



POSTEN 1 / 2020

MITTEILUNGSBLATT DER  
ORIENTIERUNGSLAUFGRUPPE  
ZÜRICH

mit Jahresprogramm für 2021



*OL-Posten in den 1960er-Jahren*

# ORIENTIERUNGSLAUF-GRUPPE ZÜRICH

POSTEN 1/2020 (Dezember)

---

## IMPRESSUM

<b>Verlag:</b>	Orientierungslauf-Gruppe Zürich PC 80-151-4 (ZKB Zürich)
<b>Redaktion:</b>	Janine Dünner, Hasenmatt 17, 8604 Volketswil Tel: 079 202 22 08, E-Mail: duenner.grau@bluewin.ch
<b>Erscheinungsweise:</b>	Erscheint in unregelmässigen Abständen 1 bis 2 mal pro Jahr
<b>Redaktionsschluss:</b>	Posten 1/2021 am 30. Nov. 2021
<b>Auflage:</b>	150 Exemplare
<b>Druck</b>	ADAG Copy AG, Universitätsstrasse 25, 8006 Zürich

**OLG Zürich - wer sind wir? - was machen wir?** ⇒ [www.olgzurich.ch](http://www.olgzurich.ch)

Wir sind ein politisch und konfessionell neutraler Sportverein mit Schwergewicht Orientierungslauf.

Unsere Karten-, Lauf- und Hallentrainings sind offen für alle Interessierten.

Die sorgfältige Einführung von Kindern und Jugendlichen in den Orientierungslaufsport sehen wir als unsere Hauptaufgabe.

Wir fahren zusammen an OL-Wettkämpfe in der ganzen Schweiz und hie und da auch ins Ausland.

Wir organisieren OL-Trainingslager für alle, die sich verbessern oder etwas Besonderes erleben möchten.

Auf Anfrage führen wir Lehrerfortbildungskurse „Einführung in den OL-Sport für Kinder und Jugendliche“ durch.

Wir unterstützen Lehrer und Schulen beim Durchführen von Orientierungsläufen.

**Neumitglieder sind bei uns jederzeit herzlich willkommen!**

Kontaktadresse: A. Schnyder, Moosstr. 72, 8038 Zürich  
E-Mail: andre\_schnyder@hotmail.com

# Clubmeisterschaft 2020 OLG Zürich, 15 August 2020

## Mullern im Glarnerland

<b>Herren (13)</b>		<b>4.7 km 290 Hm 21 P</b>				
1	Wey Benjamin	03	OLG Zürich	Zürich	47:43	0:00
2	Wey Andrin	99	OLG Zürich	Zürich	49:56	+2:13
3	Baumberger David	05	OLG Zürich	Zollikon	54:11	+6:28
4	Meyer Gil	86	OLG Zürich	Zürich	56:23	+8:40
5	Baumberger Christoph	71	OLG Zürich	Zollikon	1:04:16	+16:33
6	Frei Thomas	68	OLG Zürich	Zürich	1:05:35	+17:52
7	Trebicky Vladimir	84	OLG Zürich	Zürich	1:16:34	+28:51
8	Bruderer Stephan	72	OLG Zürich	Zürich	1:21:07	+33:24
9	Vieli Andreas	70	OLG Zürich	Zürich	1:32:58	+45:15
10	Nussbaumer Michael	90	OLG Zürich	Zürich	1:34:13	+46:30
11	Beck Severin	87	OLG Zürich	Zürich	1:43:01	+55:18
12	Dinner Jürg	66	OLG Zürich	Zürich	2:04:07	+1:16:24
13	Grau Peter	65	OLG Zürich	Volketswil	2:13:14	+1:25:31

<b>Damen (6)</b>		<b>2.9 km 110 Hm 13 P</b>				
1	Wey Lena	69	OLG Zürich	Zürich	40:40	0:00
2	Baumberger Barbara	72	OLG Zürich	Zollikon	52:23	+11:43
3	Svobodna Sarka	88	OLG Zürich	Zürich	55:29	+14:49
4	Köchle Noëlle	67	OLG Zürich	Uitikon Waldegg	1:07:04	+26:24
5	Werder Marlis	56	OLG Zürich	Fehraltorf	1:55:20	+1:14:40
	Dünner Janine	70	OLG Zürich	Volketswil	Fehlst	

<b>Senioren (3)</b>		<b>2.9 km 110 Hm 13 P</b>				
1	Werder Roland	54	OLG Zürich	Fehraltorf	38:52	0:00
2	Waser Franz	47	OLG Zürich	Truttikon	44:21	+5:29
3	Tritschler Urs	52	OLG Zürich	Zürich	44:58	+6:06

<b>Seniorinnen (3)</b>		<b>2.9 km 110 Hm 13 P</b>				
1	Kölla Brigitte	52	OLG Zürich	Zürich	39:43	0:00
2	Meyer Uschi	49	OLG Zürich	Zürich	57:46	+18:03
3	Waser Renate	49	OLG Zürich	Truttikon	1:44:48	+1:05:05

<b>Junioren (3)</b>		<b>2.5 km 90 Hm 12 P</b>				
1	Vieli Lawrie	04	OLG Zürich	Zürich	20:58	0:00
2	Dinner Nicolas	08	OLG Zürich	Zürich	24:18	+3:20
3	Baumberger Andrin	08	OLG Zürich	Zollikon	24:24	+3:26

<b>Juniorinnen (1)</b>		<b>2.5 km 90 Hm 12 P</b>				
1	Castenetto Eva	10	OLG Zürich	Zürich	37:32	0:00

# Orientierungsläufer seit 53 Jahren – Interview mit André Schnyder, Präsident der OLG Zürich

## Wie und wann bist du zum OL gekommen?

In der Jungwacht Schwamendingen waren einige, die den OL-Sport betrieben haben. Die haben mich mitgenommen und ich war sofort begeistert, das war 1967.

## Erzähl uns mal, wie ein Wettkampf in der Zeit organisiert war, als du angefangen hast?

Die Bahnlegung funktionierte nicht viel anders als heute. Auf einer leeren Karte wurden die Bahnen geplant und die Posten von Hand eingezeichnet. Schon damals wurden die Posten im Wald vorrekonosziert und vormarkiert.

Aber die Karten konnten nicht einfach von einem Computer gedruckt werden, da gab es noch keine Computer und Drucker. Die Karten wurden in einem aufwändigen Verfahren in einer Druckerei gedruckt für mehrere Jahre im Voraus. Da wurden vom Zürichberg schon mal 10'000 Karten gedruckt, die mussten dann für 5 bis 10 Jahre erhalten.

Das Postensetzen gab etwas mehr Arbeit als heute. Bis das Papierband am Baum fixiert und das Stempelbrett richtig umgebunden war brauchte es etwas mehr Zeit als heute.



*André Schnyder im Zieleinlauf der Fünferstaffel 1967 (Foto: August Fischer)*

Dafür standen aber auch wesentlich weniger Posten im Wald als heute. Es gab auch nicht so viele Kategorien. Ich weiss es nicht mehr so genau, aber ich denke mit 10 bis 15 Posten konnte ein mittlerer OL organisiert werden. Die Distanzen zwischen den einzelnen Posten waren im Allgemeinen wesentlich grösser als heute.

Am Wettkampftag gab es vor dem Start eine leere Karte, das waren Ausschnitte aus der Landeskarte 1:25'000 (hie und da auch schon mal 1:16'666) oft schwarz/weiss, auch mal schwarz/grün (der Wald war grün). Dann ging es zur „Püst“, das heisst Postenübertragungsstelle. Dort lag ein Brett am Boden mit einer aufgeklebten Karte, auf dieser war die Bahn von Hand eingezeichnet. Da musste die Bahn selber von Hand auf die eigene leere Karte übertragen werden. Meist war da nur der erste oder die ersten zwei oder drei Posten vorhanden.

Dann ging es zum Start. Ein Funktionär schaute, dass du pünktlich auf deine Startzeit gestartet bist (die Startzeit wurde von Hand auf die Karte geschrieben). Bei wichtigen Wettkämpfen gehörte das Abzeichnen der Posten auch schon mal zur Wettkampfzeit und es durfte erst nach dem Start abgezeichnet werden.

An den Posten war ein rot-weisses Papierband um einen Baum gewickelt und mit einer Schnur war ein Brettchen an den Baum gebunden, auf diesem Brettchen war ein Stempelkissen mit einer bestimmten Tintenfarbe befestigt und am Stempelkissen hing an einer weiteren Schnur ein kleiner Stempel mit einem Buchstaben. Als Postenquittung musste dieser Stempel in das Stempelfeld auf der Karte gedrückt werden und je nach dem, der nächste oder die nächsten paar Posten von einer Püst-Tafel übertragen werden.

Im Ziel waren zwei Funktionäre, einer las von einer laufenden Uhr deine Zielzeit ab, der andere notierte diese Zeit von Hand in eine von Hand erstellte Tabelle in der entsprechenden Einlaufreihenfolge. Ein weiterer Funktionär sammelte die Karten ein und legte diese in der Einlaufreihenfolge auf ein Nagelbrett. Die Karten wurden also auf einen Nagel aufgespiesst, so konnte die Einlaufreihenfolge nicht mehr durcheinander geraten.



*OL-Posten in den 1960er-Jahren*

Von Zeit zu Zeit wurde die Liste mit den Einlaufzeiten ebenfalls zuoberst auf das Nagelbrett gespiesst und mit einem Korkzapfen auf dem Nagel wurde das ganze gesichert und durchgezählt. Es mussten gleich viele Karten auf dem Nagelbrett sein, wie Zeiten auf der Liste. Dann wurde das Nagelbrett von einem Kurier ins Rechnungsbüro gebracht. Da waren je nach Laufgrösse, bis zu 20 Helferinnen und Helfer damit beschäftigt, eine Rangliste zu erstellen und vor allem die Stempel von jeder einzelnen Karte von Hand auf ihre Richtigkeit zu prüfen. Das war schon bei trockener Witterung eine schwierige Angelegenheit, bei Regen oft eine Lotterie nach dem Motto „im Zweifel für den Angeklagten“.

Die Rangliste wurde nach dem letzten Zieleinlauf mit einer Schreibmaschine geschrieben und mit den damaligen Kopiermöglichkeiten (Schnapsmatrizen) vervielfältigt und in der Woche nach dem Lauf per Post zusammen mit der entsprechenden Laufkarte an die Teilnehmenden verschickt.

### **Warst du schon bei der Gründung der OLG Zürich dabei? Kannst du uns etwas über die ersten Jahre unseres Vereins erzählen?**

1968 haben wir die OLG Jungwacht Schwamendingen offiziell gegründet. Das genaue Datum ist nicht mehr bekannt. August Fischer war der erste Präsident und heute noch Ehrenmitglied bei uns. (Er wird übrigens im Februar 2021 90 Jahre alt.)

Von den damaligen Gründungsmitgliedern sind heute noch Roland Werder und ich dabei. Damals sind wir einmal pro Woche zusammen joggen gegangen im Zürichberg, wir waren meist so 4 bis 6 Teilnehmer. Kartentrainings fanden praktisch keine statt. An den Wochenenden sind wir oft an Wettkämpfe in der ganzen Schweiz gefahren, immer mit Privatautos.

Das grosse „Jahreshighlight“ war jeweils die Pfingststaffel im Jura. Da waren wir immer dabei, aber selten mit sieben eigenen Mitgliedern, wir mussten jeweils an der Läuferbörse noch „einkaufen“ gehen.

1984 haben wir dann den Namen geändert in OLG Schwamendingen, da wir keinen Bezug mehr hatten zur Jungwacht Schwamendingen und von dort auch kein Nachwuchs herkam.

1996 haben wir uns zum zweiten Namenswechsel entschieden. Da wir der einzige OL Club in der Stadt Zürich waren und von den damaligen Mitgliedern praktisch niemand mehr in Schwamendingen wohnte, erachteten wir es als sinnvoll, den Namen in OLG Zürich anzupassen.

### **Wie ist es dazu gekommen, dass du eine Firma im Bereich OL gegründet hast?**

Am schwedischen 5-Tage OL im Sommer 1997 habe ich zum ersten Mal das System mit den elektronischen Posten an einem Demonstrationsstand gesehen. Ich habe mich erkundigt, woher das System kam und wurde an SPORTident in Deutschland verwiesen.

Zu diesem Zeitpunkt waren wir mit unserem Club an den Vorbereitungen für den Tomila-OL im November 1997, der von der Forch über den Pfannenstiel und Adlisberg nach Zürich-Fluntern auf die ASVZ-Sportanlage führen sollte.

*André  
Schnyder am  
Zürifuchs  
2019 (Foto:  
Marcel  
Combat)*



Als ich aus Schweden zurück war, habe ich als erstes mit SPORTident in Deutschland telefoniert und dem Firmenchef Siegfried Ritter, der übrigens auch Orientierungsläufer ist, meinen Plan vorgestellt, den Tomila-OL mit seinem System durchzuführen. Er war sofort begeistert und ist für den Tomila-OL 1997 zusammen mit dem Softwarehersteller Stephan Krämer und allem notwendigen Material zu uns nach Zürich gereist. Wir haben dann den Tomila-OL tatsächlich mit SPORTident durchgeführt. Für diese „Pionierarbeit“ habe ich dann vom Schweizerischen OL-Verband im Nachhinein noch einen Verweis erhalten, da ich keine Sonderbewilligung eingeholt hatte, der Verband war aber sehr wohl im Voraus über mein Vorhaben informiert worden und hat mir das nicht verboten.

Durch diesen Tomila OL hat sich eine immer engere Zusammenarbeit mit SPORTident ergeben und als ich dann schleichend in die Rolle einer Vertretung von SPORTident in der Schweiz gerutscht bin, habe ich mir mit 50 Jahren überlegt, ob ich jetzt noch bis zu meiner Pensionierung als Berufsschullehrer arbeiten oder ob ich noch etwas eigenes auf die Beine stellen soll. Der Job als Berufsschullehrer gefiel mir eigentlich ganz gut, aber mit der damaligen Schulleitung hatte ich das Heu nicht immer auf der gleichen Bühne. Das mag auch dazu beigetragen haben, dass ich mich dann für einen Neubeginn entschied. Meine technische Grundausbildung und die Faszination der neuen Technik im OL-Sport haben schliesslich dazu geführt, dass ich mein Hobby zum Beruf machte. Es hat funktioniert und ich habe es bis heute nicht bereut.

### **Was war dein grösster Erfolg als OL-Läufer?**

Ich war nie ein sehr erfolgreicher Orientierungsläufer, dazu war ich läuferisch zu schwach. Ein schöner Erfolg war sicher der Sieg in der Kategorie Familien, mit Flurin, am 2-Tage Gebirgsmarathon in St. Antönien. Aber der dritte Rang am traditionellen Zürcher OL 1996, zusammen mit Daniel Widmer und meinem Sohn Flurin in der Hauptkategorie Herren A im Zürichberg-Adlisberg, war für mich schon ein grosser Erfolg. An Meisterschaften und Nationalen OLs war ich nie in den ersten Drei.

### **Und an welchen Wettkampf, den du (mit-)organisiert hast, hast du besonders positive Erinnerungen?**

Das war der Nationale OL auf der Bettmeralp im Jahr 1994. Wir haben da mit unserem kleinen Club OLG Schwamendingen ohne fremde Hilfe, weitab von der Heimat, in einem Supergelände einen sehr schönen Wettkampf organisiert. Wir hatten dabei eine sehr grosse Unterstützung vom Tourismusverein und den Bergbahnen Bettmeralp.



*Zürifuchs 2020 (Foto: Heinz Schluep)*

### **Welches war in all den Jahren der schönste oder eindrucklichste Wettkampf für dich?**

Das war schon mein erster 5-Tage OL in Schweden 1991. Es war die unglaubliche Grösse dieses Anlasses mit über 10'000 Teilnehmenden und einer nahezu perfekten Organisation. Auch das schwedische Gelände hat mich fasziniert.

### **Welches Wettkampfgelände magst du persönlich am liebsten?**

Den Westschweizer Jura habe ich sehr gerne, aber auch alpines und nordisches Gelände gefällt mir sehr.

### **Du bist als Präsident schon oft wiedergewählt worden. Was machst du als Präsident besser als Donald Trump?**

Ich lüge nicht jedes Mal, wenn ich den Mund aufmache.

### **An welchem speziellen Ort auf der Welt möchtest du mal einen OL bestreiten oder organisieren?**

Ich habe zwei Nationale OLs auf der Bettmeralp als Laufleiter organisiert und bin über zehn Mal als Teilnehmer am schwedischen 5-Tage-OL gestartet. Ich denke das kann nicht mehr getoppt werden.

## Nacht-OL – Immer gut für besondere Erlebnisse!

### Erster Lauf zum Nacht OL Cup 2020



Franz Waser

Ich hatte mich bei Gil Meier als Helfer beim Nacht OL am Zürichberg gemeldet. Dabei war ich doch vorbelastet mit einem falsch gesetzten Posten im Jahr zuvor. Gil vergibt mir abermals den gleichen Teil vom Zürichberg. Meine Postenarbeit beginnt prächtig! Zielposten setzen, etwas weiter oben den letzten Posten. Dann war auch schon Schluss mit meinen Postenstangen. Also rannte ich zurück zu unserem Lager. Da machte schon eine Polizeibeamte ihre Runde um die parkierten Autos. Sofort sprach ich sie an. «Gute Frau ich habe vergessen einen Parkschein zu lösen, mein Portemonnaie aber ist in der Garderobe und ich komme nicht an den Badge». Nach einigem Zögern war sie mir erfolgreich behilflich am tückischen Kästchen. Den Code hatte ich mir ja richtig eingeprägt. Sofort schnappe ich mir in unserem Lager Stangen und Autoschlüssel und fahre hinauf Richtung Ziel beim Hotel «Zürichberg». Freitagnachmittags finde ich am Waldrand eine Lücke, abermals in einer Grauzone; Vorderräder im Fahrverbot, Hinterräder im Waldsträsschen. Los geht es, an die Arbeit. Ich freue mich über die gute Karte und über das Gelände – trocken, schneefrei, übersichtlich.

Aber nervös wie an einer Meisterschaft setze ich einige Posten ohne die Flagge anzuhängen. Also noch eine Zusatzrunde drehen. Schliesslich gibt es diesen ominösen Posten «Sumpfstreifen». Ich verlasse die Strasse, halte mich schräg den Hang hinunter und komme zu der sumpfigen Partie. Prompt wieder falsch! Jetzt ohne Schnee erkenne ich die falsche Mulde sofort. Also auffangen! Hinunter zum Weg rechts, nochmals rechts den Wassergraben hinauf bis er in den richtigen Sumpfstreifen ausläuft. Das Wasserloch oben auf dem Rückweg erweist sich noch tückisch zum Auffinden, aber der Standort ist schliesslich eindeutig. Mittlerweile wird es schon höchste Zeit um ins Laufzentrum zurückzukommen und Betriebsbereitschaft zu melden.

Während des Laufes hing ich etwas verloren in der Garderobe herum. Ich wartete bis der letzte Läufer im Ziel eintraf. Dann startete ich den Rückbau meines Teiles der Posten. Zum Glück blieb mein Parkplatz in der Grauzone unbelegt, die zahlreichen Gäste waren im Hotel verschwunden und ich war zufrieden mit dem höher verlegten Stützpunkt in der Grauzone.

Ich komme gut voran bei dem Superwetter für meine nächtliche Aufgabe; es war sicher kein Winterwetter. Mein Rucksack füllt sich schnell mit dem eingesammelten Postenmaterial. Nun bin ich gespannt, wie ich den Posten XY «Sumpfstreifen» finden werde. Vom höher gelegenen Muldenposten steuere ich den Hang hinunter über die Strasse auf den kleinen Geländekamm weiter tiefer, dann rechts die Flanke hinab zur Mulde. Da blinzelt der Posten still und freundlich mir entgegen. Jetzt kann ich überhaupt nicht mehr verstehen, wie ich den Posten letztes Jahr



falsch setzen konnte. Den Grabenposten will ich direkt angehen. Das Brombeerfeld davor, schwer zu durchkämpfen, aber ich komme genau über dem Posten an die Grabenkante.

Vorsichtig steige ich hinunter und die andere Seite hoch. Ich steuere auf die Waldhütte am Weiher zu. Mit meiner beunruhigend schwach werdenden Stirnlampe versuche ich Ordnung in meine Sammlung zu bringen. Wie bei einem Dudelsack Bläser ragten die Postenstangen aus dem Rucksack. Ich trug den Sack aber nicht auf dem Bauch, sondern auf dem Rücken. Im nächtlichen Zürichberg sah es eh kein Mensch! Keiner? Doch Einer!

Als ich den Kopf etwas drehe, sehe ich einen Mann still und wohl erstaunt auf der Nebenbank sitzen, der meinem eiligen Tun zuschaut. Ich erkläre ihm, dass ich hier ein Depot mache und zwei weitere Einheiten einsammeln will. «Ich bin gleich zurück». Ich trabe jetzt ohne Ballast und hole mir die zwei Posten. Ich bin froh, dass ich den Teil schon tagsüber aufsuchte, denn die Batterie verlässt Lampe und mich Richtung Nullpunkt.

Wieder bei der Hütte, sehe ich; - der Mann will hier nicht nächtigen sondern er arbeitet mit seinem Laptop. Gerne hätte ich ihn gefragt, ob er das Nachtleben vom Zürichberg studiere, aber die Batterie erlaubt mir nicht, mich auf ein Gespräch einzulassen.

Für das Wasserloch brauche ich noch ein klein wenig Licht. Gegen den Waldrand leuchtet das Restlicht, von der Grossstadt hilfreich hinauf und erlaubt mir auch den letzten Posten und das Ziel zum Auto zu bringen. Tagsüber ist das ganz anders; da kommt kein Licht, es dröhnt ein sich ständig wiederholendes, nerviges Sirenengeheul hinauf in den Zürichbergwald.

Das Kästchen für den Badge lässt sich dieses Mal problemlos öffnen. Im Lager lege ich das Material aus und zähle ab: 14 Stangen, 14 Stempereinheiten, 14 Flaggen. Das mir selbst gesteckte Ziel ist erreicht. Ich freue mich. Ich komme noch vor Mitternacht heim. Ich setze mich ins Auto und fahre Richtung Norden.

31. Januar, 2020, 23 Uhr. Aussentemperatur 11 Grad Celsius plus



# Meine Erfahrungen in Clermont-Ferrand – dem OL-Hotspot von Frankreich

von Hanna Wey

Studium, Praktikum, Sprachaufenthalt oder gar eine Weltreise? Die Möglichkeiten nach der Matura sind vielfältig. Ich entschied mich für einen sechs monatigen Sprachaufenthalt in Frankreich kombiniert mit der Möglichkeit, viel OL zu machen. Gerne möchte ich euch von meinen Erfahrungen in Clermont-Ferrand erzählen.

Wie so vieles, ist auch der OL-Sport in Frankreich zentralistischer organisiert als wir das aus der Schweiz kennen. So gibt es zum Beispiel eine Liste, aller französischen Athletinnen und Athleten, die einem Kader oder einer Anschlussgruppe angehören, welche vom Sportministerium in Paris genehmigt wird. Im Grunde genommen gibt es mit Lyon und Clermont-Ferrand zwei Zentren, in welchen sich der französische OL-Sport auf Stufe der Junioren und Elite abspielt. Viele Junioren und Juniorinnen entscheiden sich daher für ein Studium in einem dieser beiden Städten. Die Athleten profitieren so von einem hochwertigen Trainingsangebot und tollen Trainingspartnern. Und natürlich auch von der Möglichkeit, gleich schon die passenden Mitbewohner zu kennen.

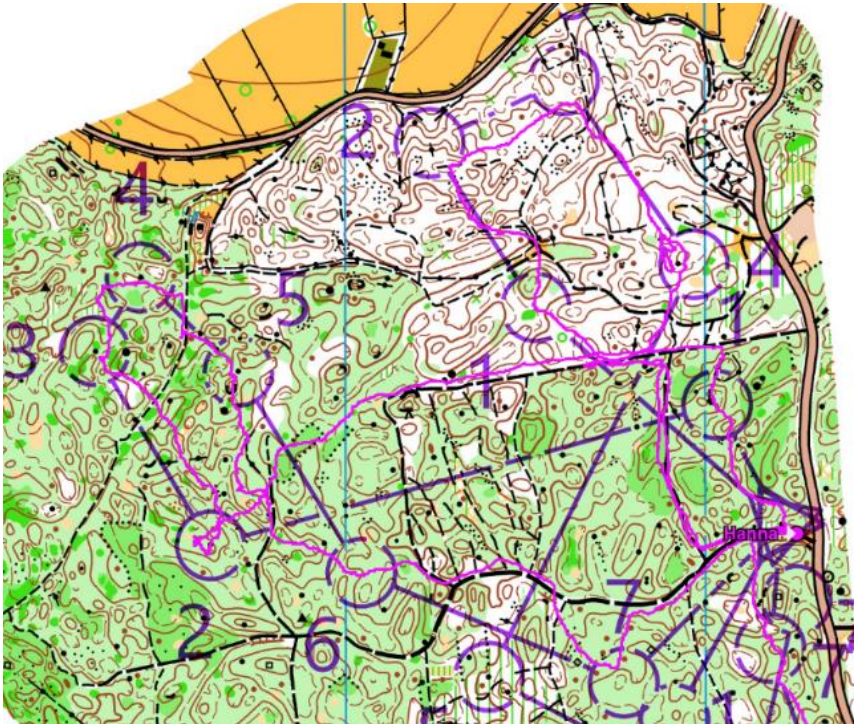
Ich hatte die Möglichkeit, mich ab September 2019 der Trainingsgruppe in Clermont-Ferrand anzuschliessen. Wir waren eine tolle Gruppe von ungefähr zwölf jungen Sportlern, welche gemeinsam trainierten. Ich wohnte mitten in der Stadt in einer OL-WG, in welcher gerade ein Zimmer frei wurde. Nebenbei besuchte ich eine Sprachschule, mit dem Ziel, mein Französisch auch in anderen Bereichen als dem OL-Vokabular zu verbessern. Doch die Trainings, sowie auch die gemeinsamen Spielabende mit der Trainingsgruppe, waren eine super Möglichkeit, mein Französisch anzuwenden und zu verbessern.

Wir trafen uns mehrmals in der Woche fürs gemeinsame Training. Sei es für ein OL-Training, fürs Krafttraining oder auch nur für einen lockeren Dauerlauf. Der für die Trainingsgruppe eigens angestellte Trainer organisierte für uns jede Woche ein bis zwei OL-Trainings. In den Wintermonaten waren dies unter der Woche meist Nacht-OL Trainings. Zusätzlich machten wir an den Wochenenden manchmal normale Tag-Trainings. Die Wälder rund um Clermont-Ferrand sind sehr interessant und haben einen speziellen Charakter. Sie sind etwas vergleichbar mit denjenigen im Jura, jedoch ist die Sicht oft eingeschränkter. Das Relief ist aufgrund der vielen Vulkane in dieser Gegend sehr fein coupiert. Die meisten Karten sind wegen den vielen Details im Massstab 1:7'500 aufgenommen. Da der Untergrund oftmals auch recht ruppig ist, verliert man schnell die eingeschlagene Richtung und der regelmässige Blick auf den Kompass ist unabdingbar, gerade in der Nacht. Technisch sind die Wälder also anspruchsvoll und dementsprechend war ich zu Beginn etwas überfordert. Doch glücklicherweise bestanden die Bahnen oft aus mehreren Schlaufen, sodass man jeweils wieder zurück zum Besammlungsort kam und sich nochmals mit voller Konzentration der neuen Aufgabe stellen konnte. Meistens hatte dort der Trainer das Tablet mit den Live-GPS-Tracks. Im Idealfall konnte man sich also gleich den gemachten Fehler anschauen und sich überlegen, was man das nächste Mal besser machen möchte. Das habe ich so aus der Schweiz noch nicht gekannt. Ein weiterer Unterschied war, dass uns ein eigener Minibus zur

Verfügung stand, mit welchem wir zu den Trainings fahren konnten. So waren wir sehr flexibel bezüglich Abfahrtszeit und Trainingsbeginn.

In der Umgebung von Clermont-Ferrand gibt es auch viele kleine Dörfer die sich hervorragend für Sprinttrainings eignen. Auch hier scheute der Trainer keinen Aufwand. So haben wir zum Beispiel auch Trainings mit Gegnerkontakt und Gabelungen oder mit künstlichen Sperrgebieten gemacht.

Zwei Beispiele von OL-Karten aus der Region.

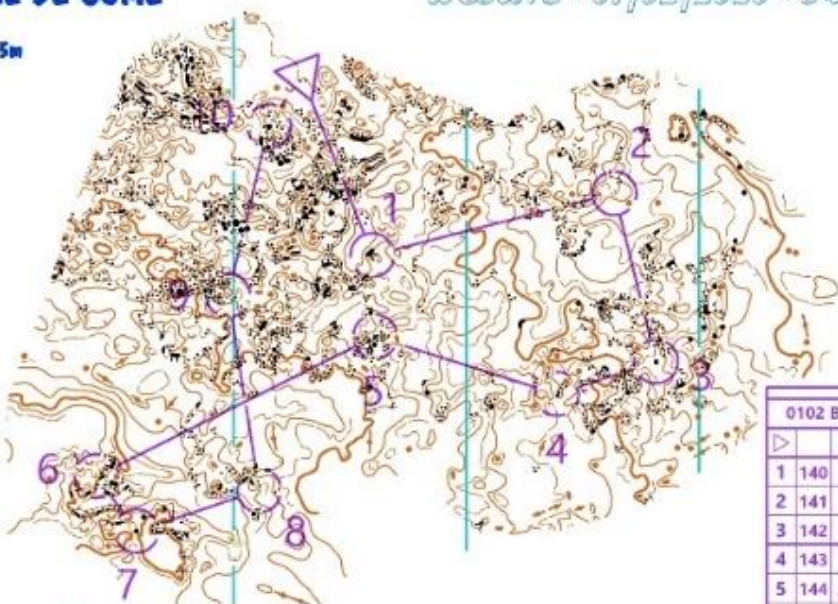


Ein Ausschnitt von einem Nacht-OL-Training in der Nähe von Clermont-Ferrand. Dank dem GPS-Gerät konnte ich nach dem Training jeweils die gelaufene Route und die Fehler analysieren und auswerten.

**CHEIRE DE COME**

WESLNY3 - 01/02/2020 - Prise de Contact

1/7500 - 5m



0102 B		2,4 km	
▷		▽	
1	140	⋈	
2	141	∧	—
3	142	▲	Q
4	143	—	⊥
5	144	↗	○
6	145	∧	—
7	146	▲	Q
8	147	∧	⋈
9	148	⊙	○
10	149	▲	○

Auf dieser Karte sind nur die Steine und das Relief dargestellt, umso wichtiger ist die Richtungskontrolle und das Distanzgefühl.

Neben den OL-Trainings versuchten wir oft auch die Lauftrainings gemeinsam in kleineren Gruppen zu absolvieren. An den Wochenenden oder an einem freien Nachmittag verschlug es uns auch mal etwas raus aus der Stadt. Die winterlichen Longjogs von einem Vulkan zum nächsten werden mir noch lange in Erinnerung bleiben. Denn unter der Sonne auf frisch verschneiten kleinen Wegen zu rennen macht bedeutend mehr Spass als eine Runde im vernebelten Züriberg. Dies war natürlich nur möglich, weil wir den Minibus frei nutzen konnten und weil es in Frankreich üblich ist, gleich mit 18 Jahren die Fahrprüfung zu machen.



*Longjog im Vulkangebiet bei Clermont-Ferrand. Im Hintergrund der Puy-de-Dôme, das Wahrzeichen der Stadt und UNESCO-Weltkulturerbe.*

Ein weiterer fester Bestandteil des Trainings war das Krafttraining. Das war die grösste Umstellung für mich im Vergleich zum Training welches ich mir gewohnt war. Der Fokus lag ganz klar auf der Beinkraft und wir waren oft im Krafraum und trainierten mit Langhanteln. Das brauchte alles ein wenig Angewöhnungszeit. Bisher hatte ich noch nie so viel Zeit und Energie ins Krafttraining gesteckt. Es gab Phasen, da war der Muskelkater vor dem nächsten Training noch nicht weg. Doch mit der Zeit fand ich immer mehr Gefallen am Krafttraining, gerade weil wir eine gute Stimmung in der Gruppe hatten und auch die richtige Musik nie fehlte.

In den knapp sechs Monaten in welchen ich in Clermont-Ferrand weilte, konnte ich extrem vom Trainingsangebot profitieren. Ich habe mich als Athletin in allen Bereichen weiterentwickelt. Es war für mich eine neue Erfahrung, meinen Alltag so sehr auf den Sport und das Training auszurichten. Gerade die vielen OL-Trainings halfen mir, die technischen Abläufe zu automatisieren. Zum Beispiel kontrolliere ich nun automatischer und öfters die Richtung. Denn ich habe gelernt, dass Fehler sehr schnell passiert sind, wenn man in solchem Gelände nicht regelmässig auf den Kompass schaut. Doch auch neben dem Sport hatte ich die Möglichkeit, viele neue Begegnungen zu machen. So traf ich in der Sprachschule auf viele ausländische Studenten und kam dank den vielen aus Asien stammenden Mitschülern das erste Mal mit einer mir bis dahin fremden Kultur in Kontakt.

Leider musste ich aufgrund der Corona-Pandemie früher als geplant zurück in die Schweiz reisen. Zuerst wollte ich trotz der geschlossenen Universitäten und ersten Einschränkungen im öffentlichen Leben in Frankreich bleiben, doch schon bald zeichnete es sich ab, dass Präsident Macron weitere Massnahmen beschliessen und eine strenge Ausgangssperre verhängen wird. So packte ich Mitte März etwas überhastet einen Teil meiner Sachen und nahm einen der letzten Züge Richtung Genf. Ich wäre wirklich sehr gerne noch länger in

Clermont-Ferrand geblieben. Auch wenn ich zu Beginn oft mit der Situation haderte, war es eine gute Entscheidung zurück in die Schweiz zu kommen. Denn während wir hier, zwar alleine aber ohne Bewegungseinschränkungen, weitertrainieren konnten, durften die Franzosen nicht mehr als einen Kilometer von ihrem Wohnort weg. Da macht das Lauftraining selbstverständlich weniger Spass. An OL-Trainings oder Ausfahrten auf dem Velo war in dieser Zeit nicht zu denken.

So trainierte ich in den nächsten Wochen statt mit einer coolen Gruppe gleichaltriger Junioren vor allem alleine oder mit meinen Brüdern. Doch da ich sowieso viel Zeit hatte und ich nicht jemand bin, der mehrere Tage nur rumsitzen kann, fiel mir das Training weniger schwer als zuerst befürchtet. Einzig für das Krafttraining war ich etwas weniger motiviert als ich es von Frankreich her gewohnt war. Grundsätzlich habe ich also mehr oder weniger gleich weitertrainiert. Als sich jedoch abzeichnete, dass wohl die gesamte Frühlingssaison und mit den Testläufen für die Junioren-WM auch mein grosses Ziel ins Wasser fallen wird, begann ich etwas mehr mit der Situation zu hadern. Ich fühlte mich so gut auf die Saison vorbereitet, habe unzählige Posten angelaufen und war auch physisch bereit. Doch leider musste ich mich bis im August mit dem ersten Wettkampf gedulden.

Ich entschied mich, die Sommermonate in den Bergen zu verbringen und mit einer Anstellung im Service einer Alpwirtschaft im Toggenburg weitere coole Erlebnisse und Erfahrungen zu sammeln. Es war mir wohl nicht ganz so bewusst, dass damit das Training und die Vorbereitung auf die anstehenden Wettkämpfe so stark beeinträchtigt werden würden. So ist es mir leider nicht gelungen, meine gute Form und mein Selbstvertrauen aus dem Frühling an die Wettkämpfe im Herbst mitzunehmen. Entsprechend war ich mir zwischendurch nicht sicher, ob das Arbeiten im Service wirklich eine gute Entscheidung war. Doch im Nachhinein muss ich sagen, dass es sich gelohnt hat. Das Training war zwar nicht ideal, aber dafür habe ich viel Neues gelernt und Erfahrungen fürs Leben gesammelt.

Umso motivierter bin ich nun für die Saison 2021. Es wird meine letzte Saison als Juniorin sein bevor dann in einem Jahr der Sprung zur Elite ansteht. Im September habe ich mein Studium in Fribourg begonnen und habe nach dieser speziellen Saison die Vorbereitung fürs nächste Jahr bereits in Angriff genommen. Mein Ziel ist es, mit einem guten Wintertraining im nächsten Frühling konstante Wettkämpfe zu laufen und mich für einen internationalen Anlass zu selektionieren. Es wird nicht einfach sein, dieses Ziel zu erreichen, aber ich bin bereit, viel dafür zu investieren. Doch wenn wir dieses Jahr etwas gelernt haben, dann ist es folgendes: Wettkämpfe und Resultate sind das eine, der viel wichtigere Teil ist jedoch die Begeisterung und der Spass am Sport und am Training. In diesem Sinne wünsche ich euch allen auch im nächsten Jahr viel Freude und Gesundheit bei all euren sportlichen Aktivitäten!



## Absage der TOM: Äusserst schade, aber richtig

Die OLG Zürich wäre dieses Jahr gemeinsam mit der OLK Piz Hasi Veranstalter der Schweizermeisterschaft im Team-OL (TOM) gewesen. Wegen der stark steigenden Corona-Fallzahlen musste die Veranstaltung jedoch Ende Oktober abgesagt werden. Da die Absage erst wenige Tage vor dem Wettkampftermin erfolgte, hatte das Organisationskomitee die Vorbereitungsarbeiten schon weitgehend abgeschlossen. Stellvertretend für die zahlreichen Beteiligten berichtet **Bahnleger Lars Widmer** im Interview über fast zwei Jahre Vorbereitung.

**Zahlreiche OL-Wettkämpfe konnten dieses Jahr trotz Corona durchgeführt werden. Die TOM, bei der du das Amt als Bahnleger hattest, musste hingegen kurzfristig abgesagt werden. Wie enttäuscht warst du?**

Es ist natürlich äusserst schade dass sich der viele Aufwand nicht gelohnt hat. Es war in dieser Situation aber eindeutig die einzig richtige Entscheidung. Zu diesem Zeitpunkt wurde im Schnitt jede 1000ste Person im Kanton Zürich pro Tag infiziert, wir hätten also fast sicher einige infizierte Personen vor Ort gehabt.



**Wie viel Zeit hast du aufgewendet, um die Bahnen für die TOM vorzubereiten?**

Das ist für mich schwierig zu beantworten, ich habe die Stunden nicht gezählt. Schätzungsweise waren es zwischen 100 und 150 Stunden. Ich hatte den Aufwand zu Beginn deutlich unterschätzt, da die Bahnlegung für Trainings so viel weniger Zeit (pro Bahn) in Anspruch nimmt.

**War nun die ganze Arbeit für die Katz oder kann man die von dir kreierten Bahnen für eine andere Gelegenheit brauchen?**

Die Hoffnung auf eine TOM 2021 im Adlisberg lebt noch. Ich hoffe, dass wir die TOM im 2021 durchführen können. Das hängt nun von den Veranstaltern der TOM's in den kommenden Jahren und dem SOLV ab. Auf jeden Fall behalten wir die Bahnen geheim. Wenn es mit der Verschiebung nicht klappt, können wir sie möglicherweise später mal für ein Training brauchen.

**Kannst du uns etwas über das Vorgehen erzählen?**

Ich habe im Januar 2019 damit begonnen, mir auf der alten Karte mir Routenwahlprobleme zu suchen. Darin war neben mir noch meine Schwester Lea involviert. Im Sommer war ich dann ein paar Mal mit der alten Karte im Wald und habe Postenstandorte und das Terrain begutachtet. Ich machte mir erste Gedanken zur Bahnanlage und zur Platzierung von Start und Ziel. Als dann endlich eine erste Version der neuen Karte existierte, habe ich viel Zeit damit verbracht, diese zu Hause zu studieren. Um die Bewilligungen für den Wettkampf zu erhalten, brauchten wir dann eine präzisere Bahnanlage und mussten uns mit den Gemeinden auf Sperrgebiete (für das Wild) einigen.



Im Frühjahr und Sommer 2020 arbeitete ich dann an den einzelnen Bahnen, und nützte dabei die Routenwahlprobleme, die Ich im ersten Schritt identifiziert hatte so gut wie möglich. Um allen Teilnehmern möglichst gut angepasste und spannende Bahnen anbieten zu können, haben mich Severin, Gil und Martin in dieser Phase konstruktiv kritisiert. Dies fand, weil ich mich in dieser Zeit nicht oft in Zürich aufhielt, vor allem vor dem Bildschirm statt.

Der letzte grosse aufwändige Teil war dann das Setzen und Kontrollieren der Vormarkierungen für die Postenstandorte. Jeder Postenstandort muss dafür angelaufen werden, und zwar im Optimalfall drei Mal: 1. Um sicherzustellen, dass die Karte an diesem Ort korrekt ist, und das Postenobjekt brauchbar ist. 2. Um den Posten mit einem kleine gelben Hölzchen vorzumarkieren. 3. Um den Standort des Hölzchens zu kontrollieren.

Bei dieser grossen Arbeit halfen mir Timo, Severin und Gil. Zuletzt musste dann noch die Zeichnung verbessert werden indem man also um die Leserlichkeit zu verbessern z.B. Striche unterbricht und Postennummern verschiebt.



**Spielt es bei der Bahnlegung eine grosse Rolle, dass es ein Teamwettkampf ist?**

Ja, für die Bahnen selbst spielt es eine grosse Rolle, da man sich auch Überlegungen machen muss, wo sich die Läufer bewegen, die den Badge nicht tragen, und wie die Bahn aufteilbar ist.

**Wie bist du dabei vorgegangen?**

Ich habe dazu auch die Bahnen der TOM 2018 und TOM 2019 betrachtet, hauptsächlich aber mit eigenen Erfahrungen gearbeitet. Ich finde, dass dies die Bahnlegung zu einer Art Puzzle macht. Es ist ein spannendes Problem, das man lösen muss.

**Bist du jede Bahn selbst einmal probetalber gelaufen?**

Nein, dafür hatte ich leider keine Zeit. Ich bin viele Postenverbindungen gelaufen, aber nicht alle Bahnen.

**An welchem speziellen Ort auf der Welt wärdst du gerne mal bei einem OL als Bahnleger oder als Läufer dabei?**

Ich habe schon mal etwas über OL in Grönland gelesen; da würde ich äusserst gerne mal laufen. Zunächst möchte ich mich aber etwas mehr auf den Ski-OL konzentrieren. Mein Ziel ist es da, in diesem Winter (falls es überhaupt Wettkämpfe gibt...) definitiv in der Elite anzukommen. Oder anders gesagt träume ich natürlich davon, einmal an einer WSOC oder ESOC ganz vorne mitzulaufen.

# Noëlle Köchle übernimmt



## **Noëlle, Du hast neuerdings eine Firma im OL-Bereich. Wie ist es dazu gekommen?**

Rein zufällig und fliessend.

Im Posten 2017 habe ich berichtet, wie ich vom OL-Greenhorn zur sCOOL Tourleiterin wurde. Ich bin nun seit vier Jahren von April bis Ende Oktober - dieses Jahr reduziert - für den Verband unterwegs.

Es gibt mehr Anfragen für OL in den Schulen als vom Verband gesponserte sCOOL-Etappen. Meine Vorgängerin, Ursula Wolfensberger, hatte parallel zur sCOOL Tourleiterin die Firma OMIKA (Orientieren mit Karte) gegründet. Sie hat das OL Angebot für Kinder ab Kindergartenstufe erweitert.

Ende letztes Jahr hat sie eine Nachfolge gesucht und mir ihre Firma angeboten. Nach kurzem Überlegen habe ich ihr Angebot angenommen.



## **Hast du besondere Ziele und Pläne für deine Firma für das Jahr 2021?**

OMIKA hat ihre Wurzel in der Region Pfäffikon. Dort werde ich sicher weiter OL an den Schulen anbieten. Ich werde versuchen zusätzliche Regionen zu erschliessen. Wer eine interessierte Schule kennt, kann sich bei mir melden.

## **Wie hast du die reduzierte Saison 2020 als Läuferin erlebt?**

Seit ich mit OL angefangen habe, war 2020 das Jahr mit den wenigsten Wettkämpfe und OL Trainings. Der Grund war nicht nur Covid 19, sondern auch mein linkes Knie. Alter Fussballverletzungen und man wird ja nicht jünger. Somit habe ich mit Krafttraining, Finnenbahn und leichtes Joggen versucht mein Knie zu stärken. Ich hoffe nun wieder längere Strecken laufen zu können, ohne nachträgliche Schmerzen.

## **Was war das grösste Highlight und was die grösste Enttäuschung für dich?**

Enttäuschend schnell ging die Wettkampfroutine verloren. Immer wieder ein Highlight sind die schönen Landschaften an den Läufen. Das muss der Grund sein, warum ich immer so spät ins Ziel komme. ;-)

## **An welchem speziellen Ort auf der Welt möchtest du mal einen OL bestreiten oder organisieren?**

Da ich grosser Südafrika Fan bin, würde ich gerne mal an der "Big 5 O Week" mitmachen. Wer kommt mit?



## Rückblick und Ausblick mit Franz Waser

**Wie hast du die reduzierte Saison 2020 als Läufer erlebt?**

**Was war das grösste Highlight und was die grösste Enttäuschung für dich?**

Das erste OL-Training nach der Frühlingswelle genoss ich an Auffahrt 21. Mai am Rhinsberg – Eglisau. Insgesamt waren es wohl etwa 10 Trainings; Postensetzen erachte ich als die anspruchsvollste Art von Techniktraining.

Der erste O-Lauf folgte am 14. Juni im Fürstenwald zum 50. Jubiläum der OLG Chur – ein genialer Score-Lauf – zwei Stunden lang Posten sammeln - mit guter Zürcher Vertretung.

Weil ich zu lange auf den EFOL (Euro-Forst-OL) in Weissrussland spekulierte, hatte ich mich zu spät für die Engadiner-Läufe angemeldet. Ich durfte sie ausser Konkurrenz laufen, zweimal ohne Postenflaggen, einmal vor, einmal am Schluss der gemeldeten Läufer.

Ein besonders schönes OL-Erlebnis war sicher der OO-Cup in Nantua (Haut Bugey, France) südwestlich Genf. Super Gelände, super Karten, perfekte, schlanke Organisation der slowenischen Veranstalter: zwei Läufe top, zwei Läufe flopp. Den fünften Lauf liess ich (und Renate) aus, weil ich unbedingt am «Fabio-Würmli-Memorial» auf Mullern, unserem Klubanlass teilnehmen wollte. Das war schön und gemütlich.

Ebenfalls im Sommer das wunderbare OLDIE's Treffen der Ostdeutschen Sportler in Halberstadt. An diesem bin ich über Renate dabei. So kam ich auf über 20 Läufe. Anfangs Oktober am Weekend Romandie ging plötzlich gar nichts mehr. Es folgten drei letzte Plätze und eine Aufgabe am Zürcher Hausberg. Nebst der hartnäckigen Verletzung war auch sonst die Luft weg. Die Physiotherapeuten können auch nicht zaubern. Es braucht ziemlich Zeit und Hoffnung, wieder beschwerdefrei laufen zu können. Für mich ist die Corona bedingte Pause (bis anhin) ein Vorteil!

**Schaffst du es, die Motivation für's Training aufrecht zu halten, wenn keine Wettkämpfe stattfinden?**

Die OL-Trainings waren bei mir, schon vor Corona-Zeiten, vor allem die Wettkämpfe. Arbeit im Walde ist nun seit etlichen Jahren mein Training. Da werde ich wahrlich überrollt. Stichworte dazu: Borkenkäfer, Sturmholz, Kahlschläge, Neupflanzungen, Pflege, Wässern (Klima), Holz stapeln und verarbeiten. Besonders auch Jungwald schützen; wer das nicht tut, der füttert lediglich das Wild und wird kaum je schöne Bäume sehen. Zähle ich die Tage, komme ich 2020 auf deren Hundert. Natürlich nicht Acht-Stunden-Tage, aber 4 bis 5 Stunden sind es allemal.

**Wofür hattest du 2020 mehr Zeit, weil weniger OLs stattfanden?**

Ich empfand die Eingrenzungen (Restriktionen) der 1. Corona-Welle eher als ein Befreiungsschlag von Terminen, von gewollten und ungewollten Verpflichtungen. Ich bekam Zeit, am und ums Haus längst nötige Arbeiten zu verrichten. Viele dieser Arbeiten waren kein Training eher Verschleiss – Knochenmühlen. Was hatte ich vor der Pensionierung an Plänen und Vorstellungen. Oft denke ich an Gion Schnyders Erfahrung bei seiner Island - Querung:



«die Vorstellung hat nichts mit der Realität zu tun». Ich bin aber nicht zu Fuss in Island unterwegs!

### **Welche Ziele und Pläne hast du für 2021?**

Ziele – Pläne? Pläne! Wenn man über Siebzig ist, dann weichen solche Begriffe schrittweise der Hoffnung. Hoffentlich geht es wieder, hoffentlich kann ich noch etwas mitmachen.

### **Steht 2021 ein OL in deinem Kalender, auf den du dich besonders freust?**

Mehrere Läufe in der OL-Agenda habe ich markiert: Das Auffahrtswochenende in Neuchâtel, der OO-Cup in Slowenien, natürlich Arosa und Bettmeralp tags und nachts.

### **An welchem speziellen Ort auf der Welt möchtest du mal einen OL bestreiten?**

Bei der Pensionierung war meine Vorstellung: wenigstens ein OL in jedem Land Europas. Doch die Zeit rennt mir davon. So beschränke ich mich nun auf die Peripherie: nach Skandinavien (mehrmals) und der Türkei (vor Erdogan) würde ich gerne einmal auf Madeira und im Ural zu starten. Was noch fehlt: der ganze Balkan. Die Hoffnung bleibt....



## **Tolle Erfolge der OLG Zürich im Jahr 2020**

### **Schweizermeisterschaft im Sprint-OL vom 6. September 2020**

- 2. Rang Benjamin Wey, H18 (Rückstand: 1 Sekunde)
- 3. Rang Thomas Frei, H50

### **Schweizermeisterschaft im Mitteldistanz-OL vom 26. September 2020**

- 2. Rang Benjamin Wey, H18 (Rückstand: 1 Sekunde)
- 4. Rang Hanna Wey, D20
- 4. Rang Nicolas Dinner, H12
- 5. Rang David Baumberger, H16

**Benjamin Wey und Hanna Wey wurden fürs Nationale Juniorenkader selektioniert!**

**Selektionen im Ski OL: Gion Schnyder im Elitekader Herren A**

**Lars Widmer in der Anschlussgruppe Herren Elite**

**Lea Widmer im Elitekader Damen B**

# Protokoll der Vereinsversammlung der OLG Zürich vom 25.2.2020

**Ort und Zeit:** Theorieraum ASVZ-Sport Center Irchel, Zürich, 19:00 bis 21:00 Uhr

**Anwesende:** Peter Grau, Janine Dünner, Beat Greuter, Stephan Bruderer, Walter Moser, Caroline Germeaux, Felix Priemer, Noëlle Köchle, Roland Werder, Martin Brändle, Hanna Wey, Lena Wey, Thomas Frey, Uschi Meyer, Gil Meyer, André Schnyder, Timo Widmer, Severin Beck, Christian Schneebeli, Jürg Dinner, Heinz Nyffenegger, Anna-Barbara Schaffner

**Entschuldigte:** Flurin Hirzel, Debbie Hirzel, Marlis Werder, Andrin Wey, Hansjörg Lutz, Franz Waser, Hannes Schneebeli, Urs Tritschler, Brigitte Kölla; Lea Widmer, Lars Widmer und Gion Schnyder waren zur Zeit der Versammlung gerade in Umea SWE an den Ski-OL-Juniorenmeisterschaften und Weltcupläufen.

**1. Begrüssung:** Der Präsident André Schnyder begrüsst die Anwesenden und eröffnet die Vereinsversammlung 2020. Als Stimmenzähler wird Severin Beck bestimmt.

**2. Protokoll der Vereinsversammlung 2019 vom 26.2.2019:** Es gibt keine Einwände gegen das Protokoll der letztjährigen Vereinsversammlung. Es wird mit Applaus verdankt.

**3. Jahresbericht für das Jahr 2019:** André Schnyder berichtet: Das OL-Jahr 2019 begann für die OLG Zürich schon früh, die Ski-OL Schweizermeisterschaft über die lange Distanz im Sparenmoos war die erste Etappe des 2. Tri-O-Cup. Bei dieser 2. Austragung haben wir aber nicht mehr alle drei Wettkämpfe selber organisiert, sondern konnten bei bestehenden Wettkämpfen „aufspringen“. Das hat sich eigentlich ganz gut bewährt, leider blieb die Teilnehmerzahl sehr bescheiden. Gerade mal 2 Teilnehmerinnen und 4 Teilnehmer waren an allen drei Etappen und somit auf der Gesamtrangliste klassiert.

An der Ski-OL Europameisterschaft und Junioren Weltmeisterschaft in der Türkei waren Anfangs Februar gleich zwei aus unserem Club im Einsatz. Lea Widmer verpasste im Sprint eine Junioren-WM-Medaille um winzige 3 Sekunden und belegte den ausgezeichneten 4. Rang. An der Europameisterschafts-Sprintstaffel war dann mit Lea Widmer und Gion Schnyder ein reines Zürcher-Team am Start, und das sehr erfolgreich, sicherten sie sich doch mit dem schönen 6. Rang ein EM-Diplom.

Der 23. März 2019 war dann ein Tag für die Sportgeschichte. Gion Schnyder gewinnt an der Ski-OL Weltmeisterschaft über die Mitteldistanz die Bronzemedaille. Er ist somit der erste Schweizer, der an einer Ski-OL-Weltmeisterschaft eine Medaille gewinnen konnte.

Im Fuss-OL konnten sich zwei Clubmitglieder für die Jugend-Europameisterschaft selektionieren, Hanna Wey und Benjamin Wey. Beide haben überzeugt, Hanna erlief sich in der Staffel, zusammen mit ihren Teamkolleginnen Vera Moser und Lilly Graber, die Bronzemedaille und Beni klassierte sich über alle drei Distanzen in den Top 15.

An diversen Schweizermeisterschaften gab es für die OLG Zürich Medaillen. Im Ski-OL gewann Lars Widmer bei den Herren Elite die Bronzemedaille und Lea Widmer wurde bei den Juniorinnen gar Doppel-Schweizermeisterin im Ski-OL über die Langdistanz und die Kurzdistanz.

An der Mitteldistanz Schweizermeisterschaft im Fuss-OL gewann Hanna Wey bei den D18 die Silbermedaille und Benjamin Wey bei den H16 die bronzene Auszeichnung. Für Beni gab es noch zwei weitere Medaillen, an der Sprint-OL Schweizermeisterschaft wurde er bei den H16 3. und an der Langdistanz-OL Schweizermeisterschaft 2. Benjamin Wey glänzte auch an der Swiss-O-Week in Gstaad und gewann dort die Gesamtwertung bei den H16.

Zum Saisonabschluss gab es an der Team-OL Schweizermeisterschaft nochmals einen dritten Rang für David Baumberger zusammen mit Jan Leisinger und Sven Kehrle bei den H14.

Im JOM-Schlussklassement finden wir ebenfalls Clubmitglieder in den vorderen Rängen. David Baumberger wird 4. bei den H14, Benjamin Wey 2. bei den H16 und Hanna Wey 3. bei den D18. Dank seinen guten Leistungen in der Saison 2019 wurde David Baumberger ins Regionale Nachwuchskader

ZHSH+ aufgenommen. Zu all diesen Topleistungen gratulieren wir euch ganz herzlich und freuen uns auf weitere Glanzpunkte in der kommenden Saison.

An der Clubmeisterschaft in Glarus war die Beteiligung mit 34 Teilnehmenden rekordverdächtig hoch. Clubmeister wurden Sophie Tritschler bei den Damen, Gion Schnyder bei den Herren, Brigitte Kölla bei den Seniorinnen, Roland Werder bei den Senioren, Senni Lukasczyk bei den Juniorinnen und Andrin Baumberger bei den Junioren. Beim anschliessenden Nachtessen in der Pizzeria wurden die Clubmeisterinnen und Clubmeister, sowie die andern grossen Erfolge der Saison nochmals gefeiert. Vielen Dank an die Organisatoren Lena Wey und Thomas Frei. Ein ganz spezielles Dankeschön gehört der äusserst grosszügigen „Zielverpflegung“.

Am traditionellen Feriensportkurs haben wieder 48 Kinder eine Woche lang unter Anleitung von Helferinnen und Helfern der OLG Zürich den Orientierungslaufsport kennen gelernt und begeistert mitgemacht.

Das Talent Eye-Orientierungslauftraining war am 24. August wieder sehr erfolgreich.

Am 4. September konnten wir am Schnällschiefe Zürichs 127 Teilnehmende verzeichnen.

An diversen sCOOL-Tour de Suisse Etappen in der Stadt Zürich, konnten wieder viele Schulklassen an der Sportart Orientierungslauf schnuppern. Im Sommersemester haben 18 Freilufttrainings stattgefunden und im Wintersemester 20 Hallentrainings.

Im Bereich Karten wurde die neue Irchelparkkarte fertig gestellt und erweitert mit dem Gebiet Allenmoos, sowie die Schulhauskarten Freies Gymnasium, In der Ey und Neubühl aktualisiert. Der Posten 1/2019 mit sehr interessanten Beiträgen von Clubmitgliedern wurde im Dezember verschickt.

Damit das alles stattfinden konnte, haben viele von euch mit einer grossen Portion ehrenamtlicher Arbeit beigetragen. Dafür möchte ich mich sehr herzlich bei allen bedanken.

24. 2. 2020, André Schnyder

Der Bericht wird mit Dank abgenommen.

#### **4. Kassenbericht 2019 / Mitgliederbeiträge 2020:**

Der Kassenbericht 2019 und das Budget 2020 wurden von Brigitte Kölla erstellt und von Roland Werder präsentiert. Über die Entwicklung beim Karten- und Jugendkonto berichtete André Schnyder.

Aus dem Kassenbericht geht hervor, dass die Ausgaben die Einnahmen um beinahe CHF 5000.- überstiegen haben. Der Bankkontostand ist also merklich auf den Stand von rund CHF 24'000.- gesunken. Trotzdem wurde entschieden, die Mitgliederbeiträge nicht zu erhöhen. Neben dem Bankkonto existiert noch das Postkonto mit Kartenkonto und Jugendkonto. Der Kontostand beim Kartenkonto ist von rund CHF 42'000 auf CHF 21'000 gesunken. Dazu ist zu sagen, dass ein grosser Teil der neuen Karte Adlisberg bereits vorfinanziert wurde. Zudem wurde die Karte Irchel mit der Erweiterung Allenmoosquartier neu erstellt. Im kommenden Jahr wird mit deutlich erhöhten Karteneinnahmen bei der TOM gerechnet. Beim Jugendkonto gibt es sogar einen negativen Kontostand. Hohe Ausgabeposten waren die Beiträge an die Juniorinnen und Junioren in den Kadern. Der Gesamtpostkontostand ist aber mit rund CHF 20'000 immer noch deutlich positiv.

Im Budget 2020 übersteigen die Ausgaben die Einnahmen ebenfalls deutlich. Für die TOM wird mit einem Einnahmeüberschuss von CHF 3500.- gerechnet. Der grösste Posten bei den Ausgaben ist der einmalige Unterstützungsbeitrag an die Ski-OL-Universiade von CHF 5000.-. Trotz der erhöhten Ausgaben wird per Ende 2020 noch mit einem deutlich positiven Kontostand gerechnet.

Trotz der erwarteten hohen Ausgaben wird der Mitgliederbeitrag nicht angepasst und an den Unterstützungsbeiträgen der Kaderathleten wird festgehalten.

Mitgliederbeiträge: Erwachsene CHF 50.-, 17- bis 20-Jährige CHF 15.-, bis 16-jährige: gratis, Passivmitglieder: CHF 35.-

Unterstützung Kaderathleten: Regionalkader: CHF 500.-, Juniorenkader: CHF 1000.-, Elitekader: CHF 2000.-

## **5. Orientierung über das Kartenwesen**

Martin Brändli berichtet: Es gibt zwei neue Karten. Benjamin Wey arbeitete an der Karte Irchelpark mit Erweiterung im Quartier Allenmoos. Martin Lerjen ist an der Arbeit mit der Karte Adlisberg, welche bei der TOM zum Einsatz kommt.

Auf der SOLV-Seite zum Thema Karten wird über eine Maturarbeit zur grössten OL-Karte der Welt berichtet. Als Grundlage dient OpenStreetMap.

Ab 1.1.2020 wird die neue Sprintkartennorm ISPROM 2019 international und bei nationalen OL-Veranstaltungen verwendet. Es gilt die neu definierten Grünstufen zu beachten.

## **6. Jahresprogramm 2020**

Das Jahresprogramm wurde im Posten 1/2019 veröffentlicht und ist auch auf der Homepage der OLG Zürich einsehbar. Für mehrere Anlässe werden Helfer gesucht, welche sich auf einer Liste eintragen. Man kann sich auch nachträglich bei André Schnyder melden.

## **7. Vorstand**

Der Vorstand bleibt unverändert. Präsident: André Schnyder, Kassiererin: Brigitte Kölla, Jugendbetreuer: Severin Beck und Gil Meyer, Kartenchef: Martin Brändli, Aktuar: Urs Tritschler, Redaktorin Posten: Janine Dünner

## **8. Feriensportkurs vom 14. bis 17. April 2020**

Der traditionelle Feriensportkurs der Stadt Zürich findet jeweils am Vormittag für zwei Stunden statt. Interessierte Helfer melden sich bitte bei André Schnyder.

## **9. sCOOL Tour de Suisse /sCOOL**

Es finden 9 Anlässe statt. Helfer melden sich bitte bei Noëlle Köchle.

Da es zunehmend schwierig wird, genügend Sponsoren zu finden, war die Finanzierung der sCOOL Anlässe durch den SOLV vorerst nicht mehr gesichert. Für dieses Jahr ist nun aber die Finanzierung der 150 Etappen doch gesichert. Im Raum stand, einen Verein sCOOL zu gründen, um die weitere Durchführung der Anlässe zu gewährleisten. Aktuell stellt sich nun die Frage, diesen Antrag zurückzuziehen.

## **10. Zürcher sCOOLCup2020 Adliswil am 13. Mai (Chopfholz)**

Es handelt sich gleichzeitig um den World Orienteering Day 2020 mit einem Abendtraining. Der Anlass wird durch die OLG Zimmerberg organisiert. Die OLG Zürich ist nicht involviert.

## **11. Clubmeisterschaft 2020**

Es wird beschlossen, die Clubmeisterschaft anlässlich des Berg-OL auf Mullern am 15.8.2020 durchzuführen. Der Anlass wird von der OLG Zimmerberg organisiert. Lena Wey sucht ein geeignetes Lokal für das anschliessende Club-Abendessen.

## **12. Talent Eye Training vom Sa. 22.8.2020 10:00-12:00 Uhr**

Das Schnupper-OL-Training im Rahmen des Talent-Eye Angebotes der Stadt Zürich findet am Samstag 22.8.2020, vormittags auf der Hochschulsportanlage Fluntern statt. Leiter melden sich bitte bei André Schnyder.

## **13. Zürifuchs 20. Austragung, 24.9.2020**

Helfer für die 20. Austragung melden sich bitte bei André Schnyder.

#### **14. Tri-O-Cup**

Die Anzahl Teilnehmer, die bei allen drei Anlässen 2019 teilgenommen haben, war relativ beschränkt. 2020 wird kein Tri-O-Cup durchgeführt. Die Zukunft ist noch offen.

#### **15. Clubmeisterschaft vom Samstag 5.10. 2019**

An der letztjährigen Clubmeisterschaft in Glarus, die von der Familie Frey/Wey organisiert wurde, war die Teilnehmerzahl rekordverdächtig hoch. Man war sich einig: Ein sehr gelungener sportlicher Anlass mit anschliessendem Club-Essen in einer Pizzeria. Die Sitzungsteilnehmer bedanken sich bei der Familie Wey/Frey für die Organisation.

#### **16. TOM 2020 im Adlisberg zusammen mit dem OLK Piz Hasi am 1.11.2020**

Massenstart: Es wurde die Frage bezüglich eines Massenstarts der Elitekategorien diskutiert. Der Bahnleger, Lars Widmer, wollte ursprünglich einen Massenstart durchführen. André Schnyder sprach sich wegen des ungeeigneten Geländes mit Strassenübergängen und der Komplexität der Durchführung des Starts dagegen aus. Christian Schneeblei brachte ein, dass für die Durchführung eines Massenstarts die Bewilligung des Verbandes benötigt wird. Die Eingabefrist sei bereits abgelaufen. Es wird auf die Massenstarts verzichtet.

Ressortleiter: Es wurden Leiter für die verschiedenen Ressorts gesucht. Jürg Dinner meldete sich als Leiter für den Bereich Sponsoring. Lena Wey und Noëlle Köchle übernehmen die Leitung der Festwirtschaft. Weitere noch offene Ressorts sind: Start, Ziel, Strassenübergänge, Laufzentrum und Finanzen. Einige dieser Leiterfunktionen sollen durch Mitglieder der OLK Piz Hasi übernommen werden. Es wird angestrebt, eine erste Sitzung der Ressortleiter bereits nach Ostern abzuhalten.

#### **17. Verschiedenes**

Helferessen TOM: Therese Achermann machte den Vorschlag, ein Helferessen der TOM anlässlich des Chlaushöcks beim Bahnhof Dietikon am 28.11.2020 mit beiden Vereinen OLK Piz Hasi und OLG Zürich durchzuführen. Diesem Vorschlag wurde zugestimmt.

Feriansportkurs Fiesch: Noëlle Köchle macht darauf aufmerksam, dass für den Feriansportkurs in Fiesch ein männlicher OL-Leiter gesucht wird. Das Leiterteam soll aus einem Mann und einer Frau bestehen. Therese Achermann steht bisher als Leiterin zur Verfügung.

Nacht-OL Cup: Gil Meyer macht auf die Nacht-OL-Serie aufmerksam.

André Schnyder bedankt sich bei allen Teilnehmenden und schliesst die Versammlung.

Zürich, 4.3.2020, Timo Widmer




**E I N L A D U N G**  
zur Vereinsversammlung 2021 der OLG Zürich am Dienstag,  
2. Februar 2021 um 19.00 Uhr voraussichtlich im Theorieraum  
vom ASVZ-Sportcenter Irchel,  
Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich

**Traktanden**

1. Begrüssung / Traktandenliste / Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der Vereins Versammlung vom 25.2.2020
3. Jahresbericht für das Jahr 2020
4. Kassenbericht 2020 / Mitgliederbeiträge 2021
5. Orientierung über das Kartenwesen
6. Jahresprogramm 2021
7. Vorstand (Zusammensetzung, Arbeitsverteilung, ev. Neuwahl von Vorstandsmitgliedern)
8. Feriensportkurs vom 26. bis 30. April 2021 (wer hilft?)
9. sCOOL Tour de Suisse / sCOOL (wer hilft?)
10. Zürcher sCOOL-Cup 2021 im Irchelpark vom 19. – 26. Mai 2021, OL Zimmerberg, diverse Clubs. World Orienteering Day 2020 (Abendtrainings)
11. Clubmeisterschaft ev. am 10. oder 11.7.2021. Wer, wo?
12. Talent Eye Training vom Sa. 28. August 2021 10:00 – 12:00 Uhr (Leiter gesucht!)
13. Zürifuchs: Rückblick 2020 und Vorschau auf die 21. Austragung vom 8.9.2021 (wer hilft?)
14. Abgesagte TOM 2020 im Adlisberg, wie weiter, was machen wir auf der neuen Karte?
15. Verschiedenes

Weitere Traktanden, die Ihr gerne besprochen hättet, könnt Ihr mir bis am 30. Jan. 2021 mitteilen. Ich hoffe, euch alle am 2. Februar 2021 im ASVZ-Sportcenter Irchel begrüßen zu dürfen.

Zürich, 11. Dezember 2020

  
A. Schnyder



## **Orientierungslauf Trainings- und Wettkampfprogramm vom 26. Dezember 2020 bis 13. Dezember 2021**

Trainingszeiten jeweils von ca. 18:15 bis 19:45 Uhr.  
Achtung, kurzfristige Änderungen oder coronabedingte Absagen stehen  
jeweils auf der Homepage [www.olgzurich.ch](http://www.olgzurich.ch)

### **Samstag, 26. 12. 2020 bis Donnerstag, 2. 1. 2021**

Ski-OL Camp des Ski-O Swiss im Goms. Bist du über 10 Jahre alt und am Ski-OL interessiert?  
Wir werden dir einiges auf und neben den Langlaufskis zeigen! Mehr Infos auf [www.ski-o-swiss.ch](http://www.ski-o-swiss.ch)

### **Dienstag, 29. 12. 2020 / Mittwoch, 30. 12. 2020**

Gomer Ski-OL, 3. Lauf Swiss Ski-O Cup, Goms VS (siehe [www.ski-o-swiss.ch](http://www.ski-o-swiss.ch) )  
Baschi Sprint- Ski-OL, 4. Lauf Swiss Ski-O Cup, Goms VS (siehe [www.ski-o-swiss.ch](http://www.ski-o-swiss.ch) )

### **\*\*\* Montag, 4. 1. 2021 / Montag, 11. 1. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

### **Samstag, 16. 1. 2021 / Sonntag, 17. 1. 2021**

Ski-OL O-Jura, Ski-OL, 5. / 6. Lauf Swiss Ski-O Cup, Prémanon (F) ([www.ski-o-swiss.ch](http://www.ski-o-swiss.ch) )

### **\*\*\* Montag, 18. 1. 2021 / 25. 1. 2021 / 1. 2. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

### **Dienstag, 2. 2. 2021**

**19.00 Uhr ASVZ-Sportcenter Irchel, Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich,  
Vereinsversammlung der OLG Zürich.**

### **Samstag, 6. 2. 2021 / Sonntag, 7. 2. 2021**

Ski-O Dalpe, 7. / 8. Lauf Swiss Ski-O Cup, Dalpe TI (siehe [www.ski-o-swiss.ch](http://www.ski-o-swiss.ch) )

### **\*\*\* Montag, 8. 2. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

### **Freitag, 12. 2. 2021**

1. Lauf Zürcher Nacht-OL Serie, Hardwald (siehe [www.olgzurich.ch](http://www.olgzurich.ch))

### **\*\*\* Montag, 1. 3. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

### **Freitag, 5. 3. 2021**

2. Lauf Zürcher Nacht-OL Serie, Altstetterwald (siehe [www.olgzurich.ch](http://www.olgzurich.ch))

### **Samstag, 6. 3. 2021**

Delegiertenversammlung Swiss Orienteering

### **\*\*\* Montag, 8. 3. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

### **Samstag, 13. 3. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Säuliämtler-OL, Affoltern a.A. Feldenmaas.  
Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

### **Sonntag, 14. 3. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 1. Nationaler-OL (Ultra-Langdistanz), Rothrist  
**Achtung Voranmeldung!!!**

### **\*\*\* Montag, 15. 3. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.



Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

**Samstag, 20. 3. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 2. Nationaler-OL (Nacht-OL), Seengen  
**Achtung Voranmeldung!!!**

**\*\*\* Montag, 22. 3. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

**Freitag, 26. 3. 2021**

3. Lauf Zürcher Nacht-OL Serie, Zürichberg (siehe [www.olgzurich.ch](http://www.olgzurich.ch))

**Sonntag, 28. 3. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 3. Nationaler OL (Langdistanz Schlaufen), Rümlangerwald  
**Achtung Voranmeldung!!!**

**\*\*\* Montag, 29. 3. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

**Samstag, 3. 4. 2021**

Oster-OL Quartierverein Witikon, Besammlung ab 13:00 Uhr Sportanlage Looren Zürich-Witikon.

**Mittwoch, 7. 4. 2021**

18:15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.  
Ziel: Wir starten konzentriert in die Freiluft-Trainingssaison.

**Samstag, 10. 4. 2021 / Sonntag, 11. 4. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 4. Nationaler OL (Mitteldistanz), Martinsflue;  
5. Nationaler OL (Langdistanz), Roggen  
**Voranmeldung erforderlich!**

**\*\*\* Montag, 12. 4. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.  
Ziel: Polysportiv und abwechslungsreich die OL-Saison vorbereiten.

**Mittwoch, 14. 4. 2021**

18:15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.  
Ziel: Wir lesen auf der Karte immer mindestens einen Posten im Voraus.

**Mittwoch, 21. 4. 2021**

18:15 Uhr ASVZ-Sportcenter Irchel, Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich.  
Ziel: Der Postenbeschreibung die nötige Beachtung schenken.

**Samstag, 24. 4. 2021 / Sonntag, 25. 4. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 6. Nationaler OL (Sprint) / 7. Nationaler OL (Mitteldistanz), Vallemaggia. **Voranmeldung erforderlich!**

**Montag, 26. 4. bis Freitag 30.4. 2021**

**Feriensportkurs jeweils von 09:30 bis 12:00 Hochschulsportanlage Fluntern, nur für angemeldete Schülerinnen und Schüler der 1. bis 9. Klasse.**

**Mittwoch, 28. 4. 2021**

18:15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.  
Ziel: Den Kompass bewusst als Kontrollinstrument einsetzen.

**Sonntag, 2. 5. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Galgener-OL, Einsiedeln, Friherrenberg.  
Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

**Mittwoch, 5. 5. 2021**

18:15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.  
Ziel: Der Routenwahl besondere Beachtung schenken.

**Samstag, 8. 5. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Sprint Staffel Schweizermeisterschaft, Zwingen

**Voranmeldung erforderlich!**

**Sonntag, 9. 5. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Schweizermeisterschaft Sprint-OL, Laufen  
**Voranmeldung erforderlich!**

**Mittwoch, 12. bis Sonntag, 16. 5. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Swiss 5 Days in Neuenburg. **Voranmeldung erforderlich!**

**Mittwoch, 19. bis Mittwoch 26. 5. 2021 (World Orienteering Day WOD)**

**Alle Schulpflichtigen Jugendlichen starten am Zürcher sCOOL-Cup in Zürich.**

**Mittwoch, 19. 5. 2021**

18:15 Uhr ASVZ-Sportcenter Irchel, Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich.

Ziel: Wir versuchen trotz hohem Lauftempo höchst konzentriert auf der Karte zu bleiben.

**Mittwoch, 26. 5. 2021, ASVZ Irchel Sprint-OL**

Ab 17:00 Uhr ASVZ-Sportcenter Irchel, Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich.

Ziel: Der Postenbeschreibung die nötige Beachtung schenken.

**Mittwoch, 2. 6. 2021**

18:15 Uhr Spielplatz oberhalb Restaurant Ziegelhütte in Zürich-Schwamendingen.

Ziel: Die Aussagekraft der Höhenkurven richtig interpretieren.

**Sonntag, 6. 6. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Bülacher OL, Bülach, Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

**Mittwoch, 9. 6. 2021**

18:15 Uhr beim Restaurant Grünwald in Zürich-Höngg.

Ziel: Der Routenwahl die nötige Beachtung schenken.

**Samstag, 12. 6. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: UBOL-Staffel, irgendwo im Kanton Zürich.

**Voranmeldung erforderlich!**

**Sonntag, 13. 6. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Schaffhauser OL, Schaffhausen.

Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

**Mittwoch, 16. 6. 2021, ASVZ Sommer OL**

Ab 17:00 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.

Ziel: Der Postenbeschreibung die nötige Beachtung schenken.

**Sonntag, 20. 6. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Welsiker OL, Buoli. Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

**Mittwoch, 23. 6. 2021**

18:15 Uhr beim Schützenhaus Höngg. Ziel: Den Kompass bewusst als Kontrollinstrument einsetzen.

**Samstag, 26. 6. 2021 / Sonntag, 27. 6. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 10. Nationaler OL (Mitteldistanz), Lécheltes.

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Staffelmehrschaft SOM, Lécheltes.

**Voranmeldung erforderlich!**

**Mittwoch, 30. 6. 2021**

18:15 Uhr Parkplatz Waldegg Uitikon.

Ziel: Die Aussagekraft der Höhenkurven richtig interpretieren.

**Sonntag, 4. 6. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Schweizer Fünferstaffel OL, Bülach.

**Voranmeldung erforderlich!**

**Mittwoch, 7. 7. 2021**

18:15 Uhr Parkplatz Sportanlage Looren Zürich-Witikon

Ziel: Die Aussagekraft der Höhenkurven richtig interpretieren

**Samstag, 10. 7. oder Sonntag 11.7.2021**

Eventuell Clubmeisterschaft der OLG Zürich? Organisator gesucht!

### Mittwoch, 14. 7. 2021

18.15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo. Pünktlich erscheinen - Massenstart! Ziel: Mit einer Plausch-OL-Stafette läuten wir die Sommerferien ein.

\*\*\*SOMMERPAUSE\*\*\*

### Mittwoch, 25. 8. 2021

18:15 Uhr beim Parkplatz Bahnunterführung Hürstholz, mit rot/weissen Bändern markiert ab Bushaltestelle Glaubtenstrasse. Ziel: Der Routenwahl die nötige Beachtung schenken.

### Samstag, 28. 8. 2021

**09:00 bis 12:00 Uhr Talent Eye Training auf der Hochschulsportanlage Fluntern. (Hilfskräfte gesucht!)**

### Sonntag, 29. 8. 2021

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Wisliger OL, Weisslingen.  
Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

### Mittwoch, 1. 9. 2021

18:15 Uhr beim Restaurant Grünwald in Zürich-Höngg.  
Ziel: Der Postenbeschreibung die nötige Beachtung schenken.

### Sonntag, 5. 9. 2021

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Zürcher OL, Team OL, Winterthur.  
**Voranmeldung erforderlich!**

### Mittwoch, 8. 9. 2021

Ab 14.00 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo. **Wir organisieren die 21. Austragung „De schnällscht Zürifuchs“. Clubmitglieder bis und mit 9. Schuljahr starten und bringen gleich noch einige Klassenkameraden mit. Wer nicht startet hilft in der Organisation mit!!!**

Training ab 18.15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.  
Pünktlich erscheinen Massenstart! Ziel: Cool bleiben beim Massenstart zum Postennetz-OL.

### Samstag, 11. 9. 2021

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Schweizermeisterschaft Mitteldistanz OL (MOM), Marbachegg.  
**Voranmeldung erforderlich!**

### Sonntag, 12. 9. 2021

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Schweizermeisterschaft Langdistanz OL, Hilferenpass.  
**Voranmeldung erforderlich!**

### Mittwoch, 15. 9. 2021

16:00 - 18:30 Uhr Speerhalle Weesen. Sprint-OL.  
OeV benutzen! Zürich HB bis Ziegelbrücke, dann mit Bus in 6min nach Weesen.  
Ziel: Wir versuchen möglichst wenig Zeit mit Kartenlesen zu verlieren.

### Samstag, 18. 9. 2021

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Zürcher Oberländer OL, Uznach.  
Lauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

### Mittwoch, 22. 9. 2021, ASVZ Sprint Stadt-OL

Ab 17.00 Uhr ASVZ Sportcenter Polyterrasse. Ziel: Wir starten am ASVZ Sprint Stadt-OL.

### Freitag, 24. 9. / Samstag, 25. 9. / Sonntag, 26. 9. 2021

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Nacht-OL Schweizermeisterschaft (NOM), 11. / 12. Nationaler OL (Mitteldistanz), Bettmeralp. **Voranmeldung erforderlich!**

### Mittwoch, 29. 9. 2021

18.15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.  
Ziel: Die Aussagekraft der Höhenkurven richtig interpretieren

**Samstag, 2. 10. 2021 / Sonntag, 3. 10. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: 13. / 14. Nationaler OL (Mitteldistanz), Flumserberge.

**Voranmeldung erforderlich!**

**Mittwoch, 6. 10. 2021**

18.15 Uhr Läufergarderobe Fluntern, Forrenweidstr. 7, 8044 Zürich, vis à vis Zoo.

Ziel: Wir finden die Posten auch in der Dämmerung, Stirnlampe mitnehmen.

**\*\*\* Montag, 25. 10. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir starten behutsam und diszipliniert in die neue Hallensaison.

**Sonntag, 31. 10. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Dachsemer OL, Dachsenhausen.

Schlusslauf der Zürcher Jugend OL-Meisterschaft.

**\*\*\* Montag, 1. 11. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir trainieren Beweglichkeit und geistige Frische im Spiel.

**Sonntag, 7. 11. 2021**

Gemeinsamer Wettkampfbesuch: Schweizermeisterschaft im Team OL, Topwald

**Voranmeldung erforderlich!**

**\*\*\* Montag, 8. 11. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir legen uns etwas Kraft zu.

**\*\*\* Montag, 15. 11. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir trainieren unser Kurzzeitgedächtnis unter Belastung.

**\*\*\* Montag, 22. 11. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir fällen viele gute Entscheide in kurzer Zeit.

**\*\*\* Montag, 29. 11. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir legen uns etwas Kraft zu.

**\*\*\* Montag, 6. 12. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir üben geistige Flexibilität unter körperlicher Belastung.

**\*\*\* Montag, 13. 12. 2021**

18.15 Uhr Turnhalle Aubrücke, Luegislandstr. 173, 8051 Zürich.

Ziel: Wir spielen das alte Jahr zu Ende.

\*\*\* sofern die Coronasituation ein Hallentraining zulässt!

Stand: 10. Dezember 2020