gehören eigentlich zur Bikeszene!

Juli; ... «git's jungi Suuli!»

Bike: Wo und wie sich die Welt verjüngt weiss ich nicht, dafür quälten wir uns – Dino, Ernst und ich – durch die französischen Alpen dem Meer entgegen. Dort unten, an der Riviera, gab's dann entsprechend junges «.....»!

In Reinach erfolgte ein reduziertes Sommerprogramm und viele liessen – als Erholung – von der grossen Trainingsleistung ab. In der vierten Ferienwoche organisierte Andi Binder und Cristina Dähler die «Alternative» zu unserer (Tor-) Tour und machten für eine Woche Arosa unsicher. Nebst einem tollen Gebiet, super Haus und vielem mehr, wurden sie durch eine Gourmet-Küche verwöhnt. Nach dem Lager wurde von diversen Fahrern gleich noch das Bike-master im Prättigau besucht.

Clubmeisterschaft: Die daheim gebliebenen VCR-ler konnten erneut im Lützelal gegen die Uhr rasen und Punkte sammeln. Erneut nur 12 Fahrer, wovon 9 Biker!



August; ... «isch voller Luscht!»

Bike: Ja, das war eine lustvolle Zeit und, es sollte immer so sein. Viele Leute beim Heimatmuseum und für die Clubreise mussten ständig Plätze nachbestellt werden. 33 VCR-ler und –innen machten sich auf den Weg ins Münstertal. Und, zum ersten Mal in der Geschichte des Veloclubs war die Anzahl Biker/innen gleich wie jene der Rennvelofahrer/innen. Diese grosse Anzahl Biker/innen ermöglichte uns auch zum ersten Mal eine Aufteilung in zwei Gruppen. Jedenfalls verbrachten wir eine herrliche Zeit im Bündnerland und umrundeten quasi den Nationalpark. Als Krönung setzten die Biker/innen auf dem Stilsfer Joch noch eins oben drauf, erkletterten die Dreisprachenspitze und fuhren über einen nicht enden wollenden Trail nach Glurns. (Die Bilder sind weiterhin im Netz aufgeschaltet: Bildergalerie > Verein.)

Die weiteren Abendtrainings wurden im August rege besucht und plötzlich standen sehr viele Jugendliche/Kids am Donnerstagabend zur Ausfahrt bereit. Vielleicht hatte auch sie die Lust gepackt!





Clubmeisterschaft: Das letzte interne Rennen fand Ende August beim Hofstetter Chöpfl statt. Normalerweise wird dieses Rennen nicht mehr von vielen Fahrer/innen besucht, da die Würfel bereits gefallen sind. Doch diesmal waren es drei Fahrer, die die Meisterschaft zu ihren Gunsten entscheiden konnten. Dies wusste aber der Leader und ging entsprechend vorsichtig über den Parcours. Ein Defekt hätte ihn auch um den Titel «Clubmeister» gebracht! Der Häuptling konnte da nicht mehr mithalten und kämpfte mit der Velopumpe. Unerwartet war erneut Matthias dabei und half bei der Durchführung des Rennens.



September; ... «do dank i scho an Novämber!»

Bike: Ich hatte bald einmal das Gefühl, die Saison sei für viele vorüber und die Leute dachten schon an eine spätere Zeit – an Schnee und dünnen Latten. Für die Abendausfahrten konnten keine allzu grossen Sachen angepackt werden und an den Samstagen wars eh schon wieder sehr ruhig. Bei den jüngsten Teilnehmer kamen noch ein paar neue Gesichter dazu, und ich freue mich deshalb bereits auf die kommende Saison, in der Hoffnung, dass diese Jungs wieder kommen.

Gegen die Herbstferien beruhigte sich der Museumsplatz immer mehr und die Aktivitäten wurden, mit Ausnahme der Rennfahrer, bald ganz eingestellt. Vor den Herbstferien organisierte Andi Binder und ich noch einen Grill beim «Froloo» und «Kuchen bringende Eltern» rundeten diesen Abend ab.



Oktober; ... «isch alles Heu im Schober!»

Bike: Nicht nur das Heu war unter Dach – nein, auch die Bikes wurden in schützende Orte verstaut! Für die Samstage konnte man froh sein, doch noch ein paar beim Museum anzutreffen. Bei einer «Handvoll» Teilnehmer warens schon sehr viele. Vermutlich dachte jeder, dass sowieso keiner gehen wird und blieb aus diesem Grund auch gleich selbst zu Hause. Schade!

Gegen Ende des Monats wollten wir's doch noch einmal wissen – ob das Heu tatsächlich unter dem Dach sei – und erkundeten das Emmental. Ein Team, gemischt aus dem goldenen Dreieck «Basel – Zürich – Bern», erkletterten den Napf bei besten Wetterbedingungen. Wir haben das Emmental nicht nur visuell erlebt, sondern ein typischer käsiges Abendschmaus rundete diesen Anlass ab. Michael Zimmermann versuchte wieder etwas mehr Leben unter die Biker zu hauchen und organisierte Events auf der Bikebahn in Allschwil. Mit beachtlichem Erfolg liess er die Jungs in den schwerelosen Zustand springen und manch Landung war entsprechend hart.

November; ... «do dänk i zruigg an Septämber!»

Bike: Ja, ich denke gerne zurück an die warmen Tage und Touren, wo doch noch einige mit ihren Bikes dabei waren. Die aktive Erholung wird in unserem Verein sehr ernst genommen. Michael Zimmermann führte seine «Sprungevents» weiter, und jeden zweiten Samstag gabs Flugunterricht.

Als einzige Nachtausfahrt starteten wir zur Hofstetter Bergmatten und legten uns «schweinisch» in die Essarbeit; Christoph Jenzer organisierte die Ausfahrt zur «Metzgete». Nachträglich noch besten Dank.

Dezember; ... «träijd me warmi Hämper!»

Bike: Die Bikes sind eingeeölt im Keller und deren Besitzer stehen, die Hände in den Hosentaschen und in warme Kleider gehüllt, beim Velohändler. Beim Heimatmuseum findet sich am Samstagnachmittag keiner mehr ein und, wie schon gesagt, jeder denkt, dass keiner hingehet und bleibt selbst zu Hause.

Michis Dirtbike Anlässe wurden ebenfalls nicht mehr besucht und selbst sein Hinterrad erlebte das Jahresende nicht.

Jugend und Sport

Bike: Das vergangene Jahr zeigte erneut und in aller Deutlichkeit auf, dass ohne einen gewissen Stamm an Leiter/innen, die ganze Arbeit sehr mühsam wird. Uns standen zeitweise nur zwei ausgebildete Leiter zur Verfügung und die Priorität wurde auf den Donnerstagabend gelegt. An den übrigen Tagen überliessen wir es, mehr oder weniger, dem Zufall, ob jemand gerade anwesend war und die Gruppe leiten konnte. Schlussendlich fanden die älteren Jungs – die Mädchen werden immer rarer – immer wieder vom Gempen nach Hause. In der zweiten Saisonhälfte entspannte sich die ganze Lage erneut und die Leitertätigkeit konnte auf vier Köpfe verteilt werden.

Doch beim Wegzug weiterer aktiver Leiter/innen müssen wir die Jugendarbeit erneut in Frage stellen. Ohne entsprechende Leiter verliert das Training/die Touren schnell an Qualität. Was dies auf den Nachwuchs im Club heissen könnte, kann bei den Veloclubs der Gegend erfragt werden. Die Jungs kommen über das Bike zum Club und später entdecken sie das Rennvelo. So einfach ists!

Trotzdem ein herzliches Dankschön an Cristina Dähler, Friedrich Dähler, Andi Binder, Daniel Matti, Simon Koenig und Jürg Zingg für eure wertvolle Jugendarbeit. Ohne euch würden ein paar Jungs mehr auf der Strasse rumhängen und nicht wissen, was sie machen sollen.

Selbstverständlich möchte ich auch noch einen Dank an die Clubleitung und allen Mitglieder/innen und Sponsoren aussprechen. Das offene Entgegenkommen ermöglichte uns immer wieder neue Entfaltungsmöglichkeiten, und es war wirklich eine sehr angenehme Zeit als «Bikerhüptling».

Notausstieg: Rauf und Runter; Erlebnisbericht «Napf»

Von Thomas Kaiser



Eigentlich begann alles viel versprechend und selbst die «Sammeltour» bis nach Worb klappte so, wie von mir erwartet wird. Bis zum Notausstieg passierte noch einiges und ich war ein paar graue Haare reicher.

Schon bei Friedrichs Grosi stand die erste Bewährungsprobe an und ein grosser Hund wollte uns nicht aus dem Bus raus lassen. 1:0 für den Hund! Ich hasse diese Bauernhöfe mit ihren gutmütigen Hunden, die einem angeblich nichts machen.

Die nächste Hürde folgte schon bald, und ein ausgiebiger Boxenhalt wurde in Trubschachen von der Mannschaft erzwungen. Ich wollte, nichts ahnend, bei dieser «Guezlifabrik» vorbeiradeln. Doch keine 5 Meter nach der Abzweigung erfolgte aus den hinteren Reihen Einspruch und, wie sich gehört, es wurde gewendet. Im Fabrikladen der Kambly darf und kann man sämtliche feinen Biskuits nach Herzenslust degustieren und sich verwöhnen lassen. Fast unerschöpflich wurde für Nachschub gesorgt und mit satten Bäuchen verliessen wir – durch den Notausgang – den Shop. Zum Leidwesen der «Guezlifabrik» war unser Bedürfnis nach Süssigkeiten voll gedeckt, zur Freude des Metzgers und Bäckers.

Mit schweren Beinen und fast übervollen Bäuchen wurden die ersten steilen Aufstiege in Angriff genommen. Eile hatten wir keine, aber viel Zeit, um in der Gegend herum zu schauen: Selbst Kühe wurden bestaunt, als hätten wir noch nie solche gesehen. Auch das wunderschöne Bergpanorama begeisterte wirklich jeden.



Kaum wieder im Sattel, krachte es und die halbe Einzäunung wickelte sich um Alecs Hinterrad. Irgendwie hatte sich die Rute, welche den Strassendurchgang absperren sollte, im Hinterrad verfangen, und gleichzeitig um die Kassette und Kette gewickelt. Jaulend hüpfte Alec unter Hochspannung vom Bike. Zuerst wusste niemand, was eigentlich geschehen war und dieser Naturjodel war eine echte Überraschung für uns. (Ich wusste bis anhin nicht, dass auch Zürcher jodeln können!) Unser technisches Know-how reichte knapp um diese aufwendige Zaunreparatur zu lösen. Selbstverständlich meisterten wir diese Arbeit mit Bravour und die vielen Kühe haben immer noch nicht bemerkt, dass sich ca. ein Meter der Abschränkung in Luft aufgelöst hat. Der Notausstieg wäre jedenfalls auch für «Vierbeiner» passierbar!

Anschliessend folgte ein ständiges «Auf und Ab»; selbst die einheimische Bevölkerung war über unsere Routenwahl erstaunt und wollte uns auf andere Wege verweisen. Auf irgendeinem der unzähligen busigen Hügel verlangte die Mannschaft endlich die wohlverdiente Mittagspause und, Lothar sei Dank, Holz und Aussicht war genügend vorhanden. Die geräucherten Emmentaler Würste schmeckten in dieser aussichtsreichen und luftigen Höhe einmalig gut; das lange Rätseln um die Namen der umliegenden Hügel (Berge) brachte eh nur die falschen Namen und deshalb war «Mittagsruhe» angesagt. Selbst der Tourenleiter war nicht gegen einen ausgedehnten Mittagsschlaf!



Die Muskeln waren bei der Weiterfahrt so erschlaft, dass ich das erste Mal auf die Karte schaute, wo wohl der nächst beste Notausstieg liegen würde. Doch, so kurz vor dem Ziel aufgeben und nur halbe Sachen machen? Nein, nicht mit uns! Die Zunahme der vielen Wandersleute kündigte uns die Gipfelnähe an.

In einer kleinen Bergwirtschaft gabs einen erneuten Boxenstopp und die Sonne verwöhnte uns ausgiebig auf den «Hüttenbänkli». Eigentlich viel zu schön, um weiter zu radeln! Die letzten Höhenmeter setzten uns arg zu, und steiler kanns wohl nicht mehr kommen. Alles andere wäre überhängend und nur mit dem Fallschirm zu bewältigen.

Und eben bei einer solchen Steilstufe, mein Kinn war auf dem Lenker aufgelegt – ja, ehrlich, so steil wars – sah ich ein Rad, welches mir entgegen kam. Klar, musste ja wohl

ein anderer Biker sein, der mir abwärts entgegen kam. Doch es folgte kein weiteres Rad mehr, und mich holte die Realität endgültig ein. Mit letzter Kraft konnte ich einen Absturz verhindern; soeben kreuzte mich ein Einradfahrer; einer, mit einem echten «Muni» und ohne Nasenring! (Muni = spezielles Geländeerad)



Die Sonne stand schon auf der westlichen Seite des herrlichen Panoramas, und wir waren nicht die einzigen, die an diesen wunderbaren Samstag im Emmental unterwegs waren. Auf dem Gipfelplateau war ein reges Treiben; die Wanderer und Biker drückten sich gegenseitig das Gatter in die Hände.

Die Fotos waren im Kasten, und ich drängte für die Weiterfahrt. Die Zeit wurde immer knapper, und der Weg war noch weit! Steil führte der Weg gegen Westen bergab, und eigentlich hatten noch alle ihren Spass dabei. Doch irgendwann mal

unser «Jägerlatein» zu Ende und schieben war angesagt. Nur die Zürcher-Fraktion, mit ihren Integralhelmen und Panzern, fuhr jaulend der Tiefe entgegen. Wieso «die» noch fahren konnten, wo unsere Reifen schon längst keinen Bodenkontakt mehr hatten, bleibt mir bis heute ein Rätsel.

Während wir unsere Bikes über Wurzelstöcke in die Tiefe schoben, krachte es weiter unten und das metallische Scheppern liess nichts Gutes ahnen. Über meterhohe Wegstufen erreichten wir endlich den Ort des Geschehen; ein Bike lag irgendwo im Gelände, Dani sass mit schmerzverzerrtem Gesicht auf dem Boden und beide – Alec und Dani – schauten über die Wegspuren hinauf. Kopfschüttelnd meinte Dani kurz und bündig: «Eigentlich gar kein Thema, um auf die Schnauze zu fallen!» Wir Velowanderer schauten uns gegenseitig an und verstanden für einen kurzen Augenblick die Welt nicht mehr.

Die Sonne stand in der Zwischenzeit schon tief, und unser Weg wollte kein Ende nehmen. Immer wieder suchte ich auf der Landkarte einen Ausstieg. Einfach runter von diesem verflixten Höhenweg. Wieder stand ein kurzer, aber überhängender Aufstieg an. Selbst die Anfeuerungsrufe der Jäger nützten uns wenig und erneutes Schieben war erforderlich. Und wieder zog ich die Landkarte hervor und meinte, dass wir endlich den richtigen Notausstieg gefunden hätten. Oder wars doch zu früh?



Die Zeit drängte uns für einen schnellen Entscheid, da niemand mit entsprechender Beleuchtung ausgerüstet war, und die Schatten immer länger wurden. Also, nichts wie hinunter ins Vergnügen und Tal. Die Bremsen glühten und die Finger schmerzten als wir den ersten Weiler im Talkessel erreichten und in Windeseile nach Trubschachen düsten.

Kurz vor dem Eindunkeln erreichten wir den Clubbus und waren froh, ohne irgendwelche Nachtübung die Bikes auf das Busdach verladen zu können. Nach einer kurzen Fahrt standen wir erneut bei Lüthi's auf dem Bauernhof und durften, im Gegensatz zum «bösen» Hund, in die warme Stube eintreten. 1:1 – unentschieden! Zur späten Stunde und Heimfahrservice unserer Bernerfrau fanden wir den letzten Notausstieg mit direktem Anschluss nach Reinach.

Einen besonderen Dank geht noch an Ariane Lüthi (Schwimmerin Gigathlon 2002/ erste Etappe) für das feine Fondue und die Gastfreundschaft, an Friedrich für das Schleppen der Käsemischung und die Organisation in Worb. Vielleicht verirren wir uns bald wieder einmal ins Emmental! Berge gibts mehr als Löcher im Käse.

Velowoche 50 plus Oberbayern-Tirol 04

Von Peter Stocker

Teilnehmer:

Margrit Gschwind, Ruedi Gschwind, Fritz Nägelin, Kurt Oberer, Freddy Schaub, Hardy Schübach, Peter Stocker, Peter Rahm (Organisator)

Samstag, 14. August

Abfahrt 8.00 Uhr mit dem Clubbus. Wetter bedeckt, knapp am Regen. Autofahrt nach Zürich – Frauenfeld – St.Gallen – Lustenau – Dornbirn (A). Es beginnt zu regnen. Längere Fahrt über Berg und Tal mit mehrmaliger Korrektur nach Immenstadt. Da starker Regen kein Veloausladen am vorgesehenen Startpunkt in Rauhenzell (D), erlaubt gab es einen Halt in Rettenberg: Mittagessen in rustikalem Gasthof. Regen verhindert endgültig Velofahrt – deshalb weiter mit dem Bus. Ankunft in Schwangau (D) ca. 15.00 Uhr. Schönes Hotel, Landgasthof zur Post, jedoch an Hauptstrasse.

Mit dem Bus nach Hohenschwanstein. Der Regen hört auf und erlaubt einen Fussmarsch von 20 Minuten zum Schloss von Ludwig II von Bayern (1845-1886). Erbaut 1869-



86 in unvergleichlicher Lage über Alp- und Schwansee. Grosse ausgeschmückte Säle oft mit Schnitzereien verziert und viele davon ausgemalt mit Szenen aus Opern von Richard Wagner Lohengrin, Tristan, Tannhäuser usw. Der Schwan als bliebttestes Tier abermals vorhanden in Bild und als Skulptur. Zurück im Hotel fein gekochtes Nachtessen u.a. mit den typischen Knödeln.

Sonntag, 15. August

Es regnet. Gemütlich Frühstücken und auf besseres Wetter warten. Um ca. 10 Uhr hört es auf zu regnen, blauer Himmel wird sichtbar. 10.45 Uhr Abfahrt auf asphaltiertem Radweg rechts am blauen Bannwaldsee entlang nach Steingaden. Leichter Aufstieg auf eine Anhöhe bei Schwaig mit herrlichem Blick ins grüne Tal der Ammer und auf die Ammergauer Alpen. Nach einer rasanten Abfahrt gelangen wir auf Hauptstrasse. Problem Radweg; er führt etwas abseits, es bilden sich zwei Gruppen.

Auf dem Radweg durch Bad Bayersoien: buntes Feriendorf mit prächtigen Häusern. Nachher alle auf asphaltiertem gut markiertem Radweg bis nach Oberammergau (D), ebenfalls sehr schmucker Ort, viele Häuser bemalt und mit Blumen verschönert. Weiterfahrt mit viel Verkehr Richtung Ettal, dann mit weniger Verkehr nach Linderhof, dort Rokoschloss; auch dieses im Auftrag von Ludwig II erbaut. Zu viele Touristen, wir verzichten auf Besichtigung. Weiterradeln in langgezogenem Tal im bewaldeten Naturschutzgebiet zum Ammersattel (A). Wir schalten einen Halt ein bei der Seespitze Plansee, tiefblauer See, auf der anderen Seite von schroffen Felswände umgeben. Wir durchqueren Reutte und nehmen eine ruhige Landstrasse nach Pinzwang-Füssen-Schwangau. Von Süden imposanter Anblick auf Füssen (D) in erhöhter Lage mit Kloster und ganz weiss bemaltem Schloss.

Montag, 16. August

Sehr schönes Wetter. Abfahrt 9.30 Uhr nach Reutte (A). Chaotische Durchfahrt, dann auf steigender Strasse mit extrem viel Verkehr nach Heiterswang und endlich auf einen Radweg. Leider mit sehr unregelmässigem Belag, teils Asphalt mehrheitlich aber Naturstrasse nach Leermos (A). Im kühlen waldigen Tal hinunter bis Garmisch (D), dieses ohne Problem durchfahren. Aufstieg bei grosser Wärme bis Plattele, wo es eine Mittagsrast gab.

Dann hinunter – Krühn – Wallgau, auch herrlicher Ortskern, dort Abzweigung nach Vorderriß. Durch ein langes schönes Tal der Isar entlang auf Nebensträsschen und am Sylvensteinsee vorbei über den Achenpass – Kreuthan – Tegernsee. Kurz vor Gmund Abzweigung nach Ostin (D). Gemütlicher Gasthof Zum Kistlerwirt – Zimmer mit Garten. Essen sehr zufriedenstellend und auch nette Bedienung. Der Wirt, ein typischer Bayer über 100 kg, präsentiert sich in Lederhosen.

Dienstag, 17. August

Sehr schönes Wetter. Abfahrt 9.30 Uhr. Leichter Anstieg, dann schöne Sicht auf den tiefblauen Schliersee. Hinunter nach Hausham zuerst Hauptstrasse, dann teilweise Radweg bis vor Bayerischzell. Von dort (800 m) markanter Aufstieg auf schöner, ruhiger Strasse auf den Südfeld-Pass (1100 m). Abfahrt auf schmaler Nebenstrasse durch rurale, reizvolle Gegend bis nach Oberaudorf (D), dort Ueberquerung des Inn nach Niederndorf (A). Wieder leichter Anstieg nach Walchsee, auch ein zierliches Dorf, Kirche im Zentrum mit typischem Zwiebdach. Mittagsrast direkt am See. Weiter nach Reit im Winkel (D) durch waldiges Schwarzlofental, mässiger Verkehr nach Seegatterl an kleinen Seen vorbei: Weitsee, Lödensee, Förchensee. Vor Ruhpolding erneut hinauf, warm und sonnenexponiert nach Aschenau. Im Wald hinunter rechts am Thumsee vorbei nach Karlstein. Das Hotel Karlsteiner-Stuben liegt sehr ruhig abseits von Bad Reichenhall (D). Frühes Abendessen: Cordon bleu mit Pommes Frites. Dann mit Bus zum Thumsee, Glaceessen. Später noch ein Besuch beim Moserwirt, sehr schöner bunt bemalter Gasthof.

Mittwoch, 18. August

Sehr schön und warm. Am Ruhetag mit Bus nach Salzburg (A). Problem beim Parkhaus, nur 2.05 m. zugelassen, wir müssen das Fahrzeug ausserhalb der Stadt abstellen. Mit Ortsbus ins Zentrum. Wenige Schritte und wir sind in der Getreidegasse vor dem Geburtshaus Mozarts. Ueber den Platz in die St. Peter/Paul Kirche, Wanderung zum Schloss hinauf, riesige mittelalterliche Festungsanlage. Grandiose Aussicht auf Stadt und in die Umgebung. Dann Mittagsessen im Zentrum, günstig und gut. Verdauungsmarsch auf andere Seite des Flusses Salzach zum Maribellpark – grosser Garten mit vielen Blumen. Längere Kaffee/Glacepause. Gegen vier Uhr Marsch zurück zum Bus. Abends im Hotel feines thailändisches Essen, denn Wirt ist Thailandfan, in seinem Garten stehen Pagoden und sitzen Buddas!

Donnerstag, 19. August

Sehr schön und warm. Nach Programm lange Strecke (136 km), deshalb alle Velos auf den Bus und Fahrt hinauf nach Schneizelreuth. Bei Mellek Räder abladen und losfahren. Suche nach dem Tauernradweg. Dieser ist nur kurz asphaltiert dann Kiesweg über längere Strecke bis Lofer auch sehr schmucker Ferienort (A). Unzufriedenheit macht sich breit, viel Zeit ging verloren. Einige möchten abkürzen. Schliesslich schwenkt die ganze Gruppe ins Strubtal ein, ab Waidring, fast allein auf der Strasse, hinauf nach St. Ulrich am schönen Pillersee. Etwas Nordwind kräuselt das klare Alpenseelein, hier gab es eine kleine Rast. Über Fieberbrunn nach St. Johann. Auf der Hauptstrasse mit viel Verkehr nach Going (A) Ankunft ca. 14.00 Uhr. Mittagsverpflegung im majestätischen Hotel Blattlhof, dann verschwindet eine Gruppe mit dem Bus nach Kitzbühl, die andere bleibt im Hotel und geniesst das Schwimmbad bei herrlicher Ferienstimmung. Sehr gepflegtes Abendessen im Garten des Hotels mit Blick auf die in der Abendsonne leuch-



tende Bergkette des Wilden Kaisers. Dann aber überziehen Nebelwolken das Massiv - Vorboten einer Wetterverschlechterung.

Freitag ,20. August

Es regnet unaufhörlich auch nach dem Frühstück. Sämtliche Räder werden auf den Bus geladen, Velofahren wird definitiv begraben. Fahrt nach Kufstein. Das Wetter erweckt nicht die nötige Freude um das Kufsteinerlied zu singen. Nach Bummel und Kaffeepause durchs Inntal gingen wir nach Mariastein , ein Wallfahrtsort (wie jenes im Leimental)! Mächtiger Turm (wahrscheinlich Kirchturm und gleichzeitig Befestigung). Wir gastieren auch hier sehr nett bei leckerem Essen im Gasthof Mariastein. Weiterfahrt bei noch leichtem Regen auf der rechten Seite des Inn etwas erhöht nach Breitenbach – Kramsach – Jenbach. Nach Programm hätte unsere Veloroute über diese abwechslungsreiche sehr ruhige Nebenstrasse durch Wald, kleine Dörfchen und mit Blick ins Inntal geführt; sehr Schade, dass Regen dieses Radvergnügen am letzten Tag vereitelt. In Hall (A) vor Innsbruck steht das Hotel Bad zwischen Inn und Autobahn. Zum Städtchen führt eine Holzbrücke über den Inn. Nach einem Bummel ohne Regen und mit kleinen Aufhellungen gab es ein gutes Abendessen (Pfeffersteak, Kartoffeln in Folie) im Hotel.

Samstag ,21. August

Es regnet. Monotone Busfahrt auf der Autobahn an Innsbruck vorbei über den Arlberg-Pass nach Bludenz. Es hört auf zu regnen, die Sonne drückt durch. In Hohenems (A) im letzten Gasthof direkt vor der Grenze Mittagessen. Im Thurgau scheint die Sonne, sie bleibt uns erhalten bis nach Reinach.

Bike-O WM Australien

19. - 23. 10. 2004

Von Rémy Jabas



Die Vorbereitung

Eigentlich hatte ich die WM schon bei der Bekanntgabe des Datums abgeschlossen. Ungefähr zur gleichen Zeit waren nämlich die Prüfungen zum zweiten Vordiplom an der ETH angesagt, und die lassen sich leider nicht verschieben. Ich fand mich damit ab und plante meine Saison auf alle anderen wichtigen Anlässe. Doch dann geschah es: Ende Mai stand ich recht unerwartet zuoberst auf dem Podest an einem Weltcuprennen und nur eine Woche später siegte ich an einem 3-Tage-Bike-O in Frankreich. Der Gedanke daran, dass ich mit dieser Form die WM nur von Zuhause aus miterleben sollte, war recht unbefriedigend, und ich setzte alles daran doch noch gehen zu können. Als meine genauen Prüfungstermine bekannt wurden kam die Erleichterung, es ging terminlich gerade aneinander vorbei, Schwein gehabt! Dank den guten Resultaten im Frühjahr war ich im Schweizer Team sowieso gesetzt, und so konnte ich mich voll und ganz der Vorbereitung widmen. Den ganzen Sommer lang verbrachte ich mit lernen und trainieren, und die Spannung stieg von Tag zu Tag.

Mitte September war die Form wie geplant da, und ich musste sie während meinen Prüfungen nur noch konservieren. Kurz vor dem Abflug nach Australien bestritt ich in der Schweiz noch zwei Bikerennen als Formtests, die mich zuversichtlich stimmten. Ich war parat!

Nach langer und langweiliger Reise via Dubai und Singapore kam ich müde in Melbourne an und fuhr gleich weiter mit dem Bus nach Ballarat (etwa 150km westlich von Melbourne), wo ich zu den anderen Schweizern stiess. Gleich ging es in den lokalen Wald zum Training. Beim Bike-O ist es recht wichtig sich an den jeweiligen Geländetyp und die Kartierung zu gewöhnen, um dann im Rennen die richtigen Routenentscheide zu treffen. So galt es sich in der WM-Vorbereitungswoche, die alle 27 Nationen zusammen verbrachten, neben den neuen Bekanntschaften vor allem aber auf das Gelände zu konzentrieren. Ausserdem war die Reise recht anstrengend, und bis man die Zeitumstellung weggesteckt hat vergeht sowieso eine Woche. Neben den Rennvorbereitungen hatte ich aber noch genügend Zeit für eher touristische Aktivitäten wie Besuch bei den Kängurus oder Nationalparkbesichtigungen. Dies war gut um sich ein bisschen abzulenkten und die Nervosität zu reduzieren!

Herzlichen Dank an die Hauptsponsoren:



Die TOP-Bikeshops der Region:

scheller
RADCENTER
Hauptstr. 23 4153 Reinach Tel-Fax 061 711 46 21

CICLI - PATRIK
MTB's - Trekking - Rennräder - Parts
<http://www.cicli-patrik.ch>
Matthweg 4, 4144 Alesheim



Peter Haag
pete's bike shop
GARNEY FISHER
KLEIN
TREK
Velo: Gartenstadt 2, 4142 Münchenstein
Telefon: 061/411 32 76
E-Mail: pete@petesbikeshop.ch
Internet: <http://www.petesbikeshop.ch>

RADSPORT KARLEN
Inh. Roger Gafner
Hauptstrasse 66
4147 Aesch
Tel. 061 751 12 54
Fax 061 751 23 90
CRESTA
GIANT
CENTURION €



VELOPLUS
Ausrüstung für Abenteurer
Leimenstrasse 78, 4051 Basel
Telefon: 061 273 19 28, Fax: 061 273 19 27
E-Mail: info@veloplus.ch, www.veloplus.ch



«Smoby» Schrade's Mobilität
Innovativ für - Fliegen - Smoby
Machen Sie eine Testfahrt!
www.smoby.ch
Testen Sie eines unserer Motorräder!
VeloSchrade in Therwil
Inhaber Fredy Zingg
Obereindstrasse 9
4108 Tranel
Tel. 061 721 14 11

- Alltagsvelo mit 8 Gängen
- Beste Beleuchtung + Bremsen
- Injektorbremse + Stahl
- Design und Konzept: Fredy Zingg
- Viele Optionen - Ausbaue nach Wunsch



OPTIKER REINIGER
Dein **OAKLEY** Premium Dealer in Reinach mit der grössten Auswahl der Region!



FÜCHTER Erlenweg 11, Baslerstrasse 61, 4310 Rheinfelden
Das Fachgeschäft mit der grössten Auswahl der Region
Dienstags - Freitag bis 19.30 Uhr (!) geöffnet
Tel 061 831 75 00
www.fuechter.ch



VOTEC
D.I.B. danny's import bikes
CH-4105 Biel-Benken/BL
www.votec.ch



Mountainbike-Reisen
www.eng-him-tours.ch
HARDER REINACH



Danke für die ärztliche Betreuung:
SRS Rettungsdienst, Basel
www.nothilfe.org



Rennvelo & MTB Training in verschiedenen Gruppen
MO & DO 18.15 h beim Heimatmuseum Reinach
SA Touren 13.30 h Abfahrt beim Heimatmuseum
Infos: www.vcreinach.ch Heinz Studer 061 711 08 77



Herzlichen Dank an die Bussponsoren:



BIRSECK GARAGE
Hauptstrasse 68, 4153 Reinach
Telefon 061 711 15 45, Telefax 061 713 95 55
birseckgarage@tiscalinet.ch

Ed. Borer AG · Schreinerei · Basel  **Kompetenz in Holz**
Telefon 061 631 11 15

Gartenpflege, Gartenservice, Baumschnitt
Wir kümmern uns mit Fachwissen, Fantasie und «Gärtnerliebe» um Ihren Garten.
Wir gestalten Gärten. Natürlich.



Goutzwiler Gartensbau
Walter Goutzwiler GmbH, Gartensbau
J. Drossenstrasse 21, 4106 Therwil, Telefon 061 721 37 88

Restaurant-Pizzeria Trapezio Da Angelo

Cucina Italiana
Grosse Sonnenterrasse
2 automatische Kegelbahnen
Familia Profeta
Ecke Aumattstr./
Sonnenweg 18
4153 Reinach (BL)
Tel. 061 711 44 10
Fax 061 711 66 50
Sonntag Ruhetag
Mo.-Fr. 10-14 + 18-23.30 Uhr
Sa. 18-23.30 Uhr

RAIFFEISEN


Goldwurst - POWER


Weiterhin viel Erfolg !

 **NATIONAL VERSICHERUNG**
Generalagentur Reinach, Thomas Theiler
Hauptstrasse 6, 4153 Reinach, Tel. 061 717 93 00
www.national.ch

GORGONZOLA

SELEZIONE REALE

HOTEL GASTHOF ZUM OCHSEN

35 Hotelzimmer, 52 Betten
Bankette bis 100 Personen
Seminare bis 40 Personen
Catering und Partyservice
Ermitagestrasse 16, 4144 Arlesheim
Tel: 061 706 52 00 E-mail: gasthof@ochsen.ch

pete's bike shop


CICLI - PATRIK

MTB's - Trekking -
Rennräder - Parts
<http://www.cicli-patrik.ch>
Matweg 4, 4144 Arlesheim


Bongrain AG
La Ferme Bongrain
1785 Cressier
Tél. 026/1674 22 22
Fax 026/1674 22 26



VC  **SRB**
velo-club reinach

Rennvelo & MTB Training in verschiedenen Gruppen
MO & DO 18.15 h beim Heimatmuseum Reinach
SA Touren 13.30 h Abfahrt beim Heimatmuseum
Infos: www.vcreinach.ch Heinz Studer 061 711 08 77



Langdistanz Quali (29km, 750m Steigung, 13 Posten)

Und dann war es soweit, ich stand am Start der Langdistanzqualifikation, die WM begann nun endlich! In diesem Rennen ging es eigentlich nur darum sich unter den besten 60 zu rangieren, um dann im Final am nächsten Tag auch starten zu können. Eine Aufgabe, die gar nicht so einfach war, wie sich später herausstellte. Prominentester der Nichtqualifizierten war sicherlich der Weltmeister von 2002!

Wir Schweizer gingen auf Nummer sicher und fuhren alle recht zügig. Zudem wurde im Final in umgekehrter Rangliste gestartet (Zeitstart wie beim Langlauf), und so galt es auch eine möglichst gute Startposition zu ergattern. Ich fuhr ein kontrolliertes Rennen, machte kaum Kartenfehler und klassierte mich mitten in den Favoriten auf dem vierten Platz. Die Frage war nur: Wer hat sich nur geschont und seine Karten noch nicht aufgedeckt?

Langdistanz Final (38km, 850m Steigung, 15 Posten)

Ob ihr es glaubt oder nicht, in dieser Nacht konnte ich trotz Nervosität und allem sehr gut schlafen! Sobald ich aber wach war kam das mulmige Gefühl im Magen. Nach kurzem Einrollen auf der Strasse und anschliessendem Morgenessen, bei dem ich mit jedem Bissen gekämpft habe, war vor allem entspannen angesagt. Mit der späten Startzeit konnte ich mir ruhig Zeit lassen. Später ging es auf ins Start/Zielgelände, wo die ersten Fahrer ihr Rennen schon beendet hatten. Die Endzeiten waren schneller als erwartet, und ich wusste ich muss vom Start weg voll fahren! Mehr Informationen konnte man nicht erfahren, da die Finisher in einem separaten Quarantänebereich zurückgehalten wurden. Im Schatten tankte ich nochmals Energie, es war trotz Frühling schon über 25 Grad.

Mit einem klaren Rennkonzept ging ich ins Rennen. Ich versuchte schnell zu starten, um möglichst im ersten Teil den starken vor mir gestarteten Australier einzuholen, und dann möglichst dranzubleiben. Doch dann kam alles anders.

Zum zweiten Posten verpasste ich einen schmalen kaum sichtbaren Weg und als ich es merkte blieb nur noch die viel langsamere Umfahrroute zur Auswahl. Ich wurde prompt vom 3 Minuten hinter mir gestarteten Tschechen eingeholt. Nach kurzer Zeit zusammen griff ich in einer Steigung an und wurde ihn los, schliesslich wollte ich ihn nicht mitschleppen und zu einer Medaille führen.

Der Rest des Rennens verlief dann wieder planmässig. Ich machte noch einige kleine Kartenfehler, doch insgesamt war ich mit dem Rennen ab Posten zwei sehr zufrieden. Das intensive Training in den Monaten zuvor hatte auf jeden Fall seine Spuren hinterlassen, ich hatte Beine wie noch nie! Im Ziel wusste ich nicht recht ob ich mich über den fünften Schlussrang und das somit gewonnene Diplom freuen, oder über die verpasste Goldmedaille ärgern sollte. Ich hatte nämlich am Ende einen Rückstand von weniger als drei Minuten auf meinen Teamkollegen und Weltmeister Alain Berger.



Mitteldistanz Final (20km, 450m Steigung, 16 Posten)

Nach einem Ruhetag, ging es dann Schlag auf Schlag weiter mit dem Rennen über die Mitteldistanz. Der Hauptunterschied gegenüber der Langdistanz ist die kürzere Renndauer und Distanz bei eher mehr Posten und einem dichteren Wegnetz. Allgemein kann man sagen, dass diese Form kartentechnisch grössere Ansprüche an den Fahrer stellt. Zusätzlich wird man durch die kürzere Distanz verleitet, schneller zu fahren, und dann wird das Ganze automatisch noch schwieriger.

Es galt also, möglichst ruhig zu bleiben, konzentriert zu fahren und nicht zu viel Risiko einzugehen, jedoch auch wenn es möglich ist, physisch alles rauszuholen. Genau das nahm ich mir auch vor, und mit dem Diplom in der Tasche hatte ich auch das nötige Selbstvertrauen dazu die Ruhe zu bewahren. Diese Fahrweise bin ich mir eigentlich nicht gewohnt, normalerweise fahre ich immer auf Sieg und mache dann eben zu viele Fehler, und genau das wollte ich vermeiden. Es gelang mir ganz gut. Der Lauf war wie erwartet kartentechnisch sehr anspruchsvoll. Mit vielen Richtungs- und Gelände-wechseln war volle Konzentration bis zum Schluss gefordert und auch fahrtechnisch war es nicht ohne. So war es definitiv die richtige Taktik, die ich mir zurechtgelegt hatte. Es reichte am Schluss zu Rang vier! Schon wieder «nur» neben dem Podest dachte ich mir am Anfang, doch im Nachhinein kann ich damit sehr zufrieden sein!

Staffel (20km, 250m Steigung, 15 Posten)

Lange konnte ich über mein zweites Diplom gar nicht nachdenken, denn schon am nächsten Tag stand die Staffel auf dem Programm. Ich war auf der Startstrecke im ersten Schweizer Team. Nach den beiden Einzelrennen waren wir die grossen Favoriten für die Staffel, wir hatten ja immer drei Leute in den ersten 10.

Staffel bedeutet immer Spannung pur und zusätzlich noch taktische Entscheide. Es ist die einzige Rennform im Bike-O, wo es einen Massenstart gibt. Jedoch sind einige Posten gegabelt, das heisst innerhalb von ca. 200 Metern hat es mehrere Posten, und man muss dann genau wissen welchen man hat. So wird das Feld automatisch aufgespaltet und man kann nicht einfach den Vorderen nachfahren!

Ich startete wieder kontrolliert und fuhr an der Spitze mit. Als Startfahrer muss man einfach versuchen mit der Spitzengruppe zurückzukommen, und nicht schon am Anfang des Rennens versuchen eine Entscheidung herbeizuführen, denn sonst ist man das ganze Rennen lang der Gejagte. Mit einigen Sekunden Rückstand auf die das Führungsduo konnte ich als Dritter unserem zweiten Fahrer übergeben. Meine Arbeit war nun richtet und ich konnte nur noch hoffen... Leider kam alles anders als erwartet. Simon Seger auf der zweiten Strecke hatte im Schlussteil einen Platten und verlor so einige Minuten. Auch Alain als Schlussfahrer wurde vom Pech verfolgt. Gerade als er wieder zum Zweiten aufschloss, hatte er einen irreparablen Reifendefekt und musste das Ren-

nen aufgeben. Das zweite Schweizer Team beendete das Rennen auf dem guten 5. Rang, uns war die Enttäuschung aber klar von den Gesichtern abzulesen.

Die Zeit danach

Zum Glück konnte ich mich nicht lange darüber ärgern, denn das Abschlussbankett stand noch auf dem Programm. Schon bald hatte ich die Enttäuschung vergessen oder verdrängt, und ich genoss denn Abend in vollen Zügen. Am nächsten Tag, ich glaube es war etwa Mittag als ich aufstand, packten wir zusammen und fuhren zurück nach Melbourne. Einige traten bereits die Rückreise an, ich genoss aber noch zwei ruhige Tage in Melbourne mit dem Australischen Team und einigen Freunden, die ich noch von meinem Austauschjahr her kannte. Schliesslich kam auch für mich die Zeit Abschied von Australien zu nehmen. Mit vielen wertvollen und unvergesslichen Erlebnissen im Kopf und insgesamt sehr glücklich bestieg ich das Flugzeug Richtung Schweiz.



WM 2005 Slowakei

Einiges wurde mir erst auf der Heimreise richtig klar. Jede einzelne Stunde Training für diese WM hat sich gelohnt, und ich werde alles daran setzen im 2005 wieder am Start zu sein. Ich hoffe mit dem Motivationsschub, den ich in Australien bekommen habe, reicht es in diesem Jahr sogar aufs Podest. Persönlich bin ich vor allem froh, dem Druck, den ich mir selbst auferlegt habe, standgehalten zu haben, und am Tag X das Beste aus mir herausgeholt habe. Ich denke auf dem lässt sich für die Zukunft aufbauen.

Herzlich danken möchte ich dem Club für die Unterstützung in den letzten Jahren, die mich überhaupt so weit gebracht haben, Christoph Jenzer für die gute Zusammenarbeit und Pete für das zuverlässige Material, das mich auch an der WM nie im Stich liess!

8.-10. Juli 2005 Swisspower Gigathlon

The great Challenge cross Switzerland

Von Thomas Kaiser

Der VCR hat erneut die Gelegenheit am diesjährigen Gigathlon, sogar mit 3 Teams, teilzunehmen. Ein Team – «Goldwurstpower - vcreinach.ch» – startet mit Spitzenathleten und möchte unter den «Top-Ten» Basel erreichen. Das Team wurde von Friedrich zusammengestellt und alle Startplätze sind bereits vergeben.

Teamcaptain: Friedrich Dähler.

Für die anderen beiden Teams sind erst die Teamcaptains gesetzt: Fredi Zimmermann und Thomas Kaiser. Die restlichen Startplätze sind noch offen und können von maximal 4 Sportlern und minimal 4 Sportlerinnen besetzt werden. In jedem Team müssen mindestens 2 Frauen mitmachen!

Das Hauptziel dieser beiden Teams ist, die Ziellinie in Basel zu erreichen. Der Spass und das gemeinsame Erlebnis sollen im Vordergrund stehen. Gegen ein gutes Resultat wird sicher niemand sein Veto einlegen.

Damit alle Clubmitglieder die gleichen Chancen haben, möchten wir, ähnlich wie die Startplätze vergeben wurden, die offenen Plätze an der GV 2005 verlosen.

Für die offenen Disziplinen müssen genügend Anmeldungen vorhanden sein, ansonst werden die Captains die Plätze mit den eingegangenen Sportler/innen besetzten. Die Frauen sind für einmal im Vorteil!

Wer unbedingt dabei sein will, der/die soll sich mit untenstehendem Talon spätestens bis zum 12. März 2005 anmelden. Nach der Ziehung wird das Startgeld fällig. Wird dieses nicht innert 10 Tagen überwiesen, so fällt der Startplatz auf den/die Ersatzmann/-frau.

Kosten:	Pro Teilnehmer/in: Fr. 350.–/ohne Sponsoring
Datum:	8. – 10. Juli 2005. Die Anreise am Freitag ist zwingend!
Anmeldetermin für Verlosung:	12. März 2005
Verlosung:	GV 2005: VC Reinach/18. März 2005
Mehr Infos:	Thomas Kaiser, Fredi Zimmermann und/oder: www.gigathlon.ch



Anmeldung für die Teilnahme/Verlosung

Swisspower Gigathlon

8 - 10. Juli 2005

Ich melde mich für die Teilnahme / Verlosung «Swisspower Gigathlon 05» an.

Name:

Vorname:

Adresse:

Jahrgang:

E-Mail:

Tel.

Handy:

Ich kann folgende Disziplinen ausüben (mehrere Möglichkeiten):

Schwimmen Rennvelo Mountainbike Inline Laufen

Ich kann folgende Personen/Firmen für ein Sponsoring gewinnen:

Ort/Datum, Unterschrift:

Einsenden an:

Thomas Kaiser
Rainenweg 39 D
4153 Reinach

Oder per Mail, mit sämtlichen Angaben an: thomaskaiser@intergga.ch

Metzgete Hofstetter Bergmatte

Von Philipp Venerus

Am Freitag 19.11.04 trafen wir uns um 18.30 Uhr beim Heimatmuseum zur Nachtausfahrt auf die Hofstetter Bergmatte. Natürlich ging es nicht nur darum, eine Runde im dunklen Wald zu drehen. Das Ziel war, eine feine «Metzgete» zu verschlingen. Also ging es los. Ausgerüstet mit leistungsstarken Scheinwerfern an Lenker oder Helm nahmen wir den Weg unter die Räder. Leichter Regen, der später in Schneefall überging, begleitete uns. Ab Hofstetten war die Landschaft weiss.

Im Restaurant Bergmatte angekommen, wechselten wir die nassen Klamotten gegen trockene. Die meisten entschieden sich für die Schlachtplatte, wenige für die Diät Variante. Ob sie zu langsam gefahren sind? Dann wurde serviert. Zuerst Blut- und Leberwurst mit Rösti, Sauerkraut, Zwiebelsauce und Lederapfel. Ein Genuss. Nachher Rippli, Speck und Sauschwänzli auf Sauerkraut mit Salzkartoffeln und nochmehr Zwiebeln und Lederäpfel. Zum Schluss noch eine Bratwurst. Und dieser köstliche Schweineschmaus wurde mit Blauburgunder Spätlese abgerundet. Für den musikalischen Rahmen sorgte ein Bündner Ländlerquintett. Damit alles nicht so schwer aufliegt, gab es noch einen Hausschnaps, der uns die nötige Fahrstabilität beim späteren Downhill geben sollte. Ja und da war noch ein Plätzchen frei für ein Dessert. Mit dicken Bäuchen verliessen wir die Beiz. Wieder warm eingepackt, Licht an ging es zuerst bergauf und anschliessend rasant runter. Um 2 Uhr waren wir wieder zurück in Reinach ohne Sturz, nur mit schweren Bäuchen.





Trio for Rio

Von Friedrich Dähler

25. September: was für ein Samstag – nichts als Regen. Ein Tag, um gemütlich zu Hause unter der Decke zu bleiben. Aber es geht auch anders. Um 9 Uhr starten 14 Schwimmer und Schwimmerinnen zum Schweizer Qualifikationsevent «Fly to the Red Bull Giants of Rio».

Eine bittersüsse Tortur

Zum Auftakt 2,5 Kilometer Schwimmen bei Wasser- und Lufttemperaturen, die nicht gerade von Rio träumen lassen. Schnell wollen sie raus aus dem kühlen Nass. Weniger als 30 Minuten benötigen die Ersten. Die Läufer stehen im Regen bereit. Sie kämpfen sich 12,4 Kilometer über teils glitschiges Gelände. 47,7 Kilometer warten auf die Mountainbiker. Die Letzten beißen die Hunde, denn der Weg durch Regen und Nebel ist tückisch. Für einige beginnt eine Irrfahrt zwischen Zug und Zürich. Körper, Geist und vor allem Humor sind gefordert. Schlussendlich findet jeder Biker seinen eigenen Weg nach Zürich. Reicht die Kraft aus? Teamgeist ist gefordert. Gegenseitig motivieren sich die Teammitglieder für das grosse Showdown. In einem Beachvolleyballturnier spielen sie um die drei Tickets nach Rio. Das «Trio for Rio» zeigt, dass sie nicht nur als Ausdauer-sportler top sind, sondern auch im Team bis zum entscheidenden Matschball durchhalten. Sie setzen sich im Finale gegen das Team «Riogoros» durch. Ein Trio für Rio – und wo bleibt der Flieger? Dieser wurde von der Deltaliga bereits vorselektioniert. Pilot Martin Härrli aus Uster ergänzt das Dreier-team. So werden aus dreien vier.

Natalie Schneider, Schwimmerin, geb. 26.6.1981 aus Bottmingen (BL)

Die Kaufmännische Angestellte hat mit sieben Jahren mit dem Schwimmen begonnen. Neben Teilnahmen an nationalen wie auch internationalen Meisterschaften begeistert sie sich momentan vor allem für Teamwettkämpfe. Das Schwimmen im offenen Gewässer liegt ihr. Dies bestätigt Natalie mit ihrer Topleistung am Gigathlon 2004. 2. Rang bei den Teams of Five. «In Rio erwarte ich harte Gegner, viel Spass und Fairplay – ein unvergessliches Erlebnis soll's werden».

Friedrich Dähler, Mountainbiker, geb. 10.12.1980 aus Ettingen (BL)

Mehrfache Schlüsselbeinbrüche und ein Kniescheibenbruch konnten seine Karriere als Mountainbiker nicht bremsen. Seit vier Jahren fährt der Primarlehrer in der Elite mit. Er ist schnell – «vor allem im Downhill», sagt Friedrich. So erreichte er 2004 verschiede-

ne Podestplätze an regionalen Rennen. Friedrich hat einen tollen Humor und Biss – zwei Komponente die in Rio gefragt sind. «Ich freue mich auf den Rambazamba, auf die sportliche Grenzerfahrung und interessante Bekanntschaften.»

Gabriel Lombriser, Läufer, geb. 17.9.81 aus Büsserach (SO)

Auch der Dritte im Bunde steht auf Abenteuer, Spass und verrückte Leute. «Ich bin der schnellste Treppenläufer der Schweiz», bemerkt Gabriel. Bevor er aber im nächsten Jahr die Treppen des Empire State Buildings in New York in Angriff nimmt, liegen ihm noch 15 Kilometer heissen Sand in Rio zu Füssen. «Ich freue mich auf die Sambarhythmen, die nehme ich sicher mit nach Hause – und wohl auch ein Paar kaputte Wädl!»

Red Bull Giants of Rio de Janeiro

Von Friedrich Dähler



Nach dem Gewinn der Schweizer Ausscheidung Ende September durften wir (Natalie Schneider, Gabriel Lombriser, Martin Härrli und ich) mit dem Schweizer Profiteam an den Final nach Rio de Janeiro um den wahren Giant of Rio zu küren. Über vierzig Nationen schickten Teams, meistens reine Männerteams bestehend aus Profisportlern. Auf dem Papier gehörten wir zwar zu den schwächsten Teams. Diese Tatsache spornte uns umso mehr an, den restlichen Teams so richtig einzuheizen und bis zum Umfallen zu kämpfen. Mit gespannter Nervosität blickte ich dem 5. Dezember entgegen. Am Donnerstag, 2. Dezember, wars endlich soweit mit dem Take Off nach Rio. Im Flughafen Zürich trafen wir die restlichen Schweizer Mitglieder des Pro Teams (Ralph Näf, Sven Riederer und Nicole Zahnd) sowie zwei Betreuungspersonen, einen Fotografen und drei Journalisten. Die Stimmung war von Beginn an sehr locker. Beim Zwischenhalt in Paris trafen wir weitere Teilnehmer aus Frankreich, Belgien, Italien, Russland und Ungarn. Nach einem sehr langen Flug trafen wir gegen Mittag des nächsten Tages in Rio ein. «Beschützt» von Sicherheitsleuten wurden wir ins Hotel überführt, welches an der berühmten Copacabana liegt und das ich mit meinem Geldbeutel nie hätte finanzieren können...

Am Nachmittag war Briefing und relaxen an der Copacabana angesagt. Die Wellen waren so gewaltig, dass sich nur erfahrene Schwimmer ins Wasser getrauten. Der Samstag war reserviert für Fotoshootings und Streckenbesichtigung. Vorsichtshalber wurden Teilstücke der Strecke mit Bussen besichtigt. Tags zuvor wurden die beiden Kanadischen Profis beim Biketraining durch die Favelas (Armenviertel) mit Warnschüssen verjagt...

Rio ist eine Stadt der grossen Gegensätze; Reichtum und bitterste Armut sind an der gleichen Strassen angesiedelt und werden nur durch einen Zaun oder hohe Mauern getrennt. Ein Anblick, der für wohlstandsverwöhnte Schweizer nur sehr schwer zu begreifen ist: Kleine Strassenkinder, die unter Brücken übernachten und sich nur mit einem Karton bedecken, gehören leider zum Stadtbild, wie der Zuckerhut und die Jesusstatue auf dem Corcovado.



Endlich wurde es Sonntag und der Startschuss lag in der Luft. Die Nervosität stieg ins fast Unermessliche. Als erstes mussten sich die SchwimmerInnen im Meer über eine Strecke von etwas mehr als 4 km behaupten. Über 2 Meter hohe Wellen machten diese Prüfung nicht einfacher und Red Bull wäre nicht Red Bull, wenn nicht dazwischen 300 Meter Sandrunning mit anschliessendem 6 Meter Cliffsprung dabei gewesen wären. Der erste Schwimmer kam nach etwa 45 Minuten aus dem Wasser, wobei in diesem hochkarätigen Feld etliche Olympiamedaillengewinner mitschwammen. Mit einer super Zeit von 56 Minuten kamen Nicole Zahnd und Natalie Schneider als 48. und 50. aus dem Wasser. Sie waren zwei von insgesamt nur etwa 12 Athletinnen im ganzen Feld der 320 Athleten. Mit Ralph Näf sprintete ich Richtung Corcovado. Die ersten Kilometer waren flach und führten der Küste entlang auf der grossen Hauptverkehrsachse, welche für jeglichen Verkehr gesperrt wurde! Leider war das Tempo nicht besonders hoch, da keiner in der grossen Gruppe (etwa 15 Fahrer) führen wollte. In der ersten Steigung wurde attackiert und die Gruppe gesprengt. Ich konnte mit Roland Stauder (Italien) und Andreas Hestler (Kanada) mithalten. Ralph wurde abgehängt, konnte jedoch nach einigen Kilometern wieder zu mir aufschliessen, da ich die beiden anderen ziehen lassen musste. Wir lösten uns beim Führen ab und machten Position um Position gut, bis ich nach etwa 20 Kilometern stürzte; voll am Anschlag (Der Pulsmesser qualmte schon fast...) übersah ich eine Tramschiene...



Es war unglaublich heiss, 35 Grad im Schatten mit hoher Luftfeuchtigkeit. Das Atmen fiel schwer und Wassermangel führten schon bald zu Wadenkrämpfen. Die letzten Meter bis zur Christusstatue auf dem Corcovado mussten zu Fuss über eine steile Treppe bewältigt werden (250 Stufen), ich kochte beinahe. Oben angekommen ging sogleich die Treppe wieder runter, diesmal Gott sei Dank nicht laufend sondern auf dem Bike. Die restliche Abfahrt wurde mit der Fahrt auf den steilen Gleisen der Zahnradbahn noch verschärft; wollte man keine bleibende Erinnerung an ein Spital in Rio war stürzen verboten!

Nach weiteren kurzen Auf- und Abfahrten ging der letzte Kilometer über eine durchgehend 30% Rampe zum Startplatz der Deltapiloten. Ralph erreichte diesen Ort als 20. ich konnte mich bis auf den 27. Rang vorarbeiten. Die Deltapiloten mussten gewisse Punkte abfliegen bis sie zur Landung am Strand «Ipanema» ansetzen durften. Unser

Pilot, Martin Härrig, erfüllte die Aufgabe sehr gut, bis auf die Landung. Falsches Aufsetzen zog eine Strafe von 500 Meter Rennen im Sand nach sich... Eine Hardcorestrafe für jeden Deltasegler! Andere Piloten hatten weit mehr Pech, boten dafür aber reichlich Action: Der Argentinische Flieger segelte ins Meer hinaus, ein weiterer direkt in die vielen Zuschauer...



... In der prallen Mittagssonne durfte unser Läufer Gabriel Lombriser, unter anderem Gewinner des Tower Running, die letzten 21 Kilometer absolvieren. Geschenkt wurden ihnen nichts, denn der Grossteil der Strecke führte durch den lockeren Sand am Strand. Die vielen knapp bekleideten Frauen sollten zwar motivierend wirken, doch hatten die meisten Läufer keine Energie mehr übrig den Ausblick zu genießen. Sogar Weltklasse-sportler, wie der Ironman Sieger Jürgen Zäck, erlebten schlimme Momente. Er übernahm als Zweiter und brach ganz ein. Schlussendlich war das Profiteam aus Deutschland nur knapp vor uns.

Gabriel Lombriser biss sich grandios durch und verteidigte den 27. Platz (3. Rang Mixed) Ein geniales Resultat für uns, denn wir waren nur eines von ganz wenigen Teams, welches nicht aus Profisportler bestand. Wir klassierten uns sogar vor dem hoch gehandelten Profiteam aus Frankreich, in welchem Olympiasieger Julien Absalon mitfuhr. Der Schweizer Pro-Team Läufer Sven Riederer konnte nach dem Deltasegeln als 17. übernehmen und sprintete auf den starken 13. Rang, was 1. Rang unter den Mixed Teams bedeutete.

Gewonnen wurde das Rennen von Australien, vor Österreich und Brasilien.

Der Wettkampf, welcher mit einer genialen Party zu Ende ging, war grosartig. Red Bull «mietete» den ganzen Zuckerhut und veranstaltete eine unvergessliche Abschlussparty hoch über Rio.

Wir verbrachten nach dem Wettkampf noch einige Tage in Brasilien, reisten mit einem Mietauto umher, welches zwar keinen Tacho, dafür Rennslicks und einen Unterbodenschutz wie im Rallyesport hatte. Leider war die Zeit in Brasilien viel zu kurz. Trotzdem nehme ich wunderschöne Erinnerungen mit nach Hause und empfehle allen dieses schöne Land einmal zu besuchen, denn Brasilien hat weit mehr zu bieten als die Copacabana und hübsche Strandnixen...

Zu Lande, zu Wasser und in der Luft (BAZ 10.12.04)

**Acht Schweizer Sportlerinnen und Sportler traten
zum Red Bull Giants of Rio an.**

Patrick Künzle, Rio de Janeiro

320 Schwimmer, Mountainbiker, Deltasegler und Läufer aus der ganzen Welt stellten sich in 80 Viererteams einer besonderen Herausforderung: dem spektakulären Staffeltwettbewerb Giants Of Rio. Die Organisatoren versprachen den Sportlerinnen und Sportlern ein Abenteuer. Dafür sollte bereits der Austragungsort sorgen. Rio de Janeiro ist eine faszinierende Stadt: Sie befindet sich mitten in einer wunderbaren tropischen Landschaft. Ihre Bewohner strahlen viel Lebensfreude aus. Gleichzeitig aber sind die sozialen Probleme der Metropole omnipräsent.

SCHÜSSE IN DER FAVELA. Einige Mountainbiker erlebten ihr erstes «Abenteuer» denn auch schon kurz nach Ankunft. Sie fuhren mit ihren teuren Sportgeräten mitten in ein Armenviertel. Eine schlechte Idee. Denn Gäste sind in den Favelas, die meist von Drogengangs kontrolliert werden, nicht willkommen. Plötzlich fielen Schüsse in die Luft - und die Biker verzogen sich so schnell wie möglich wieder. Es sollte aber der einzige unangenehme Zwischenfall bleiben. Die weiteren Abenteuer waren sportlicher Natur. Auf die Teilnehmer wartete ein Kampf zu Lande, zu Wasser und in der Luft. In Zahlen sah das so aus: Zum Auftakt eine 4 km lange Schwimmstrecke durch die hohen Wellen entlang der Copacabana. Danach ein 45 km langer Bike-Parcours hinauf zur Cristo-Statue und zum Pedra Bonita. Dort sollten die Deltasegler übernehmen und ihr Fluggerät hinunter zum Strand von Ipanema steuern, um den Schlussläufer auf einen 20 km langen Kurs durch den Sand zum Ziel an der Copacabana zu schicken. Acht Schweizer Sportler stellten sich der Herausforderung. Prominent war dabei das Profiteam besetzt - mit dem Triathlon-Olympiadritten Sven Riederer, der Schwimmerin Nicole Zahnd, dem Deltasegler Franz Herrmann und dem Weltklasse-Biker Ralph Näf. Das Amateur-Team bestand aus der Schwimmerin Natalie Schneider (Bottmingen), dem Biker Friedrich Dähler (Ettingen), dem Läufer Gabriel Lombriser (Büsserach) und dem Deltasegler Martin Härrli (Zürich).

Ein normaler Sportwettkampf würde Giants Of Rio nicht werden. Das stellten die Schwimmerinnen schon bei der Besichtigung am Tag vor dem Rennen fest. «Bei diesen Wellen ist es schwierig, überhaupt ins Wasser zu kommen», erzählte Natalie Schneider, während sie aus dem Meer stieg. Als ob er ihre Worte unterstreichen wollte, kämpfte nebenan Mansoor Abulhoul aus Dubai eine halbe Stunde lang vergeblich gegen die Fluten. Er musste sich schliesslich erschöpft an den Strand spülen lassen.

SCHNELLE FRAUEN. 24 Stunden später, nach dem Startschuss zum Giants Of Rio, fand aber auch Abulhoul seinen Weg durch die Wellen. Doch mit den Schweizerinnen, zwei von insgesamt bloss fünf Frauen auf der Schwimmstrecke, konnte er nicht mithalten. Natalie Schneider und Nicole Zahnd kamen fast zur gleichen Zeit ins Ziel - so um Platz 50. «Es war super», schwärmte Schneider später. «Alle hatten mich gewarnt, dass mit den Ellbogen gekämpft wird, doch die Männer blieben völlig fair.»

Die Schweizer Biker hielten sich ebenfalls gut. Ex-Europameister Ralph Näf erzielte die zehntbeste Zeit und rollte das Feld damit von hinten auf. Seine Strecke beinhaltete vor allem nahrhafte Steigungen, aber kaum technische Schwierigkeiten. Weshalb Näf scherzhaft anfügte, «dass man auch Beat Brev auf den Parcours hätte schicken können». Die Schweizer Deltasegler, die das dritte Teilstück bewältigten, fanden das Ziel in Ipanema ohne Probleme. Im Gegensatz etwa zum Argentinier Alfredo Cabezas, der sein Fluggerät mitten in die sonnenbadenden Zuschauer lenkte.

Sven Riederer, der für die Schweizer Profis den Abschluss machte, konnte seinen Lauf im Sand trotz grosser Hitze geniessen. «Es war genial, einige Leute riefen sogar meinen Namen», beschrieb er die Atmosphäre. Riederer brachte sein Team auf den 13. Schlussrang - 26 Minuten hinter den Siegern aus Australien. Damit stellten die Schweizer das beste Mixed-Team. Gabriel Lombriser lief für die Amateure als guter 27. ins Ziel. Doch die Rangierung war zweitrangig. Denn so gut der Wettbewerb besetzt war, unter anderem mit vier Medaillen-Gewinnern bei Olympia in Athen, ging es bei Giants Of Rio vor allem darum, den Teilnehmern einen spassigen Wettkampf zu ermöglichen. Etwas, das Leistungssportler nicht so oft erleben. Die Idee kam an. Das zeigte die Reaktion von Ralph Näf. «Ich möchte mich für das nächste Giants Of Rio ja nicht aufdrängen, aber bitte ladet mich wieder ein», flehte er. Kein Wunder, ein paar Tage an der brasilianischen Sonne machen bestimmt mehr Spass als ein Radquer irgendwo in der kalten Schweiz, das bei ihm zu dieser Jahreszeit normalerweise auf dem Programm steht.

Rennteam: goldwurst-power vcreinach.ch

Von Friedrich Dähler

Die Strukturen des Rennteams 2005 nahmen in den letzten zwei Monaten ganz konkrete Züge an: Sponsoren wurden gesucht und gefunden, Kleidung entworfen (siehe Bild) und das Team zusammengestellt.

Die neue Saison wird mit grösseren Veränderungen im Rennteam beginnen. Dieses soll den Stempel eines «Veloclubteams» verlieren und zu einem richtigen Rennsportteam reifen.

Dazu waren Veränderungen in der Teamaufgliederung, Verteilung der Unterstützung und neue finanzielle Einnahmequellen nötig. Kurz, das ganze Umfeld musste professioneller werden.

Neuerungen:

Das Team wird in drei Gruppen aufgeteilt: Team A, B und C.

A besteht aus lizenzierten Fahrern. Diese haben einen speziellen Leistungskatalog zu erfüllen und werden im Gegenzug sehr gut unterstützt. Ziel von A-Fahrern ist an die (erweiterte) nationale Spitze Anschluss finden zu können.

Das B-Team besteht aus Fahrern, die noch in der Ausbildung sind. Ihre Unterstützung besteht in der Übernahme von gewissen Spesen und im Erwerb von Teamkleidung zu speziellen Konditionen.

Das C-Team ist für alle anderen Fahrer gedacht, welche aus Spass am Biken dabei sind. Zentral ist der Olympische Gedanke: dabei sein ist alles.

Das Teambudget wird für die Saison 2005 beträchtlich erhöht. Da mit der Firma Jenzer und den beiden Co-Sponsoren Pete's Bike-Shop und Cicli Patrick gute Sponsoren gefunden werden konnten, wird das Team die Clubkasse nicht zusätzlich belasten. An dieser Stelle im Namen des ganzen Rennteams vielen Dank an die Sponsoren.

Wer Interesse hat in den neuen Teamfarben an den Start zu gehen, soll sich bei mir melden. Ich würde mich freuen, wenn sich vor allem noch ein paar junge Biker dafür begeistern könnten.

Als Schlusswort möchte ich Christoph und Sam für ihren Einsatz ein grosses Dankeschön aussprechen, ohne sie wäre das Team nie soweit gekommen.

Teamfahrer:**Team A**

Baur Mario	Lizenz Triathlon
Dähler Friedrich	Elite
Jabas Rémy	Amateur
Rüdisühli Marc	Elite

Team B

Binder Thomas	Fun Herren
Jenny Rafael	Fun Junioren
Rohner Patrick	Fun Herren
Zimmermann Michael	Fun Junioren

Team C

Binder Andreas	Fun Herren
Saladin Andreas	Triathlon Short
Sprunger Sam	Fun Senioren
Zurbuchen Mirco	Fun Herren

Reglement und Daten der Clubmeisterschaft 2005

Rennleiter: Peter Haag, Stv. Heinz Studer (RV), Thomas Kaiser (MTB)

	Rennen	Datum	Ort
1	Waldlauf	20. März	Vita Parcours Käppeli
2	Km-Zeitfahren	9. Mai	Aesch - Ettingen
3	Gempen-Rennen	23. Mai	Dornach - Gempen
4	Technik-Rennen MTB	2. Juni	Aesch
5	Dualslalom (MTB) (mit Grill)	4. Juni	Hofstetten
6	Lützelal-Zeitfahren	20. Juni	Lucelle - Kleinlützel
7	Downhill-Rennen (MTB)	27. Juni	Aesch
8	Uphill-Rennen (MTB)	27. Juni	Aesch
9	Elsass-Rundstreckenrennen	11. Juli	Wolschwiller (F)
10	Oristal-Rennen	8. August	Liestal - Gempen
11	Rundstreckenrennen (MTB) (mit Grill)	3. September	Hofstetten

- Die Rennen werden bei jeder Witterung durchgeführt.
- Alle Rennen dürfen sowohl mit Rennvelo als auch mit Mountainbike gefahren werden.
- Alle Resultate werden für das Gesamtklassement gewertet.
- Es werden nur Clubmitglieder gewertet.
- Das Tragen eines Helmes bei den Rennen ist obligatorisch.
- Jeder Teilnehmer fährt auf eigene Gefahr.
- Versicherung ist Sache des Teilnehmers.
- Jeder Teilnehmer an einem Clubrennen erhält zum voraus 50 Punkte für die Clubmeisterschaft gutgeschrieben.
- Die Punktwertung ist wie folgt: 100 Punkte für Rang 1, 90 Punkte für Rang 2, 80 Punkte für Rang 3, 75 Punkte für Rang 4, 70 Punkte für Rang 5, anschliessend immer 2 Punkte weniger für die folgenden Ränge.
- Damen und Jugendliche (bis und mit Jg. 1989) sowie Senioren (ab Jg. 1960) erhalten für das Km-Zeitfahren eine Bonifikation von 10 Sek. und für das Lützelal-Zeitfahren eine solche von 2 Min.
- Die Rennen Nr. 3/8/9/10/11 werden nach der Handicap-Formel gefahren. In den Genuss derer kommen Frauen und Jugendliche (bis und mit Jg. 1989) sowie Senioren (ab Jg. 1960):

Bonifikationen	Frauen/Junioren	Senioren
Gempen-Rennen	03:00 Min.	01:30 Min.
Uphill-Rennen	03:00 Min.	01:30 Min.
Elsass-Rundstrecke	07:00 Min.	04:00 Min.
Oristal-Rennen	05:00 Min.	02:00 Min.
MTB-Rundstrecke	05:00 Min.	03:30 Min.

- Die Treffpunkte vor den Rennen werden frühzeitig auf der Homepage www.vcreinach.ch bekanntgegeben.

Tourenmeisterschaft 2005

Von René Bourquin

Die Tage werden von Woche zu Woche wieder länger und so langsam kann man sich mit dem Gedanken anfreunden, am Montag und Donnerstag wieder mit den Kollegen des VC Reinach auf Tour zu gehen. Der Tourenmodus wird, da er sich in den letzten Jahren so bewährt hat, nicht geändert. Eine Bitte aber an alle, vor allem aber an die Biker, soll die Tourenstatistik zuverlässig sein, meldet euch doch mit Namen beim Tourenleiter, denn er kann beim besten Willen nicht alle ca. 140 Namen der Teilnehmer im Kopf haben. An den Abendausfahrten sind wir schon ein recht grosses Feld manchmal über 30 Fahrer. Wir bewegen uns auf öffentlichen Strassen zum Teil mit starkem Feierabendverkehr. Dass wir dabei den öffentlichen Verkehr behindern versteht sich von selbst, doch verstehen uns auch die genervten Automobilisten. Eine Bitte, obwohl ich nicht mehr so glaubwürdig klinge, haltet euch an die geltenden Verkehrsvorschriften. Denn, und da spreche ich aus eigener Erfahrung, wenn du auch noch so im Recht bist, weh tut es dir am allermeisten. Grundsätzlich geht auch keiner ohne gültige Velovignette auf die Strasse, denn diese ist deine Haftpflichtversicherung.

Saisonstart Donnerstag den 31. März 2005

Start Punkt Glockenschlag der Kirche, 18.15 Uhr

Wenn immer möglich werde ich der schnellen Velogruppe wieder ein Plänchen mitgeben, damit die Strecke jedem bekannt ist und ich sie nicht 20 mal erklären muss.

Weitere Aktivitäten im Bereich Tourenfahren

Clubweekend: Datum und Strecke werden vom Veranstalter an der GV bekannt gegeben

Gelatifahrt: In der Regel am Montag nach dem Clubweekend

Sonntagtour: Sonntags 9.00 Uhr bei Pete's Bike Shop
(ohne Wertung in der Tourenmeisterschaft)

Tourenwoche: Alles nähere wird an der GV bekannt gegeben.

Ich wünsche allen Kollegen vom VC Reinach eine schöne und absolut unfallfreie Saison 2005 und freue mich auf den Donnerstag nach Ostern.

Sponsorenfahrt zum Saisonabschluss 2004

Von Sam Sprunger



Die Idee einer Sponsorenfahrt, eines für den VCR neuen Anlasses, hatte ihren Ursprung im Engadin, genauer gesagt an einer gemütlichen Spätsunde im Hotel Stelvio in Santa Maria anlässlich unseres Club-Weekends. Der Schreibende, an der letzten GV als Aktivmitglied neu in den Verein aufgenommen, hat aufmerksam die engagierten Diskussionen zwischen langjährigen Vereinsmitgliedern und jungen, ambitionierten Bikern verfolgt. Dabei ging es in erster Linie ums allgemeine Vereinsleben.

Beim Meinungsaustausch zum Rennteam und vor allem bei den Diskussionen ums Club-, respektive Renndress oder eben eine Kombination der beiden oder vielleicht sogar etwas ganz Neues,

sind die Emotionen und Blutdruck einiger Anwesenden schon ein bisschen angestiegen. Anstatt Schafe zu zählen, nahm ich mir vor dem Einschlafen vor, meine langjährige Erfahrung im aktiven Vereinsleben in zwei renommierten Fussballclubs aus der Region zu nutzen und mich tatkräftig für den VCR respektive fürs Rennteam einzusetzen.

Danach ging alles sehr schnell. Am folgenden Tag bei der Biketour hinauf zum Ofenpass, hatte ich meine Absicht mit Fridi und Andy besprochen und bereits auf der Heimreise vom wunderschönen Club-Weekend hatten wir zu dritt im Zug das erste Vorgehen besprochen. Viel Zeit zur Planung blieb nicht. Nach einer Woche fand die erste Orientierungssitzung mit dem gesamten Rennteam statt. Alle waren sie gekommen, was mich sehr zuversichtlich stimmte und zugleich motivierte. Zuerst wurde das Konzept vorgestellt und zugleich die Aufgaben verteilt. Die Arbeit machte richtig Spass und die Rennteamler zeigten, dass sie eben ein Team sind.



Nachdem wir den Vereinsvorstand über unser Vorhaben orientiert hatten und dieser an unserer Aktivität Interesse zeigte, konnte die Sponsorensuche beginnen. Dies gelang mehrheitlich auch sehr gut bis fantastisch. Der Aktivste unter allen war, wer könnte es auch anders sein, Rino. Er hat sich die versprochene Prämierung mehr als verdient.

Am Tag der Sponsorenfahrt waren wir alle sehr gespannt, wie viele Fahrer, Sponsoren und Zuschauer wohl erscheinen würden. Das Wetter präsentierte sich nicht gerade von seiner besten Seite, aber zumindest blieben wir vor und während der Fahrt tro-

cken. Dass nicht alle Aktivmitglieder aus allen drei Lagern MTB, RV und Einrad gleich beim ersten Anlass mobilisiert werden konnten, war von Beginn weg klar und konnte auch nicht erwartet werden. Dass die MTB-Fraktion auf Anhieb vollzählig erschien, war aus der Sicht des OKs Pflicht. Wir waren aber angenehm überrascht über die starke Präsenz der Einradfahrer: «BRAVO» und im Namen der Organisatoren «Herzlichen Dank».



Heinz begrüßte die anwesenden Fahrer, Sponsoren und Zuschauer. Ich gab die letzten Instruktionen an Teilnehmer und Zuschauer über Ablauf der Fahrt und lud alle zum anschließenden, gemütlichen Zusammensein in die von Christophs Leuten organisierte Festwirtschaft mit Grill ein. Monika und Brigitte halfen beim Admini-strativen mit. Phillip war Starter, Rundenmanager, Finisher, Timer und Fotograf in einer Person. Anwesende Begleitpersonen und Zuschauer liessen sich kurzfristig für die Streckensicherung anstellen. Allen diesen freiwilligen Helfern ein herzliches Dankeschön.

Kurz vor dem Start noch ein schneller Blick auf die eingegangenen Sponsorenzettel. Mein Herz hüpfte vor Freude fast auf maximaler Frequenz, als ich die tollen Arbeiten Einzelner entgegennehmen durfte. Auf die oftmals gestellte Frage, wie es aussehe, antwortete ich kurz «MEGA». Unmittelbar vor dem Startschuss noch ein letzter Tipp aus der Zuschauerreihe. «Haltet die Pedale in den Kurven waagrecht, um nicht den Traum vom vierstelligen Sponsorenbetrag zu riskieren und stattdessen mit Schürfungen im Strassengraben zu landen!» Der Tipp kam von einer ehemaligen Kriteriumsrakete und heutigem Goldwurstproduzenten.

Dann gings los im Kägen in Reinach. Pro Runde (ca. 1100 m mit vier Geraden und vier 90° Kurven) konnte jeder seinen gesponserten Betrag multiplizieren. Was ich ursprünglich als gemütliche Fahrt prophezeite, entpuppte sich bald zu einem richtigen Kriterium. Bei den ersten drei Kurven konzentrierte ich mich auf die Streckensicherung anstatt darauf den Anschluss zur Spitze zu halten und schon war der Zug mit ca. 8 bis 10 Fahrern weg. Die Lücke von ca. 50m zur zweiten Gruppe war nicht mehr zu schliessen.

Die Einradfahrer, mehrheitlich Kinder, hatten wie wir grossen Plausch, einmal an einem Wettkampf in einer anderen Form teilzunehmen. Gewonnen hat der Verein, und dies nicht zu knapp. Zum einen an Erkenntnis, dass mit Wille und Teamwork kurzfristig etwas Erfolgreiches auf die Beine gestellt und durchgezogen werden kann. Zum andern an Gesellschaftlichkeit und vor allem finanziellem Gewinn. Schade war eigentlich nur, dass wir nicht noch mehr Vereinsmitglieder für diesen tollen Anlass haben mobilisieren können, um so mehr, als sich auch der Präsident persönlich mit einem Schreiben an alle für die Sache eingesetzt hatte. Die Anwesenden konnten spätestens beim gemütlichen Zusammensein bei einer Goldwurst und Drink bestätigen, dass die Abwesenden etwas Tolles verpasst haben.

Vielleicht klappt es beim nächsten Mal noch besser.



Lombardei-Rundfahrt 2005

Von Philipp Venerus

Auch dieses Jahr findet die beliebte Rennvelowoche wieder statt. Vom 27.8.05 – 3.9.05 gibt es Kilometer, Höhenmeter und Asphaltbänder zu verschlingen.

Piero Quagliana organisiert einen «Monster-Giro de la Lombardia». Die Tour führt über Pässe in den Alpi Bresciani und Bergamasche, durchs Veltlin und das Val San Giacomo. Gespickt mit elf Pässen vom 1050m hohen Pertica Alta bis zum berühmten Passo Gavia der mit 2621m zugleich der höchste Punkt dieser sehr anspruchsvollen Woche bildet. Als Zückerchen sei nur die Königsetappe erwähnt: Passo Gavia und anschliessend Passo del Mortirolo. Ein mörderisches Duo an dem sich schon unzählige Giro-Dramen abspielten. Gestartet wird am Gardasee und das Ziel befindet sich nach 850 km und 15 000 Höhenmetern irgendwo nach dem Splügenpass. Wer Piero kennt, der weiss, das es zu beissen gibt, denn er liebt steile Anstiege. Infos und Anmeldung bei Piero.



Einrad-Freestyle Meisterschaft in Schaffhausen

Olivia Menzi

Am 12. Dezember nahm Michelle als erste Teilnehmerin unserer Einradgruppe an einem Freestyle Wettkampf teil.

Traurig aber wahr, liebe Einradkids, liebe Eltern, liebe Vereinskollegen,

Ich möchte diese Gelegenheit nutzen, um einmal einen kleinen Rückblick über unsere Einradgruppe machen zu können. Am 18. Februar 2003 führten Andrea und ich das erste mal in Reinach ein Einradtraining für interessierte Kinder durch. Nach einem halben Jahre Training in der Aumattturnhalle entschlossen wir uns, uns dem Velo Club anzuschliessen und erreichten somit auch, dass wir im Winter 2003 in die Turnhalle des Surbauschulhauses umziehen konnten. Mit Höhen und Tiefen konnten wir die Stunden innerhalb des Vereins und vor allem mit den Kindern geniessen. Seit dem Sommer 2004 konnten wir auf die tatkräftige Unterstützung von Daniel zählen. Er ermöglichte uns in den letzten drei Monaten einen fast reibungslosen Ablauf des Trainings. Die Situation spitzte sich nun aber leider in den letzten paar Tagen immer mehr zu. Andrea hatte, wie schon im Sommer angekündigt, am 22. Dezember das letzte Training geleitet. Und für mich stellte sich nach einem Jobangebot die Frage, wie ich in der Zukunft mein Studium und einen Job unter einen Hut bringen kann. Dass daneben ein regelmässiges Training keinen Platz mehr hat, wurde mir leider relativ schnell klar. Vor den Feiertagen beschäftigten wir uns intensiv mit der Frage, wie es in der Zukunft weiter gehen kann. Die Situation, dass Daniel unser Retter in der Not, an allen anderen Abenden schon verpflichtet ist, brachte leider auch keine besseren Aussichten. Aus diesem Grund mussten wir uns leider dazu entscheiden, das Training nach den Fasnachtsferien einzustellen.

Wir hoffen, dass alle Teilnehmer bis zu den Fasnachtsferien noch schöne und wertvolle Stunden erleben können und wünschen allen für Ihre Zukunft alles Gute.

Ein herzliches Dankeschön an Jürg und Thomy die uns immer beigestanden sind. Aber auch an euch liebe Teilnehmer denn ohne euch hätte das Training gar nie stattfinden können: Jeanine, Lorianne, Viola, Nancy, Elodie, Nathalie, Sara, Celina, Irene, Noemi, Sylvia, Andrea, Virgine, Salome, Elina, Caroline, Samira, Nicole, Adina, Yannick, Aperame, Nina, Eliane, Jan, Melina, Alain, Simone, Janine, Linda, Petra, Adrianna, Rachel, Rachel, Melanie, Qiulia, Jessica, Jennifer, Elena, Pablo, Cornelia, Daniela, Sabrina, Fabia, Corinne, Alexandra, Marina, Jennifer, Dominique, Lena, Eva, Sophie, Hanna, Jeffrey, Daniel, Olivia, Salome, Michelle, Celine, Simone

Teufelsküche

Von **Philipp Venerus**



Der Frühling naht und es ist Zeit die Grundlage auszubauen. Das Gericht kann auch mit Peperoncino, Chili oder Cayennepfeffer feurig abgeschmeckt werden, je nach Saisonziel.

Lasagne al forno für 4-6 Personen

400g Lasagneblätter al dente kochen, kalt abschrecken

Ragout:

300g	Rindfleisch	gehackt
100g	Rohschinken	fein gewürfelt
1 kl.	Sellerie	fein gewürfelt
1	Rüebli	fein gewürfelt
1	Zwiebel	fein gewürfelt
2 El	Tomatenmark	
2 dl	Rotwein	
4 dl	Bouillon	
1 dl	Olivenöl	
1 El	Mehl, Salz, Pfeffer, Oregano	

Béchamel:

2 El	Butter	
2 El	Mehl	
5 dl	Milch	
	Salz, Pfeffer	
100 g	Parmesan	gerieben

Fleisch und Gemüse in Olivenöl anbraten, Tomatenmark dazugeben und bei reduzierter Hitze braun rösten. Mit Mehl stäuben und gut verrühren. Mit Rotwein ablöschen, Bouillon dazugeben mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Ungefähr 30 Minuten leicht köcheln lassen. Abschmecken. In einer Pfanne Butter zergehen lassen, Mehl dazugeben und rühren bis sich alles vom Boden löst. Die Milch einrühren und unter stetigem Rühren 10 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer ausgebutterten Gratinform abwechselnd Lasagneblätter und Fleischsauce einfüllen. Zuoberst die Béchamelsauce verteilen. Mit geriebenem Parmesan bestreuen und im Ofen bei 220°C gratinieren.

Mutationen

Von Jonny Schmutz

Eintritt aktiv

Felber Rolf (57), In den Nussbäumen 3, 4153 Reinach, Tel. 061/711 69 20
Felber Seja (54), In den Nussbäumen 3, 4153 Reinach, Tel. 061/711 69 20
Flubacher Cyril (95), Mattweg 95, 4144 Arlesheim, Tel. 061/702 08 03
Flubacher Markus (62), Mattweg 95, 4144 Arlesheim, Tel. 061/702 08 03
Jaeck Marco (68), Kaibmattweg 1, 4104 Oberwil, Tel. 061/422 04 73
Struck Phillip (98), St.Jakobs-Strasse 77, 4052 Basel, Tel.061/311 97 26
Struck Tania (70), St.Jakobs-Strasse 77, 4052 Basel, Tel 061/311 97 26
Studer Michael (84), Blumenstrasse 10, 4106 Therwil, Tel 061/721 47 45
Zulauf Dominic (87), Therwilerstrasse 60, 4153 Reinach, Tel. 061/711 12 50

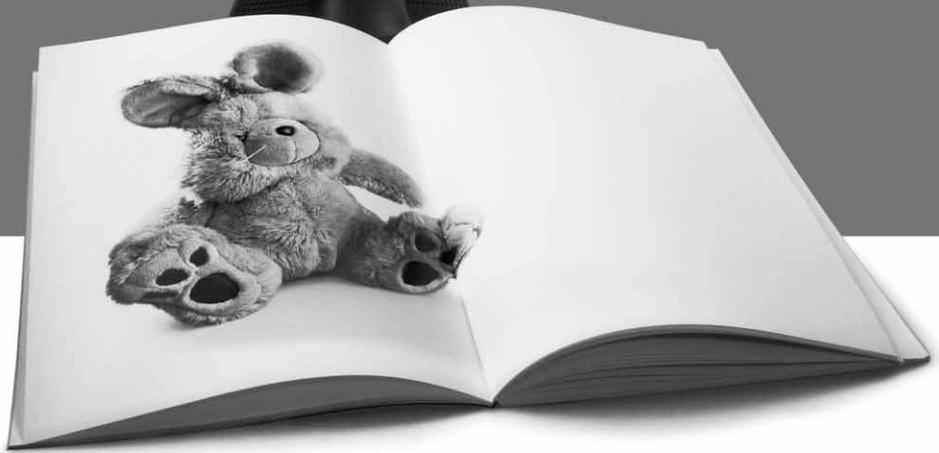
Austritte aktiv

Gasser Stephan
Kunz Eliane
Spörri Dominique

Adressänderung

Bannwart Andrea, Hauptstrasse 62, 4142 Münchenstein, Tel 061/411 29 78
Dähler Christina, Ifangstrasse 5, 8335 Hitnau
Klaber Fabian ??? (Bitte gib mir deine neue Adresse durch, Jonny)
Omlin Jürg, Brunnigasse 42, 3011 Bern
Struck Michael, St.Jakobs-Strasse 77, 4052 Basel, Tel.061/311 97 26
Natel 079/316 83 86
Wirz Dominic, Therwilerstrasse 12, 4153 Reinach, Tel. 061/711 63 04,
Natel 076/382 68 41

Es ist ein MUSS, Adressänderungen sowie Telefonnummern etc. bei mir zu melden, nur so können wir eine korrekte Mitgliederdatei führen und den Postversand gewährleisten!



**So gut wie echt.
Ob virtuell oder gedruckt.**

linsemann
Print Design NewMedia

Linsenmann AG, Eulerstrasse 73, 4009 Basel, 061 205 93 33, www.linsemmann.ch

Aufgeschnappt

ENERGIE LIVE

Energie aus der Dose

Wer kennt das nicht: Die Pausenbanane wurde zwar eingepackt, überlebt den Transport im voll gestopften Rucksack oder der prall gefüllten Sporttasche aber nicht unbeschadet. Dieses Erlebnis gehört nun endlich der Vergangenheit an. Die BanaBox sorgt dafür, dass die gelbe Energiespenderin bis zum Ort ihres Verzehrs intakt bleibt. Das Kunststoffei schützt Bananen unterschiedlicher Grösse gegen Druckstellen und hält sie länger frisch. Für rund 6 Franken gibts das gelbe Wunderding im Internet. www.banabox.de



Sichtbar bremsen



Was jedes Auto hat, gibts nun auch für Fahrräder: Bremslichter. Diwa nennt sich ein Set, bestehend aus Vorder- und Rücklicht. Einen Teil der vom Nabendynamo produzierten Energie speichert das Lichtsystem und leuchtet darum auch, wenn das Velo steht. Das Rücklicht leuchtet zudem immer dann stark auf, wenn das Fahrrad abbremst. Das intelligente Rücklicht gibts für 159 Franken im Fachhandel oder im Internet. www.simpel.ch



Der neue Clubbriefkasten...



Marktplatz

Zu Verkaufen:

Rennvelo Colnago Oval Master, Titanrahmen, Carbonsattel,
RH / L 55 / 55, Campagnolo Chorus 3x9, Rolf Vector Comp. Aeroräder,
Look Pedale,
Verkaufspreis sFr 2500.–

Kurt Oberer 061 711 37 16

Preisliste Inserate Ketten-Blatt

Die Inseratpreise verstehen sich für vier Ausgaben pro Jahr in schwarzweiss im Heftinneren. Hef-
tumschlag farbig auf Anfrage.

Kontakte und Infos: kettenblatt@bluewin.ch

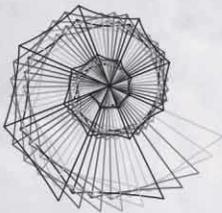
1 Seite Fr. 500.–

1/2 Seite Fr. 300.–

1/4 Seite Fr. 200.–

Internetlinks

www.fridi.ch
www.radmarathon.ch
www.einradspport.ch
www.up2u.ch
www.trail.ch
www.bikepatrol.ch
www.mtb-o.ch.vu



BORER DRUCK

Wir tun alles,
damit Sie auf Wolken schweben.

Wahlenstrasse 100
4242 Laufen

Telefon +41 (0)61 765 80 40
Fax +41 (0)61 765 80 49
info@borerdruck.ch
www.borerdruck.ch

Wer ist Wer im VC Reinach?

Vorstand

		Tel. privat	E-Mail
Präsident	Heinz Studer	061 711 08 77	studer.sun@bluewin.ch
Vizepräsident	Werner Gasser	061 713 81 62	wgasser@fiscalinet.ch
Kassier/Aktuar	Jonny Schmutz	061 711 15 39	jonnyschmutz@mydiax.ch
OK-Chef			
Veranstaltungen	Christoph Jenzer	061 706 52 68	christoph.jenzer@goldwurst.ch
Bike-Obmann/ Webmaster	Thomas Kaiser	061 713 13 23	thomaskaiser@intergga.ch
Tourenleiter	René Bourquin	061 413 21 35	rbourquin@netstore.ch
Materialchef	Peter Haag	061 411 32 76	petesbikeshop@fiscalinet.ch
Radsport-Obmann	Friedrich Dähler	061 721 66 10	friedrich.daehler@gmx.ch
Redaktor Ketten-Blatt	Philipp Venerus	061 712 01 38	kettenblatt@bluewin.ch

Vorschau Ketten-Blatt Nr. 90

Das nächste Kettenblatt erscheint: Anfang Mai 2005

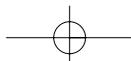
- Camp for Freaks
- Clubweekend
- Rennvelo Woche
- Swisspower Cup 2005
- Generalversammlung 2005
- Trainingslager Massa

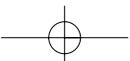
Redaktionsschluss: 5. April 2005

Beiträge an: kettenblatt@bluewin.ch



Trainings Rennvelo + MTB in verschiedenen Gruppen
 Montag + Donnerstag 18.15 Uhr
 vor dem Heimatmuseum
 Infos: Heinz Studer 061 711 08 77







**So gut wie echt.
Ob virtuell oder gedruckt.**

linsemann
Print Design NewMedia

Linsenmann AG, Eulerstrasse 73, 4009 Basel, 061 205 93 33, www.linsemmann.ch