November 2020

TRÄMLER

Die OL-Saison 2020 neigt sich dem Ende zu. Auf was kann zurückgeblickt werden und was erwartet uns im nächsten Jahr…?

Nadine im Durmitor Nationalpark (MNE)

Redaktion

Nicole Jenni
Klarastrasse 25
4600 Olten
077 487 96 88
traemler@olkargus.ch

Lektorat

Nadine Hitz

Redaktionsschlüsse 2021

Kontaktpersonen

Präsident
Didi Lüscher
didi@luescher-fogtmann.ch
062 844 52 44

Nachwuchs
Urs Müller
snoopy.ch@mac.com
079 694 75 59

Homepage
Michael Wild
webmaster@olkargus.ch
079 199 68 22

Aktuarin
Marita Hotz
marita.hotz@yetnet.ch
078 913 30 81

Karten
Stefan Häfeli
stefan20ch@yahoo.de
062 775 10 23

Materialwart
Beat Wild
fawild54@bluewin.ch
062 893 28 24

Anlässe, Vizepräsidentin
Nicole Studer-Joho
nicole@nicoledidi.ch
062 822 51 67

Finanzen
Jasmin Lustenberger
kassier@olkargus.ch
076 526 51 66

Training, Wettkämpfe
Benjamin Walti
benjamin@walti.ch
078 668 75 23

Liebe Argüsslerinnen, liebe Argüssler

Vor Kurzem durften wir die OL-Saison mit einem top organisierten und gelungenen ASJM-Schlusslauf abschliessen. Das Wettkampfjahr war kurz, beziehungsweise kaum vorhanden. Auch diverse OL-Anlässe im Ausland wurden unmöglich. Niemand reiste an den O-Ringen, an die Jukola oder an internationale Meisterschaften. Statt auf nordischen Moosböden rannte ich im Mittelland, statt Stockholm erkundete ich das Stockhorn, statt Kilometer «frass» ich Schokolade… Aus dem gleichen – uns allen bekannten – Grund haben sich die meisten Trainingsumfänge vergangener Monate, verglichen mit den Vorjahren, entweder verdoppelt oder halbiert.
All unsere Pläne wurden durchkreuzt und die Ausland-OL-Erfahrungen liegen für einige länger zurück als erwartet und erwünscht. Bevor die nächste, hoffentlich richtige OL-Saison beginnt, geben einige Argüsslerinnen und Argüssler ihre Geschichten und Anekdoten von Trainingslagern, Mehrtage-OLs und allerlei anderen OL-Erlebnissen im Ausland preis – exklusiv im hinteren Teil dieser Ausgabe von Dominic Schacher und Dani Hotz. Viel Spass beim Lesen, beim Schwelgen in Erinnerungen und beim Träumen von Zukünftigem!

Marita

Überraschungstag. Abschlussfoto von Isabelle Schenkel

Herbstlager

27. September – 2. Oktober 2020

Im Gegensatz zu früheren Jahren mussten die Teilnehmenden dieses Jahr keinen Lagerbericht schreiben. Dies vor allem auch weil im vorgesehenen Alter viele nicht zum Argus oder Wiggertal gehörten. Ausserdem schadet es ja nicht, Neues auszuprobieren. Also: Hier ein paar Facts, einige Fotos, ein paar Texte der D16-D20 und von Snoopy.

DIE FACTS:

- 35 Teilnehmende, davon 21 im J+S-Alter
- Mit Argus, Wiggertal, Suhr, Cordoba und Bussola waren 5 Vereine vertreten.
- Lagerhaus Gibelegg im Gantrisch-Gebiet
- Das Wetter war deutlich besser als erwartet.
- Keine Krankheiten, Verletzungen oder Unfälle
- Technische Leitung durch Oli & Susen Grimm
- Hauptleitung durch Snoopy / Urs Müller
- Küche: Gisela & Res Schödler – das Essen war wie die Jahre zuvor sehr lecker!

Montagvormittag

Stadt-OL-Training in Thun:

Samira auf der Treppe vom Schloss zur Altstadt hinunter, "verfolgt" vom Schätteler Koni.

Montagabend

Da Sabine Hauswirt, Eliteläuferin, ganz nahe vom Lagerhaus wohnt, haben Grimms sie angefragt, ob sie an einem Abend ins Lager kommen möchte und sich den Fragen der Jugendlichen stellen möchte. Sie wollte! Als Dank halfen ihr die älteren Teilnehmenden etwa eine Stunde beim Zügeln (ein paar Häuser weiter), die Jüngsten stellten in der Zwischenzeit Fragen zusammen, welche am Abend von Sabine beantwortet wurden. Zum Schluss des Abendprogramms erläutert Sabine ein paar Routenwahlmöglichkeiten vom Nachmittagstraining.
Zur Freude vor allem der jüngeren Kinder nahm Sabine noch nicht mehr benötigte Kleider und Schuhe mit.

Sabine Hauswirth, ganz rechts, zusammen mit den Jugendlichen vom Lager

Die Zügelei animierte die D16-Girls zu folgendem Gedicht:

Das Krafttraining war ein bisschen speziell,
wir zügelten über die Wiese ganz schnell.
Wir schleppten Kartons schwer wie Stahl,
in die Wohnung noch ganz kahl.
Die Treppe ging es rauf und runter,
dennoch blieben wir ganz munter.
Zur Belohnung gab es Küchlein,
und viele Tipps für unsere Drehbüchlein.

Herbstlager

Dienstag (mit nassem Vormittag)

Beim Partner-OL ging es darum, dass wir uns immer abgewechselt haben mit Posten anlaufen. (D16-20)

Am Abend gab es ein Toto-Spiel:
Immer zwei Personen massen sich in kurzen Wettkämpfen, alle mussten tippen, wer jeweils gewinnt.
Bei den Duellen musste man schnell denken, schnell rennen, schnell trinken, schnell aufblasen, schnell zeichnen, schnell schälen, schnell puzzlen, schnell bauen, schnell aufwickeln und ~~schnell~~ gut treffen.

Gruppenbild auf dem Gurnigelpass

Mittwoch (der sonnige Tag)

In diesem schönen Gelände beim Gurnigelpass fand der Downhill-OL statt. Die älteren Jugendlichen joggten einzeln den Fähnchen nach den Hügel hinauf, die jüngeren wanderten mit den Leitenden hinauf.

Am Nachmittag stand "Regeneration" auf dem Programm, abends war dann der Nacht-OL.

Donnerstag (Trainingswettkampf, Seilpark, Bunter Abend)

Vom Mitteldistanz-Trainingswettkampf am Vormittag gibt es keine Fotos, da der Fotograf (& Schreibende) am Strassenübergang die Laufenden vor Autos schützte – oder umgekehrt. Am Nachmittag besuchten wir den Seilpark Gantrisch.
Am Abend dann der obligatorische "Bunter Abend". Claudia, Anouk, Kati & Samira organisierten einige spannende und lustige Spiele. Dazu wurden Gruppen gebildet, die immer 1-2 Vertreter an die Spiele schickten. Auf dem Programm stand ein Frisierwettbewerb, ein «wer kann in 3min am meisten anziehen?» - Wettbewerb und ein «Fütter»-Wettbewerb». Vor dem leckeren Dessert (Schwarzwäldertorte!) organisierten Jonathan, Lucien & Silvain noch ein Kahoot.

Freitag – letzter Tag

Nach dem Putzen ging es Richtung Aargau – aber nicht ohne einen Abstecher in den Hürnberg, wo das Lager traditionell mit der Staffel seinen Abschluss finden sollte.

Als grosses Dankeschön an alle Mitwirkenden

Die Zielleinläufe der Argüsslerinnen und Argüssler

Fotos und fast alle Texte von Snoopy / Urs Müller

Als Knobelaufgabe für Nicht-Dabei-Gewesene hier noch ein Rätsel! Achtung: Manche Wörter sind rückwärts geschrieben! Nur waagrecht und senkrecht.

Helfende

Suche die Namen der Köche, Fahrer, Leiter, Bahnleger und Postensetzer!

G	A	G	N	C	B	W	H	F	X	J	M	M	M	T	A	F	M
V	I	P	C	D	Z	I	T	N	Q	I	F	B	I	H	X	F	B
X	G	C	K	E	F	F	Z	D	F	Q	I	E	L	Q	B	I	D
M	Q	S	I	E	M	H	Y	B	T	N	Q	B	F	I	A	E	A
E	A	U	F	U	S	A	I	H	D	S	X	A	I	F	R	J	Q
K	L	T	Z	P	U	R	J	I	I	Q	K	I	O	R	B	P	G
J	E	S	O	C	S	E	G	G	L	E	J	G	G	O	A	G	E
R	S	B	Q	V	E	S	G	A	O	G	L	P	G	F	R	I	U
I	I	K	X	Q	N	U	K	R	F	O	B	X	E	Y	A	Y	T
N	G	V	K	Y	L	W	F	N	V	F	Y	D	C	P	V	F	X
F	R	C	H	R	I	S	T	O	P	H	F	O	K	M	E	H	C
R	G	F	R	X	P	U	S	I	M	O	N	S	W	N	F	O	O
L	J	W	F	R	G	B	J	K	E	O	B	Y	O	O	K	X	Y
R	E	U	S	N	O	O	P	Y	J	W	L	B	K	R	O	U	U
O	T	K	U	U	Q	I	O	P	O	S	W	T	A	H	C	I	M
J	N	U	I	J	C	G	B	M	Q	D	P	W	D	W	C	P	T
D	I	R	X	L	B	Ä	Q	P	B	B	J	K	K	A	Q	H	E
J	W	K	O	N	I	M	U	O	R	H	Y	G	J	S	I	M	E

Diese Wörter sind versteckt: Oli Susen Gisela Res Koni Mägi Micha Barbara Simon Christoph Geck Snoopy

Argus Wanderung (19. & 20. Sept. 2020)

Mit dem Aareschiff von Solothurn nach Biel. Endlich erfahren wir, wo Elke ihre Brötchen verdient!

Zu Fuss durch die imposante Taubenlochschlucht von Biel nach Frinvillier

Hans, Martin, Ernst, Elke, Cony, Margrit, Bethli, Karin, Richi, Richi, Margrit, Marlies, Peter, Liselotte, fotografiert von Hape

Le Sentier Botanique in Vermes: äusserst lehrreicher Naturpfad, auch zum Auffrischen der Französisch-Kenntnisse. Picknick aus dem Rucksack inbegriffen!

…und wir hielten uns immer an die Regeln!

Marlies & Martin, herzlichen Dank für Eure Organisation – es war ein sehr schönes Wochenende!

Aargauer Schüler- und Jugendmeisterschaft

Nach einem speziellen OL-Jahr fand am Samstag, 24. Oktober 2020 der ASJM-Schlusslauf statt. Laufleiter Oli Grimm hat dabei ein neues Konzept auf die Beine gestellt: Die je 6 Besten der ASJM-Kategorien starteten ganz am Schluss, in umgekehrter Reihenfolge der Rangliste – mit Ziel im Wettkampfzentrum. So wurden die einlaufenden Wettkämpferinnen und Wettkämpfer von einer wachsenden Schar Zuschauenden empfangen. Trotz Corona konnten doch 8 ASJM-Wettkämpfe stattfinden, sodass die Schlussranglisten auch Format bekamen.

Die Podestplätze der Argus-Jugend:

1. Rang: Sarina Grimm (D14), Kati Hotz (D16), Dominic Schacher (H18).

2. Rang: Jonathan Schacher (H16), Joel Habermacher (H18).

3. Rang: Celine Ruffet (D10), Lenia Grimm (D12), Jael Schödler (D14), Silvian Ruffet (H14), Anouk Schödler (D16).

Snoopy / Urs Müller

Überraschungstag der Tannliflitzer und Brennesselhacker

Am Sonntag nach dem ASJM-Schlusslauf trafen sich 8 Suhrer & 7 Argus Nachwuchsläufer*innen am Bahnhof Aarau zum 1. gemeinsamen Überraschungstag. Was da genau lief, erzählen Celine, Lenia, Jael & Enya:

Was habt ihr am Überraschungstag gemacht?
Wir konnten in 3-4er-Gruppen den Detektiv-Trail in der Stadt machen. Wir waren früher als geplant fertig und gingen dann noch ins Cafè Meier etwas essen. Die meisten hatten eine Glace oder ein Cup gegessen. Es war sehr cool. Es hat viel Spass gemacht, die Rätsel zu lösen. In der 4er-Gruppe war es sehr lustig.

War der Parcours schwierig?
Nein nicht so! Ich kenne die Stadt relativ gut und darum war es recht einfach! Es war einfach, weil wir uns alle in Aarau schon ausgekannt haben. Nein, wir fanden es nicht allzu schwierig.

Was war das Lustigste an diesem Anlass?
Ich fand alles sehr cool und lustig. Es hat einfach alles Spass gemacht. Wir mussten 3x auf's WC... im Kafi Meier...Wir haben viel gelacht.

Hat es dir gefallen? Möchtest du wieder so einen Tag erleben?
Es hat mir sehr gefallen – ich möchte gerne, dass es wieder so einen Tag gibt. Es hat uns sehr gefallen, wir hätten gerne wieder so einen Tag.

Weisst du, warum es diesen Tag gegeben hat? Wenn ja, warum?
Ich weiss nicht, wieso es diesen Tag gegeben hat, aber ich denke jetzt mal, dass es eine Überraschung für uns Kinder war! Ein Mann von OLG Suhr hat Geld gespendet – vom Weltcup, glaube ich... Jemand hat uns dies gesponsert. Es war sehr cool, DANKE!

Anmerkung: Markus Schlatter von der OLG Suhr hat das Geld, das er für seinen Einsatz beim Weltcup-Final 2016 bekommen hat, dem Nachwuchs der OLG Suhr und des OLK Argus gespendet. Da nur etwa die Hälfte des Geldes gebraucht wurde, wird es wahrscheinlich auch 2021 einen Überraschungstag geben.

Urs (Snoopy)

OL im Ausland…

… habe ich früher viel gemacht und manchmal auch darüber im Trämler berichtet.

Seit 2003 waren es aber nur noch drei, zweimal O-Ringen mit dem OLK Argus (2013 und 2018) und im letzten Jahr die Senioren-WM in Lettland.

Bei diesen Grossanlässen gibt es keine OL-technischen Besonderheiten, der Standard ist gleich wie in der Schweiz. Das Wichtigste ist, vorher an einem Musterlauf teilnehmen zu können und dort möglichst schnell zu erfassen, wie das Gelände ist und wie es kartiert ist. Vor allem das Relief und die Grünstufen können anders als in der Schweiz kartiert sein.

Ich versuchte jeweils herauszufinden, wie Relief-Objekte auf der Karte dargestellt waren und was wie gut belaufbar ist: Ist die Belaufbarkeit auf den Hügelrücken oder in den Talsohlen besser? Wie ist es in den Hängen? Wie schnell kann man durch die drei Grünstufen kommen? Wie ist die Bodenvegetation (Gras, Brombeeren, Alpenrosen, Heubeeren, Erikastauden, Farne etc.) belaufbar? Wie präsentieren sich die Sümpfe, sind sie nass und kräfteraubend oder trocken und kraftsparend?

Wenn es einem gelingt, sich schnell darauf einzustellen und sein Laufkonzept entsprechend anzupassen, kann man sich auf die Aufgabe freuen und sie auch erfolgreich bestreiten!

Dani Hotz

DOMINIC SCHACHER

(2002-)

Im Ausland kommt man in Genuss
Von verschiedensten OL-Geländen
Und bekommt noch mehr OL-Lust
Trotz teilweise komplizierten Umständen.

OL im Osten bildet ein Kraftakt
Alle physischen Komponenten darin verpackt
Ob Slowenien, Tschechien, Bulgarien
Man fühlt sich nie wie in Hispanien.

Nach Slowenien im Nachtzug
Hatte man richtig Platzentzug
Das Gelände war ne Mondlandschaft
Da bildeten OL-Läufer die Stammkundschaft.

In Tschechien hat's Hügel, Felsen, Steine
Hier bekomm ich müde Beine
Das erfordert mein Lieblings-Regenerationsmodul
Eine Erfrischung im Hotelpool.

Bulgarien wartet weiter östlich
Da war das Essen super köstlich
Trotz Strassen voller Schafherden
Konnte man ne Erfahrung reicher werden.

OL geht auch anders
Fast so schnell wie Julien Wanders
Ob Schweden, Frankreich, Österreich, Portugal
Ein Bijou ist es überall
Hier kommt man auf seine OL-Kosten
Ohne einmal einzurosten.

AUSBLICK

In Schweden gibt's OL in jeder Situation
Doch der O-Ringen sprengt jede Dimension
Mit Kompass durch Sumpf und über Hügel
Fühlt es sich an, als hätte man Flügel.

Näher bei der Schweiz
Ist La Feclaz mit ihrem Reiz
Hier braucht's ein Superhirn
Das Gelände ist wie ein riesen Zwirn.

Im Arguslager über den Brenner
Dabei waren nur Ehrenmänner
Kickerlis auf Bundesliga-Niveau
War wie Suchen die Nadel im Stroh
Wir schliefen wie ein Schaf
Nur der Ü50 brauchte keinen Schlaf.

Weiter westlich liegt Portugal
Ich im Kader s'erste Mal am Abflugterminal
Das Gelände hatte es in sich
Da gab es Fehler, die waren schrecklich.

Unvorstellbar!!!
Man glaubt's fast nicht
Doch OL ist nicht nur im Aargau ein Gedicht
Jede Karte verdient ihren Respekt
Und bleibt dank uns nicht unentdeckt.

(um 2020)