



Newsletter 7 / 2024

Hoi zämä

Schon können wir wieder zusehen, wie die Blätter sich verfärben oder schon fallen, die Tage kürzer werden... Der Herbst nähert sich mit grossen Schritten.

Noch gibt es ein paar interessante OL's auf dem Terminkalender bevor dann der Abschluss an der TOM in Seon stattfindet.

Wir wünschen Euch eine hoffentlich goldige Herbstsaison.

Sportliche Grüsse und viel Spass beim Lesen.

Petra und Sandy

Unsere E-Mail-Adressen freuen sich auf «Nahrung»:

Petra: petra.frei74@gmail.com

Sandy: sanbe@sunrise.ch

Verschiedenes

- **Senioren-WM in Turku:** Im letzten Newsletter ging leider der **sehr gute 6. Rang** von **Hansruedi** beim **Sprint-A-Final** unter. Leider hatte er etwas Pech: der Rückstand vom fünf Sekunden auf die Bronze-Medaille kam beim letzten Posten zustande. Hansruedi musste nochmals zum letzten Posten zurück, da der erste Versuch mit der Emit-Card zu badgen nicht funktionierte.
- **Weltcup: Annick** konnte sich für das **Weltcupfinale** in Kuopio **qualifizieren**. Sie wird am Samstag, 28. September 2024 an der Mitteldistanz teilnehmen. Wir drücken fest die Daumen!!
- **Jugendcup 2024: Luc's** grosses Saisonziel war sich für die erste Mannschaft des Regionalkader ZH/SH zu qualifizieren. Das hat er geschafft und das ganze Team hat an beiden Tagen so viele Punkte geholt wie kein anderes. Somit gewann das ZH/SH Kader zum dritten Mal in Folge die Gesamtwertung des Jugendcups. **Ganz herzliche Gratulation!!**



OL – Rätsel

Wörterwarr: gesucht sind Wörter im Zusammenhang mit „OL“ (ä = ae)

MELAHPCEST = _____

GNERUILNNEBGNA = _____

EGEDNRNABE = _____

TPEFKPIRUTER = _____

ERBFEBOMDLER = _____

SESRETAR = _____

LRITEUALEF = _____

ZJIEASGERT = _____

CLEWLINPUAETF = _____

NLRBAEHEG = _____

Viel Spass beim Rätseln! Lösung erscheint im nächsten Newsletter. *Luc und Tim*

Lösung des Rätsels vom Newsletter 06/2024: HOCHSITZ

1. Hole
2. O-Ringen
3. Cholfirst
4. Hansruedi
5. Simona
6. Irchel
7. Tim
8. Zwei

OL-Nachwuchs-Weekend in Pfäffikon ZH

Samstag 26. Oktober 2024 - Sonntag 27. Oktober 2024

Unterkunft	Pfadiheim Hirschwil in Wald
Programm	Verschiedene spannende Trainings in und um Pfäffikon und die Teilnahme am Pfäffiker OL (JOM-Schlusslauf) am Sonntag. Natürlich darf auch ein unterhaltsames Rahmenprogramm nicht fehlen. Der genaue Treffpunkt sowie die Zeit werden später zusammen mit weiteren Lagerinformationen kommuniziert.
Teilnehmer	offen für alle im J+S-Alter
Kosten	Voraussichtlich max. 50 Franken (abhängig von Klubbeitrag und der Anzahl Teilnehmenden) für Mitglieder der OLG Schaffhausen, der OLG Dachsen, der OLG Zürich und der OL Zimmerberg, 100 Franken für alle anderen. Eine Rechnung mit dem genauen Betrag wird nach dem Wochenende verschickt. Inbegriffen sind die Teilnahme am Pfäffiker OL, die Trainings, die Verpflegung (ausser Lunch am Samstag), die Unterkunft, der Transport und das Rahmenprogramm.
Anmeldung	Anmeldeschluss ist der 18.10.2024. Anmelden bei nachwuchs@olzimmerberg.ch mit folgenden Angaben: <ul style="list-style-type: none">- Name, Adresse, Notfallkontakt- Geburtsdatum und Kategorie am JOM-Schlusslauf- Vegi ja/nein- Allergien- Bahnabo (GA/Halbtax/ZVV)
Auskunft	Ladina Feucht → nachwuchs@olgsh.ch oder Anik Bachmann → nachwuchs@olzimmerberg.ch

Wir freuen uns auf möglichst viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer =)



Öpfel-Trophy 2024

Die Öpfeltrophy 2024 ist schon wieder Geschichte. Am 6. September 2024 fand in Märstetten der zehnte und letzte Lauf statt. Im Anschluss des Wettkampfes fand die Rangverkündigung der Gesamtwertung statt. Zahlreich Mitglieder der OLG Dachsen durften das Podest besteigen.

HERZLICHE GRATULATION!!



Primarschüler: **3. Lars**



Sekschüler: **4. Tim**



OLK Damen: **1. Sabin**



OLK Herren: **2. Mäse / 3. Christoph**



OL Seniorinnen: **2. Käthi / 4. Lilian**



OL-Senioren: **1. Hansruedi**

SM Langdistanz auf der Bettmeralp

22.09.2024

Auch an dieser Schweizermeisterschaft konnte man wieder OLG Dachsen Jacken auf dem Podest erblicken.

Tim bei HAK und **Hansruedi** bei H70 haben trotz gemeinsamer Suchaktion kurz vor dem Ziel den **Schweizermeister** Titel erlaufen. **Herzliche Gratulation!!**



Silas, Tim, Lars und Luc



Wunderschöne Postenlage beim Dorf-OL



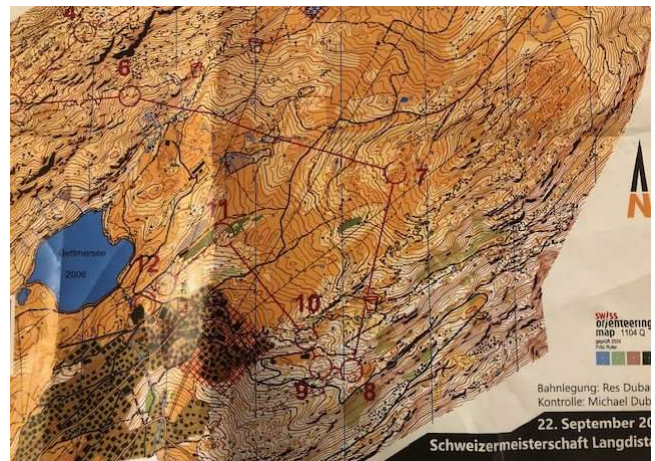
Kappelle Maria zum Schnee –
Wahrzeichen der Bettmeralp



Blick vom Aussichtspunkt Bettmerhorn
auf den Aletschgletscher



Tim auf dem obersten Treppchen



HAK-Bahn

(Fotos: Karin/Luc/Petra)

Rangliste SM

DAK:	Käthi	Po. fehl.	H10:	7. Lars
D50:	25. Petra		H12:	5. Silas
D65:	6. Iris		H14:	13. Luc
			HAK:	1. Tim F.
			H55:	27. Christoph
			H65:	21. Paul
			H70:	1. Hansruedi
				29. Peter A.
			H75:	8. Albert
			OM:	5. Karin und Tobias
				19. Beat Sch.

Resultate

30. August 2024

OLKD: 1. Sabin
16. Nora
24. Petra
OLSD: 2. Käthi
4. Lilian

9. Lauf Öpfel-Trophy

PRIMH: 2. Lars
SEKH: 4. Tim T.
OLKH: 3. Christoph
Mäse Po. f.
OLSH: 1. Hansruedi.
15. Albert
23. Peter A.

Amriswil

01. September 2024

DS : 6. Petra
S+E 140: 2. Gertrud

Zürcher OL

H12: 2. Lars + Silas
HA: 1. Tim + Christoph

Thalwil

06. September 2024

OLKD: 1. Sabin
24. Nora
OLSD: 2. Käthi
6. Lilian

10. Lauf Öpfel-Trophy

PRIMH: 3. Lars
SEKH : Tim T. Po. f.
OLKH: 1. Mäse
OLSH: 1. Hansruedi
13. Peter Ki.
16. Peter A.
Albert Po. f.
FUNK: 2. Christoph

Märstetten

07. September 2024

D60: 2. Karin G.
D65: 2. Käthi

Oberthurgauer OL

HAL: 14. Mäse
H65: 6. Paul
H70: 1. Hansruedi
H80: 3. Beat Sch.

Lau Thurwies

08. September 2024

DAL: 4. Joëlle
DAM: 6. Karin
D50: 16. Petra
D55: 7. Sabrina

Zürcher Oberländer OL

H10: 4. Lars
H12: 2. Silas
H14: 5. Luc
H18: 7. Tim F.
HB: 3. Tobias
H55: 5. Christoph
H60: 3. Roland
H70: 2. Hansruedi
14. Peter A.
H75: 8. Albert
H80: 5. Beat Sch.

Zinggen-Selamatt

14. September 2024

D50: 6. Petra
D60 : 6. Lilian
D65: 3. Iris

Welsiker OL

H10: 2. Lars
H12: 3. Silas
10. Tim T.
H18: 1. Tim F.
HB: 10. Tobias
H40: 2. Mäse
H55: 4. Christoph
6. Domi
H65: 2. Paul
H70: 9. Peter A.
H75: 2. Albert
10. Werner

Schneitberg

18. September 2024

D35: 6. Karin G.

Städtli OL Weesen

Städtli Weesen

21. September 2024

DAK: 3. Petra

Urseller OL

H10: 1. Lars
H12: 3. Silas
HAK : 1. Tim
2. Christoph
3. Luc
HB: 4. Tobias
H65: 11. Paul
H75: 5. Albert
H80: 8. Beat Sch.

Dorf Bettmeralp

Top oder Flop

Nach dem Flop im letzten Monat dürfen wir uns wieder über ein Top freuen.

Am Oberthurgauer OL in der Laui-Thurwies bestritt Karin G. nach gut 4 Monaten wieder einen OL in der Kategorie D60.

Von Posten 5 auf 6 lief Karin mit 7 Min. 9 Sek. Abschnittsbestzeit, die zweitschnellste verlor 1 Min. 20 Sek. und die spätere Siegerin in der Kat. D60 über 4 Minuten. Im Ziel konnte sie sich über den 2. Platz freuen.

Karin's Kommentar zu ihrer Abschnittsbestzeit:

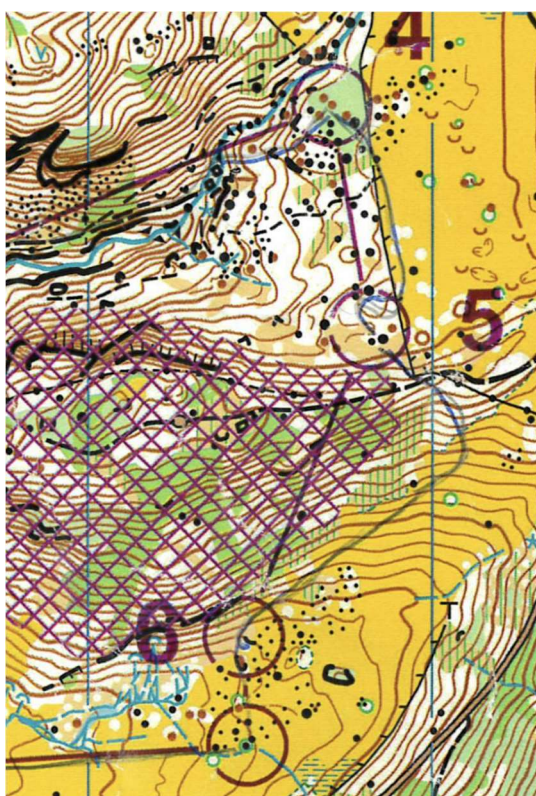
«Wir hatten dieselbe Bahn wie die D65, D16, DAK, H75. Bei D65 hatte Lisbeth Kuhn für die Teilstrecke von 5 zu 6 nur 6 Min. 12 Sekunden. Die schnellste D16-Läuferin benötigte für diese Teilstrecke nur 4 Min. 50 Sekunden! Ich hätte gewettet, dass Isabelle auf dieser Teilstrecke mehr als eine Minute schneller ist.

Ich wusste bereits vor Posten 5, wie ich weglaufen musste. Schnell war ich auf dem Weg oben und danach konnte ich gut durch den Wald hinunter auf die Weide gelangen. Im Weidegebiet bin ich dann langsam, aber stetig gelaufen (ohne anzuhalten zwischendurch). Ich hatte das Gefühl, nicht recht vorwärtszukommen, weil das Gelände für mich nicht gut belaufbar war und ich mich auf keinen Fall verletzen wollte (Weide). Im oberen Teil wurde ich von zwei Läufern rasant überholt. Dadurch wurde mein Gefühl nicht besser.

Es war meiner Meinung nach im letzten Teil der Strecke recht diffus (was war nun Wald, was nicht?), und ich hätte beinahe zu früh zu suchen begonnen. Dann bemerkte ich aber, dass das Gelände noch zu steil war und lief weiter. Ich hatte Glück, dass ich zwei andere Läufer sah, die zügig vom Posten wegliefen.

Ich kann es mir nicht anders erklären, als dass die meisten anderen Läuferinnen den Posten gesucht haben (eventuell, weil sie zu schnell unterwegs waren?)

Es hat sich wieder einmal gelohnt, vorsichtig und stetig zu laufen und dafür den Posten auf Anhieb anzulaufen. Ich war sehr, sehr überrascht, dass ich auf dieser Teilstrecke eine Bestzeit aufgestellt habe.»



Terminkalender

28. September 2024	7. Nat. A OL Mitteldistanz	Axenstein
29. September 2024	8. Nat. A OL Langdistanz	Stoos
05. Oktober 2024	thurgorienta OL	Haidenwald-Murenholz
19. Oktober 2024	NOM	Buchster Weid
20. Oktober 2024	Wiler OL	Hochwacht
26. Oktober 2024	Ostschweizer Bike-OL	Ermatingen/Salenstein
27. Oktober 2024	Pfäffiker OL / JOM Schlusslauf	Stoffel / Rosinli
01. November 2024	KM Jassen	
03. November 2024	TOM	Liebegg Süd
15. November 2024	KM Bowling	

(Alle Angaben ohne Gewähr)

Nähere Angaben über unsere Klubmeisterschafts-Veranstaltungen könnt Ihr auf unserer Homepage abrufen. Ihr bekommt die Infos auch per E-Mail zugesandt.

Wir hoffen, dass einige von Euch an diesen Wettkämpfen teilnehmen werden und wünschen natürlich viel Erfolg.

Der nächste und letzte Newsletter in diesem Jahre wird Mitte November publiziert.