



40. Ausgabe

DE BACHTELER SCHII

Clubzeitung des Skiclub am Bachtel
und der Panorama-Loipe, Gibswil

Kontakt-Personen

Vorstand des Skiclub am Bachtel

Clubleitung	Käthi Hanselmann, Blattenbach, 8636 Wald Telefon 055 246 14 07
	Ruedi Vontobel, Amslen, 8498 Gibswil Telefon 055 246 40 25
Kassier	Urs Fröhling, Diemberg, 8733 Eschenbach Telefon 055 282 24 94
Besondere Aufgaben	Rolf Stalder, Sunneraistr. 40, 8636 Wald Telefon 055 246 41 68
Festwirtin	Barbara Braun, Haldenweg 7, 8632 Tann Telefon 055 240 49 50
Chefin Breitensport	Susanne Vontobel, Unterpunt, 8636 Wald Telefon 055 246 67 20
Rennchef	Daniel Biedermann, Im Sack, 8636 Wald Telefon 055 246 40 61
JO-Chef	Hano Vontobel, Bühl, 8498 Gibswil Telefon 055 246 32 76
NK-Leitung	Peter Windhofer, im Zentrum Nord, 8498 Gibswil Telefon 055 245 21 05
Biathlon-Chef	Wädi Hanselmann, Blattenbach, 8636 Wald Telefon 055 246 14 07
Jugendvertreter	Cyrril Gross, Dreilindenstr. 7, 8636 Wald Telefon 055 246 63 76
Sponsorchef	Felix Vontobel, Chräzeweg 3, 8335 Hittnau Telefon 01 951 10 01

Trainer

Trainer SCB	Juri Burlakov, Im Ferch 44, 8636 Wald Telefon 055 246 64 45
-------------	--

Vorstand Panorama-Loipe

Präsident / Verbindung zum SCB	Ruedi Zumbach, Unterbach 8636 Wald Telefon 055 246 48 33
Chef Unterhalt	Max Kunz, 8498 Gibswil Telefon 055 246 24 85
Chef Finanzen / Adressverwaltung	Kurt Graf, Täusistrasse 44, 8630 Rüti Telefon 055 240 42 66
Mechaniker	Edi Graf, Hanflandstr. 3, 8340 Hinwil-Hadlikon Telefon 01 937 13 66
Spurchef	Ruedi Vontobel, Amslen, 8498 Gibswil Telefon 055 246 40 25

«DE BACHTELER SCHII»

40. Ausgabe Erscheint jeweils im Herbst und im Frühling Auflage: 1800

Präsiberichte

3 Skiclub

5 Panoramaloipe

SCB Intern

Winterversammlung 41
Sport und Ausbildung 43

Rennwesen

Kaderzugehörigkeiten 19

Team-Bachtel 21

Trainingslager Estland 30

Mentales Training 37

Das aktuelle Thema: Doping 45

Trainingslager Ramsau 59

Spezielles

35 Iron Bike-Race Einsiedeln

39 Interview mit Prokurorov / Tschepalova

Eusi JO

15 Saisonrückblick

27 Sommerlager

29 Schauenbergstaffete

Kombination / Biathlon

Biathlon-Schiessstand 9

Rückblick NK 11

Veranstaltungen SCB

ETU-Duathlon Wald 25

Sportmassagekurs 33

Bachteler Skitage 49

Informationen für alle !!!

7 Pony-Lift

7 Telefonbeantworter

29 Langlauf Privatunterricht

41 LL-Kurs für Interessierte

50 Lagerhaus Davos

63 So sind wir erreichbar

64 Terminkalender

Verschiedenes

13 Kochen

51 Persönlich

53 Sponsoren Duathlon

61 Zum Schmunzeln

ELVIA

VERSICHERUNGEN + LEBEN

Sponsor + Partner SC am Bachtel

Für Neubauten, Umbauten
und Reparaturen die erste Adresse
in der Region!



SANITÄR
HEIZUNG
SPENGLEREI

Besmer AG
Rütistrasse 23
8636 Wald
Telefon 055 256 20 10
Fax 055 256 20 11

Besmer AG
Wiesenstrasse 4
8620 Wetzikon
Telefon 01 933 60 80
Fax 01 933 60 81

Max Keller AG

Lüftungs- und Klimaanlage

Wetzikon

Tel. 01/932 43 48

Zürich

Tel. 01/302 06 28

Von Zielen, Visionen und dem Schweizerloch

Seit einem Jahr bietet der SC am Bachtel, auf Anregung unseres JO-Chefs, einen Kurs zum Thema „Mentale Stärke im Sport“ an. Als Referent und Kursleiter konnte mit Dr. Guido Schilling von der ETH Zürich eine kompetente, erfahrene Persönlichkeit verpflichtet werden.

In einem Referat erörterte er unter anderem die Wichtigkeit der Einstellung zur Sache und der Arbeit des Kopfes im Training und den Wettkämpfen. Aus einem Test mit 42 Fragen über Gedanken und Verhalten in Training und Wettkampf wurde eine sogenannte Fieberkurve erstellt. Im Punkt „Visualisieren“, der auch die Zielsetzung beinhaltet, waren alle auf dem absoluten Tiefpunkt. Und das betrifft nicht etwa nur unsere Rennläufer! Schilling nennt dieses Phänomen „das Schweizerloch“. Unser soziales Umfeld und unser Leistungsdenken in Bezug auf Ausbildung und Beruf erschwert es uns, voll hinter hochstehenden Zielen zu stehen, geschweige denn, Visionen auszusprechen ohne ausgelacht oder als Spinner hingestellt zu werden.

Nun, Dr. Schilling hat nicht mit den motivierten Rennläufer des SCB gerechnet. Als sie die gezeichneten Darstellungen ihrer Ziele und Visionen vorstellten, staunte er wirklich. Nur alleine schon der Test und das Thematisieren hat bewirkt, dass sie ihre Ziele sehr realistisch zeichneten, und auch die Visionen ehrlich und offen darstellten. Dr. Schilling freut sich jedenfalls auf die olympischen Winterspiele 2006 in Sion...

Dank Vision, Motivation und Zielsetzung der Walliser und unseres Bundesrates Adolf Ogi ist Sion 2006 wieder ein Stück näher gerückt. Die Bewerbung, die „vorher schon gut war und jetzt noch besser ist“ (so formuliert es das OK) wurde erneut eingereicht. Wieviele Bachtelianer ihre Visionen bis dann umsetzen können, wissen wir nicht. Wir können aber versuchen, ihnen den Weg dorthin zu ebnen, ihnen zu helfen, in dem wir sie motivierend unterstützen und ihnen die Infrastruktur bieten, die sie brauchen.

Themawechsel:

Ein leidiges und dem Sport nicht förderliches, aber um so brisanteres, Thema hat sich diesen Sommer erneut und mit ungeheurer Vehemenz breit gemacht. Wer nun wirklich „dopt“, das heisst von unerlaubten Mitteln Gebrauch macht, weiss niemand. Ich weiss nur, dass ich nie in einem Club mitarbeiten werde, der diese Art von „Leistungsförderung“ unterstützt. (Eine Stellungnahme unserer Wettkampfathletinnen und -athleten sowie ihrer Betreuer zum Thema „Doping“ folgt einige Seiten weiter in diesem Heft.)

Vieles wurde um dieses Thema geschrieben, was ich aber vermisse und worauf ich immer noch warte, sind Stellungnahmen der Sportverbände. Einzig die SFA in Lausanne (Fachstelle für Alkohol und Drogenprobleme) gibt eine Broschüre heraus. Sie trägt den Titel: **„Wir wollen sauberen Sport“**.

Auch ich plädiere für sauberen Sport, aber auch für einen erfolg- und schneereichen Winter.

Für die Clubleitung, Käthi Hanselmann

Brandmalerei
Atelier



Geschenksartikel



Aufenthaltsräume für
Sportwochenende oder
Familienanlässe

○ Auskunft erteilt
 □ Ursula Hägi-Lang
 8498 Gibswil
 055 / 245 18 02



DANIEL KELLER & FRANK KUHN



ROLF WALTI AG
ARCHITEKTURBÜRO
FRIEDHOFSTRASSE 2
8636 WALD ZH
055 246 13 13
FAX 055 246 17 09

drogerie gfeller

heilkräuter parfümerie babycorner

Bahnhofstrasse 14
8636 Wald ZH
Telefon (055) 246 11 63

FIT SEIN – SCHÖN SEIN!

Wir zeigen Ihnen, was gepflegte Sportler
brauchen und beraten Sie individuell.

Bericht der Panoramaloipe

Der Loipenwinter 1998 / 1999 hat bereits begonnen

Es ist bereits wieder Herbst, die Blätter werden langsam farbig und werden mit den Herbstwinden fortgetragen; Zeit für die Loipenchnüttler in die Startlöcher zu gehen, denn der erste Schnee ist nicht mehr weit. Der Loipenwinter 1998 / 1999 hat für uns schon lange begonnen. Zu dritt gingen wir am 6. Juni an die GV der Arbeitsgemeinschaft für Loipenunterhalt (AGL) nach Gonten. Schönes heisses Sommerwetter auf dem Kronberg, ein feines Mittagessen und eine zeitweise etwas gereizte Versammlung. Das waren unsere Eindrücke von diesem Loipentag.



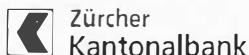
Eindruck eines Arbeitstages in den Sommermonaten

Dann folgten Servicearbeiten an den Fahrzeugen. Ein neues Blachentor wurde an der Remise montiert, damit unsere Fahrzeuge von Sonne und Wetter geschützt den Sommer verbringen konnten. Beim Skilift Tanneregg füllten wir eine Geländemulde auf. Nun ist kein Brüggli mehr nötig, was weniger Arbeit bedeutet beim Aufstellen und Abräumen des Skiliftes. Auch die „Snöber“ brauchen nicht mehr über das Brüggli zu zirkeln.

Der Loipenpass Schweiz für 60.00 Franken

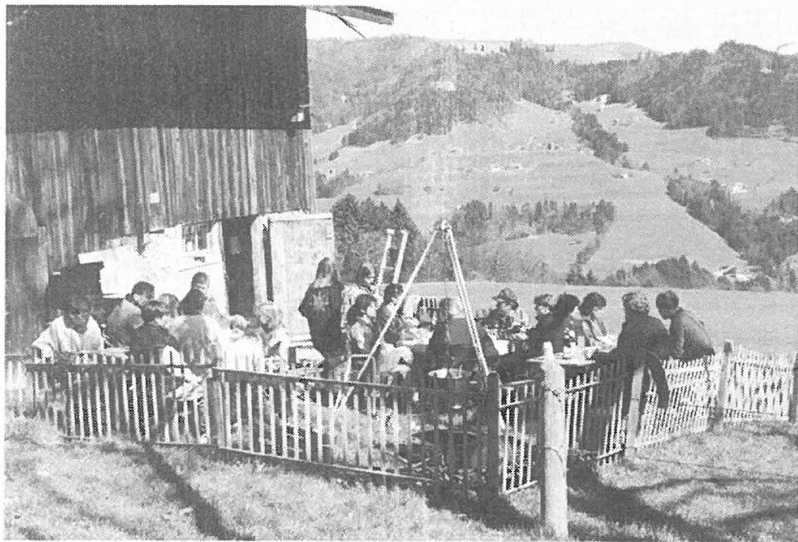
Der Loipenpass wird dieses Jahr 60.00 Franken kosten, ist aber in der ganzen Schweiz gültig (inkl. Goms). 30.00 Franken vom Verkaufspreis des Passes bleiben bei der Pano-

Panoramaloipensponsoren 1998 / 1999:



CABLECOM

ramaloipe zur Deckung unserer Kosten. Die restlichen 30.00 Franken gehen in den Pool der AGL und werden dann an die Loipen mit langer Betriebsdauer nach einem genau festgelegten Modus ausbezahlt.



Die Loipenmannschaft nach getaner Arbeit

Der Gönnerausweis 30.00 Franken

Wer aber nur bei uns auf der Panoramaloipe laufen möchte, dem genügt auch der Gönnerausweis. Er kostet 30.00 Franken, ist jedoch nur auf unserer Loipe gültig.

Der Panoramahöck

Der Bauernhöck am 11. Oktober war etwas ganz besonderes. Wir Chnüttler verwöhnten die Landbesitzer mit einem feinen Buurezmorge. Da wurden Spiegeleier und Speck gebraten, Rösti gewendet und Kaffee gabs aus dem Kupferchessi. Rundherum gab es zufriedene Gesichter. Es wurde bis in den Abend geplaudert und gelacht.

Der Winter kommt bestimmt

Ihr seht, wir sind für den Winter gerüstet. Seid ihr es auch?

Panoramaloipensponsoren 1998 / 1999:



Zürcher
Kantonalbank

CABLECOM

Wir freuen uns jedenfalls auf den Winter, um wieder schöne Loipen ziehen zu können. Ja, es gibt ja diesen Winter viel Schnee, wie schon lange nicht mehr! Dies verrät mir ein altes „Buuremannli“ hinter dem Bachtel..., denn eine Bauernregel besagt:

„Sind die Maushaufen im September pappig, so wird der Winter happig“.

Wir von der Panoramaloipe sind ewige Optimisten

Hebet en schöne Winter. Das wünschd Eu d'Panorama-Chnüttler

De Loipe-Präsi, Ruedi Zumbach

Pony - Lift

Unser beliebter Pony-Lift ist auch im kommenden Winter in Betrieb!

Betriebszeiten:

Mittwoch	ab	13.30 Uhr
Samstag	ab	13.30 Uhr
Sonntag	ab	10.00 Uhr

In den Sportferien täglich ab 13.30 Uhr

Schnee- und Wetterbericht
055 / 246 42 22

Fahrpreis:

Kinder	Fr. 5.00
Erwachsene	Fr. 8.00

Gruppen oder Schulklassen können nach Absprache mit Familie Brändli (055/246 17 76) auch ausserhalb der normalen Betriebszeiten einen Termin vereinbaren (günstige Tarife).

Telefonbeantworter – Winterservice

Auch im kommenden Winter werden Sie die Möglichkeit haben, sich telefonisch über die Panorama-Loipe informieren zu lassen.

Sie erfahren dabei unter anderem den Loipen-Zustand, die Schneearart, die Temperatur und die Witterung im Bachtelgebiet!

Diese Angaben erfahren Sie, wenn Sie die Telefon-Nummer

(055) 246 42 22 wählen!

Panoramaloipensponsoren 1998 / 1999:



Zürcher
Kantonalbank

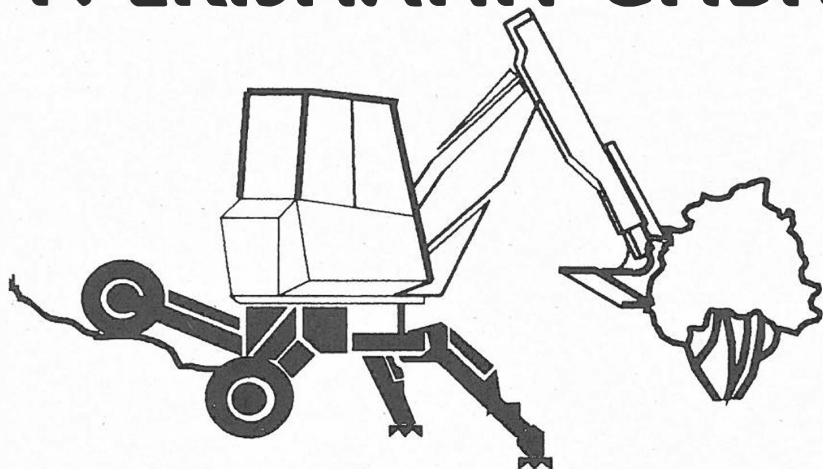
CARLECOM

gemeinsam in die Zukunft

Fusion

der

P. ERISMANN GMBH



mit der

WYLER AG

Bauunternehmung

8497 Fischenthal

Tel. 055 245 14 31

Fax. 055 245 16 39

Tel. 055 245 19 81

Biathlon

Im Biathlon-Team Sunier-Bachtel läuft alles rund. Die Athleten und Athletinnen weisen steigende Formkurven auf und die Nachwuchsbiathleten sind mit Freude dabei. Die Anfangseuphorie hat der Routine Platz gemacht.

Das wäre mein Bericht für den „Bachteler-Schi“, hätte da nicht Franz Kunz in seiner bekannten Manier nach einem neuen Standort für den Biathlonschiessstand Ausschau gehalten.

Tatsächlich war der neue Besitzer der Tennishalle Gibswil - Peter Künzle, Holzbau, Gibswil - bereit, das Land hinter der Halle zur Verfügung zu stellen. Peter Erismann seinerseits stellte uns ausser für seine Maschinen auch für seine Arbeitszeit keine Rechnung. Fränz organisierte Splitt und Teer, und so entstand unweit unserer Schanze eine perfekte Biathlonanlage mit Rollskianschluss.



Am 10. Oktober 1998 wurde der neue Schiessstand mit einem Training eingeweiht. Es ist dies die erste Anlage in der Schweiz, bei welcher die Biathleten im Sommer mit den Rollski's direkt über den Radweg bis zur Schiessanlage fahren und dann ohne Unterbruch ihr Schiesstraining absolvieren können. Im Winter trainieren die Sportlerinnen und Sportler selbstverständlich mit den Langlaufski's. Die Anlage kann mit Scheinwerfern beleuchtet werden, damit im Winter auch gegen Abend die Sicht zum Schiessen noch ausreicht.

Sponsor
Biathlon-Team SUNIER-BACHTEL:

	Sunier AG
	Mühle
	8344 Bäretswil
	Tel. 01 939 12 51
	seit 1936 Fax 01 939 11 66

Der neue Schiessstand ist zu Fuss in ca. 5 Minuten vom Bahnhof Gibswil aus zu erreichen und ist somit auch für Sportlerinnen und Sportler, welche nicht mit dem Auto kommen, ideal gelegen.

Da aus dem Team Sunier-Bachtel immer mehr hervorragende Athleten zu nationalen Grössen aufsteigen, war eine solche Anlage mehr als überfällig. Auch wurden am letzten Schnuppertag wieder neue junge Talente entdeckt, welche in ein paar Jahren von sich reden machen.

Was in unseren Nachbarländern schon in viel grösserem Rahmen als eine Selbstverständlichkeit gilt, ist bei uns noch in den Kinderschuhen.

Herzlichen Dank allen, die am Bau der neuen Anlage mitgeholfen haben. Danken möchten wir auch der Firma Schoch, in deren Kiesgrube wir bis anhin trainieren durften.

Der selbstlose Einsatz aller, die mitgeholfen haben unseren Schiessstand zu realisieren, zeigt mir, dass in der heutigen Zeit noch immer Leute gefunden werden können, die bereit sind, für die Jugendförderung wie sie der SCB betreibt, alles zu geben!

Doch damit weiterhin Personen gefunden werden, die uns hilfreich zur Seite stehen, muss sich der Sport auf seine Grundwerte besinnen. Für mich bedeutet Sport die Grenzen der physischen sowie psychischen Leistungsfähigkeit kennenzulernen und nicht als Proband der Medizin die neusten medizinischen Errungenschaften spazieren zu führen.

Auch der Umweltschutz wird im SCB grossgeschrieben. Damit kein Blei in den Boden gelangt, wurde hinter den Scheiben Holz aufgestapelt und unter den Scheiben eine Blache montiert, um die Kugeln aufzufangen. Gleich neben der Anlage ist ein kleines Biotop entstanden, in welchem sich im Sommer bestimmt Frösche und anderes Kleingetier tummeln wird.

Den Firmen Erismann, Künzli und Wyler danken wir nochmals ganz herzlich für die grosszügige Unterstützung.

Chef Biathlon, Wädi Hanselmann
Ruth Spörri



Sponsor
Biathlon-Team SUNIER-BACHTEL:



Rückblick Nordische- Kombination

Das etwas andere Sprungtraining

Im vergangenen Sommer konnten wir, zusammen mit dem SC Hinwil, das „Fliegen“ von einer anderen Seite kennenlernen. Am 4. Juli fuhren wir nach Mettmenstetten: „Aha, eine neue Sommerschanze in Mettmenstetten?, cool“. Tatsächlich, es ist eine Sommerschanze, aber keine um möglichst weit, sondern eher eine um hoch zu fliegen. Es ist die Trainingsanlage der Skiakrobaten. Fünf verschieden grosse Sprungschanzen stehen neben einander am Hang, etwas ausserhalb des Dorfes.

Der Anlauf unterscheidet sich nur unwesentlich von den uns bekannten Schanzenanläufen. Die ersten Meter sind „etwas“ steiler, aber sonst in Ordnung. Der Schanzentisch zeigt aber von „ein bisschen“, bis „extrem krass“ nach oben. Und der Auslauf ist in diesem Falle ein 5 m tiefes Wasserbecken.



Sommersprunganlage der Skiakrobaten in Mettmenstetten

Als Erstes mussten wir die Grundtechniken der einzelnen Sprünge auf dem Trampolin erlernen, danach wurde nach der passenden Ausrüstung gesucht. Helm, Neopren-Anzug, Skischuhe und die dazugehörenden ca. 120 – 150 cm langen Ski.

Unsere Jungs, die während dem Aufwärmen noch grosse Sprüche klopfen, wurden doch ungewöhnlich ruhig, als wir am Anlauf der kleinsten Schanze standen: „Weisch wiä tuät das weh, wänn ich uf em Ranze landel!“ Es machte Riesenspass mit Gretsche, Schraube oder Vorwärtssalto über die kleine Schanze zu springen. Gegen Nachmittag war die kleine Schanze für unsere Jungs aber doch ein bisschen langweilig geworden. Sie woll-

Fotokopien
Color Laser Kopien
Passfotos
Industrie- / Werbefotografie
Reportagen
Audiovisuelle Produktionen



Inserat-Annahmestelle
für den «Zürcher Oberländer»

Ladengeschäft: Bahnhofstrasse 15
8636 Wald ZH
Telefon (055) 246 4121

Im Schadenfall macht
die Motorfahrzeug-Versicherung der <<Winterthur>>
ganz schön Tempo.

Hauptagentur Wald
Thomas Grasmück

8636 Wald, Kirchplatz 6
Telefon 055 246 26 21



Von uns dürfen Sie mehr erwarten.

Teppich - Palette

Hans Inglin

Eichwiesstrasse 9
8630 Rüti ZH

Tel. (055) 240 79 30
Fax (055) 241 15 30

Teppiche
Bodenbeläge
Fertigparkett

ten die grössere erkunden. Das war ein tolles Erlebnis, 5 m über dem Wasser zu fliegen in der Hoffnung, dass man möglichst auf den Ski landet.

So ging ein toller Tag zu Ende, den wir sicherlich nicht so schnell vergessen werden.

Die „normale“ Saisonvorbereitung

Natürlich wurde auch auf uns besser vertrauten Schanzen gesprungen. So hatten wir diverse ZSV-Trainingsweekend und -lager in Wildhaus, Kandersteg und Isny. Wettkämpfe absolvierten wir drei auf dem Gurten, und je einen in Wildhaus, Gibswil und Kandersteg.

Unsere Athleten konnten auch diesen Sommer wieder viele Sprünge absolvieren, vorallem auch dank der super Zusammenarbeit mit dem SC Hinwil (vielen Dank Kurt Trachsler & Co. !!).

Wir blicken motiviert und gut vorbereitet einem schneereichen Winter entgegen.

„Das Kombi-Team bleibt am Ball !“



Tisch Windl.



Fensis Zigergnocchi

(4 Personen)

Vorbereitung

200 g Mehl (alle Sorten möglich)
350 g (Speise-) Quark
2 Eier
2 Eigelb
200 g Ziger (geraffelt)
je 1 Prise Salz und Muskat
2,5 dl Saucrenrahm (Halbrahm)
50 g Parmesan

Zubereitung

Alle Zutaten mischen, Teig mindestens 30 Minuten stehen lassen. Kleine Klösschen formen (mit 2 Teelöffeln oder mit dem Spritzsack). Diese in kleinen Mengen in heissem Wasser garen (bis sie aufsteigen). In Gratinform einfüllen. Rahm und Parmesan darüber geben und bei ca. 220 Grad überbacken. Dazu schmecken Apfel-/Birnenkompott, Braten oder Salat.

**Wir wünschen
den Nordischen
des Skiclubs am Bachtel
viel Glück - auch wenn Sie
im Süden an den Start gehen...**



JOSEF RAVA

MAURERGESCHÄFT

RENOVATIONEN & CHEMINÉEBAU

Felenkellerstrasse 9, 8636 Wald
Telefon (055) 246 31 87, Natel(077) 912 812

ANTICARO

der moderne Kalkschutz

mit dem **ANTICARO** Kalk-/Rostschutz-Gerät sind
Kalkprobleme weitgehend gelöst. Testen Sie selbst! 10 Jahre Garantie!
Pat. pend./in der Schweiz prod. **Preis: ab Fr. 980.-**

Kaufen Sie kein Kalkschutz-Gerät
(oder sog. Wasseraufbereiter),
bevor Sie nicht unser Angebot geprüft haben!

die günstige Lösung für Haushalt,
Gewerbe und Industrie.

- keine Chemie, kein Strom
- 1 Jahr Rückgaberecht



Sunier AG

Mühle

8344 Bäretswil

Tel. 01 939 12 51

seit 1936

Fax 01 939 11 66

JO SC am Bachtel Sommer 98

Rückblick

Ein abwechslungsreiches Sommerprogramm liegt hinter uns. Unser Nachwuchs trainierte, und vergnügte sich dabei, mit Skates, Bike und Rollski. Daneben wurde auch gesprungen, geschwommen, geschossen, Fussball, Unihockey und Basketball gespielt.

In diesen Sportarten wurden auch einige Wettkämpfe besucht. An denen konnte man deutlich sehen, dass unsere JO's nicht nur im Langlauf mithalten können.

Ein JO-Training



Juri und seine Schützlinge beim Techniktraining mit Imitationsübungen

Juri erinnert uns glücklicherweise mit seinem gezielten Trainingsaufbau regelmässig an unsere Hauptsportart. Mit seinen immer wieder neuen Technikübungen motiviert er bereits die Jüngsten, sich technisch Schulen zu lassen.

Jugendsponsor 1998 / 1999:

CARLECOM

:relax

Haustüre aufgebrochen?

**Relax! 0800 80 80 80
anrufen, und wir helfen
Ihnen weiter.**



Generalagentur Oberland, Wetzikon
Usterstrasse 56, 8622 Wetzikon
Telefon 01 931 33 33, Fax 01 931 33 34


ZÜRICH


minnig

fleisch • wurst • traiteur

**Metzggasse 4
8636 Wald
Telefon 055/246 15 85
Fax 055/246 62 57**

**Fleisch
aus der Region**

bürgt für Frische und Qualität



**Elektro • Telecom • TV
Projektierung
Installationen
Kontrollen**

**Laupenstrasse 8
8636 Wald
Telefon 055/266 11 33
Fax 055/266 11 34**

Ein „Mini-JO“-Training

Die Jüngsten werden unter den Fittichen von Karin, Susanne und Baba an den Ausdauer-sport heran geführt.



Bei den „Mini's“ geht's immer lustig zu und her

Ausblick

Nach den Herbstferien beginnt die letzte Trainingsphase mit dem Schwergewicht Technik- und Ausdauertraining auf Schnee.

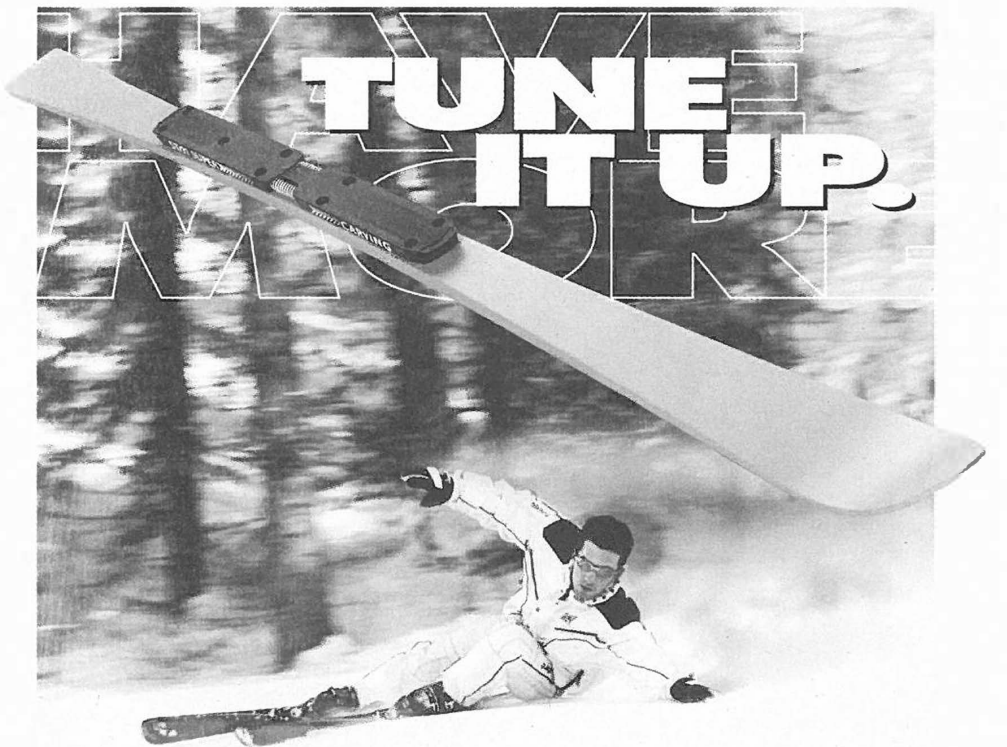
Nun hoffen wir auf einen schneereichen Winter und natürlich ganz speziell auf den Heimwettkampf am 30./31. Januar 1999 (ZSV-Meisterschaften mit SSV/ELVIA-Trophy).

Mein Dank gilt allen stillen und lauten Freunden, Eltern, Helfern, Trainern und JO's für ihren sportlichen Einsatz und die grosszügige Unterstützung.

Der JO-Leiter, Hano Vontobel

Jugendsponsor 1998 / 1999:

CABLECOM



TUNE IT UP.

HAVE MORE FUN!

Ob **SUPER CARVING** oder **X-PERT** – das **STM-Ski Tuning Module** bietet mehr Spass und das echte «Carving-Gefühl». Zwischen Ski und Bindung montiert, garantiert die Platte:

- besseren Kantengriff • extreme Schräglage in Kurven • mehr Schwung mit weniger Kraft
- grösste Flexibilität des Ski's.

BAUMANN FEDERN AG, CH-8630 Rüti
Tel. +41 (0)55 2868 111, Fax +41 (0)55 2868 513
Verkauf über den Fachhandel.

STM SWISS MADE
SKI TUNING MODULE

Kaderzugehörigkeiten

Dank den guten Leistungen im letzten Winter konnten sich folgende Läufer für das ZSV- oder ein SSV-Kader, bzw. für das Kader Biathlon Suisse qualifizieren:

Rennläufer

SSV-Kader

Damen Nationalmannschaft
Herren A-Kader

Sylvia Honegger
Reto Burgermeister



ZSV-Kader

Sylvia Honegger, Cornelia Porrini, Andrea Honegger, Reto Burgermeister, Gabriel Huber, Reto Ruprecht, Boris Fischer, René Inderbitzin, Mario Müller, Stefan Bernasconi, Roger Burri, Remo Fischer, Hans-Heiri Spoerry, Pascal Messikommer, Thomas Suter, Jürg Kunz

ZSV-JO-Kader

Nasdia Burlakova, Cédric Messikommer, Claudio Bolt, Claudio Böckli, Christian Spoerry, Michi Suter, Simon Bohli



Nordische Kombination

SSV-Kader

Urs Kunz
Nicola Bay, Marco Gerber
Felix Kläsi

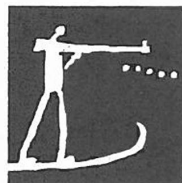
Nationalmannschaft
Juniorenkader
Sichtungskader

ZSV-Kader

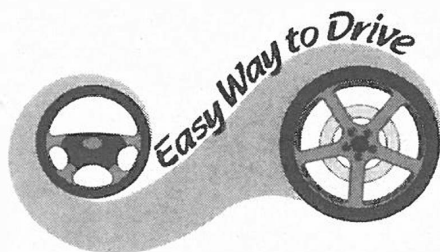
Urs Kunz, Nicola Bay, Marco Gerber, Felix Kläsi, Fabian Gerber, Michi Hollenstein, Moritz Alder, Ueli Zumbach, Thomas Zumbach, Chrigi Zumbach

Biathlon Suisse

Anja Burgermeister, Thomas Giger, Cyrill Gross, Jürg Kunz

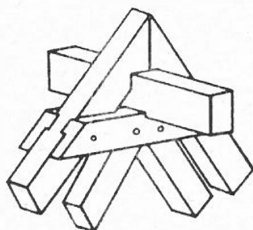


!!! Herzliche Gratulation !!!



**FAHRSCHULE
TONI SCHMUCKI
079 / 407 87 87
RÜTI, WALD, FISCHENTHAL
UND UMGEBUNG**

Künzle HOLZBAU



Leebergstrasse, 8498 Gibswil
Telefon 055 - 245 22 49

**Zimmerei, Treppen
Innenausbauten, Isolationen**

Team Bachtel in der dritten Saison

Das Team Bachtel wird Ende dieser Saison drei Jahre alt. Aus diesem Anlass möchte ich hier die Idee des Teams aufzeigen und auch einen Rückblick über diese Jahre geben.

Was ist das „Team Bachtel“?

Mitglieder des Team Bachtel können Athleten (weibliche in der Folge immer mit eingeschlossen) aus allen Abteilungen des SC am Bachtel, mit dem Eintritt in die Kategorie Jugend, werden, sofern er die Bedingungen erfüllt. Der Athlet unterschreibt eine Vereinbarung, in der die Verpflichtungen und die Möglichkeiten aufgeführt sind.

Wer kann im Team Bachtel dabei sein?

Die Team-Mitglieder müssen bereit sein, ein regelmässiges Training zu absolvieren. Sie müssen am Anfang eines Trainingsblockes dem Trainer mitteilen, welche Trainings sie besuchen werden. In dieser Planung müssen sie eine Mindestanzahl von Trainings vorsehen, wobei noch unterschieden wird zwischen intensiven und weniger intensiven Trainings. Weiter müssen die Athleten alle vierzehn Tage ein Trainingstagebuch an den Trainer abgeben, in dem alle absolvierten Trainings notiert sind.

Was der Athlet vom Team Bachtel erwarten kann?

Der Athlet wird vom SC am Bachtel, der Stiftung zur Förderung des nordischen Skisports und dem 100er-Club unterstützt. Sie werden vom bestausgewiesenen Trainer persönlich betreut und in den Trainings geleitet. Der Trainingszustand der Sportler wird mit diversen Tests regelmässig geprüft. Zum Beispiel werden in den Trainings regelmässig Laktat-Tests durchgeführt. Sie haben Anrecht auf die Leistungsprämien des 100er-Club. Um auch nach aussen als Team zu erscheinen, können die Mitglieder, zu guten Bedingungen einheitliche Trainingskleider kaufen.

Was haben wir bisher erreicht?

Wir haben innerhalb der Teammitglieder ein sehr gutes Verhältnis, welches die Leistungsbereitschaft fördert. Dadurch haben wir in den letzten Jahre gute Fortschritte gemacht, sowohl an der Spitze, wie auch in der Anzahl von guten Athleten.

Aber auch auf den Athleten hat das Team einen positiven Einfluss. Er muss sich mit dem Gedanken Spitzensport auseinander setzen und sich überlegen, was er will. Wir wollen damit nicht erst- und zweitklassig Athleten unterscheiden, aber wir wollen jene Athleten, die sehr aktiv und zielgerichtet arbeiten, optimal unterstützen können.

An den Trainings können trotz des Teams **alle Clubmitglieder teilnehmen**, und einzig wenn die Anzahl Teilnehmer zu gross wird, werden die Team-Mitglieder bevorzugt betreut.



**GUT VERSICHERT,
IST HALB GEWONNEN.**



Sponsor + Partner SC am Bachtel

Generalagentur Uster

**Jeremias Wigger · Versicherungsberater
Telefon 01 - 905 78 00**

Ausserhalb des Clubs hat das Rennwesen des SCB einen guten Ruf. Und das nicht nur innerhalb des Langlaufbereiches des Zürcher Skiverbandes, in welchem der SCB eine immer wichtigere Funktion hat, sondern auch innerhalb der ganzen Schweiz. Wir haben zum Beispiel in diesem Herbst ein Trainingslager mit dem BOSV zusammen durchgeführt.

Aber auch innerhalb des ZSV konzentriert sich immer mehr auf unseren Club. Im Frühjahr haben zwei Athleten, Gabriel Huber und Reto Ruprecht, provisorisch den Eintritt in unseren Club gegeben. Sie werden diese Saison für den SCB starten und hoffen an er nächsten GV definitiv aufgenommen zu werden. Gabriel war in der letzten Saison im SSV-Juniorenkader. In der kommenden Saison startet er das erstmal in der Kategorie Herren. Reto wird in der kommenden Saison vermehrt an Volksläufen starten, aber er wird unser Herren-Team sicher bei diversen Anlässen als Läufer oder als Betreuer verstärken.

Dani Biedermann



Team Bachtel und Biathlon-Team Sunier-Bachtel des SC am Bachtel

Obere Reihe: Team Bachtel mit Sylvia Honegger und Reto Burgemeister rechts

Untere Reihe: Links Biathlon-Team Sunier-Bachtel und rechts SM Herren-Staffel in Ulrichen



w. schoch wald

Laupenstrasse 14
8636 Wald

Fax und Tel. 055 246 32 04

Steil- und Flachbedachungen
Fassadenverkleidungen
Isolationen

Ausführung von Umgebungsarbeiten



Maschinelle Erdarbeiten
Belagsarbeiten
Bepflanzung, Begrünung
Unterhaltsarbeiten

Jörg Meier, Gartenbau

Frohberg, 8630 Rüti, Telefon (055) 240 54 54
8636 Wald, Telefon (055) 246 38 33



Donnerstag bis 20.00 Uhr

rochat

Tösstalstr. 18 8636 Wald 055-246 11 66

**Sportartikel
Reisetaschen
Koffer
Schirme
Lederwaren**

Gesundheit & Schönheit

DROGERIE RÜEGG

**Rüti Hinwil
Eschenbach**

+ APOTHEKE MÄRTEGGE **Rüti**

Schönheitsstudio Märtegge **Rüti**



Züri Oberländer
DUATHLON



Begegnung am Rande des Duathlon

„Liebe Brunners...“

Vor ein paar Tagen erreichte uns eine Ansichtskarte aus Marmaris, Türkei, mit folgendem Wortlaut: „Liebe Brunners. Zuguterletzt kann ich endlich richtige Ferien machen, ohne Rennen und Trainings. Mein letztes Rennen dieser langen Saison habe ich am Sonntag in Portugal bestritten und bereits am Dienstagmorgen flog ich für eine Woche in die Türkei. Ich hoffe, Euch geht es gut. **Mein Weekend in Wald war mit Sicherheit das schönste und angenehmste der ganzen Saison 98.** Liebe Grüsse, Anne Paul.“

Ein Wochenende mit Anne Paul

Anne war während des Duathlon-Wochenendes bei uns zu Gast und ich erinnere mich gerne an sie, wenn auch mit gemischten Gefühlen:

Anne Paul, 36 Jahre alt, eine schlanke, feine Person. Sie ist zurzeit die einzige irische Duathletin von Format, Achte an der Europameisterschaft in Polen dieses Jahr und derzeitige Dritte im Europacup. Sie arbeitet zu 100 % an der Universität als Sportlehrerin, trainiert zweimal täglich, ernährt sich sehr bewusst, isst vegetarisch. Anne braucht an diesem Freitag zuerst ein bisschen Ruhe nach der langen Reise, möchte aber später gerne noch einen lockeren Lauf machen, um die Strecke zu besichtigen. Ich erkläre mich sofort bereit, sie bei diesem Vorhaben mit meinem Trainingskollegen zusammen zu begleiten. Wir trainieren durchschnittlich zwei- bis dreimal pro Woche und denken, dass wir uns bei einem *lockeren Lauf* ebenfalls bestens auf das Rennen vom Sonntag vorbereiten können.

Die Strecke beginnt flach, am Fussballplatz vorbei in Richtung Bahnhofstrasse. Wir zeigen ihr die wichtigen Abzweigungen, plaudern über Allgemeines und haben bald die Bahnhofstrasse hinter uns gelassen. Nun steigt die Strecke an gegen die Haselstud. Im Normalfall schalten wir hier einen Gang zurück, doch mit Anne bleibt unser Tempo unverändert. Sie spricht auch noch immer gleichviel wie zuvor, ich selber bin etwas ruhiger geworden und mein Kollege sagt gar nichts mehr. Vielleicht, weil er nicht sehr gut Englisch kann. Der Atem geht recht schnell. Die Luft wird dünner. Martins Zunge berührt beinahe den Boden, meine reicht auch schon bis Bauchhöhe. Wir lassen uns nichts anmerken und halten das Tempo weiterhin mit. Man(n) gibt sich doch keine Blöße vor einer Frau. Wir erreichen endlich den höchsten Punkt der Strecke. Von hier geht es wieder geradeaus über die Steig, Rotwasser, Oberlaupen zurück zum Fussballplatz. Mein Gott und das war ein *lockerer Lauf*?



**Zürcher
Kantonalbank**



Versicherungen

Samstagmorgen. Meine irische Kollegin möchte den Radparcours sehen. Nur easy natürlich. Martin hat sich schon mal kurzfristig abgemeldet, also fahre ich mit Anne los. Auf der Fahrt über Ermenswil nach Rüti kann ich mit meinem Mountainbike locker mithalten, aber nachher, auf dem Rückweg über Fägswil, Goldbach kann ich nicht mehr. Jetzt lässt sogar mein Stolz zu, zuzugeben, dass meine Trainingspartnerin ganz einfach zu stark ist und ich lasse sie fahren. *Easy!* So schnell werde ich dieses Wort nicht aus meinem Vokabular streichen können.

Anne Paul wurde im Rennen der Frauen ausgezeichnete Siebte.

Wir haben einen guten Ruf...

Diese und ähnliche persönliche Begegnungen machen einen grossen Reiz unseres Züri-Oberländer-Duathlons aus und heben ihn von vielen anderen Veranstaltungen ab. Nicht zuletzt deswegen haben wir auch in der internationalen Duathlon-Szene einen sehr guten Ruf und darauf können wir stolz sein.

10-Jahre-Jubiläumsaustragung 1999 !!!

Das OK hat bereits eine Sitzung für die Jubiläums-Austragung 1999 hinter sich. Wir möchten viele neue Hebel in Bewegung setzen, um die zehnte Austragung zu einem tollen Fest für Teilnehmer und Zuschauer werden zu lassen. Dabei werden wir wiederum auf die Unterstützung aller Skiklüber angewiesen sein. Also sofort mit dickem roten Stift in der Agenda eintragen:

20. / 21. Juni 1999,

10. Züri-Oberländer-Duathlon Wald, des SC am Bachtel.

Werner Brunner



**Zürcher
Kantonalbank**



ALPINA Versicherungen

JO-Sommerlager 1998

Am Sonntagmorgen besammelten sich die ältesten JO, die Leiter Juri, Dani, Max Bohli und der Buschauffeur Werner Suter mit ihren Bikes beim Güterschuppen in Wald. Als wir alles Gepäck, die Rollskis und unsere Schlafsäcke in die JO-Busse verstaut hatten, mussten noch unsere Bikes verladen werden, weil wir die ersten Kilometer nicht mit dem Velo zurücklegten. Nach ungefähr 30 Minuten Autofahrt fuhren wir mit den Bikes los. Nach einer Stunde kamen wir nach Gersau. Dort mussten wir auf die Autofähre, die uns über den Vierwaldstättersee nach Beckenried brachte. In Giswil, 10 Kilometer vor unserem Ziel hielten wir zum letzten Mal vor dem Schlussaufstieg, der uns zum Lagerhaus führte. Als wir erschöpft oben ankamen, hatten die kleineren JO's, die mit dem Bus angereist waren, bereits ihre Betten bezogen.

Am ersten Lagertag gingen wir nach dem täglichen Morgenfooting und dem Morgenessen zu Fuss die wunderschöne Umgebung anschauen.

Am Dienstag war das erste Rollskitraining. In Sörenberg gab es Mannschaftsspiele, bevor wir die andere Seite des Passes in Angriff nahmen.

Am Mittwoch beschloss die Lagerleitung eine Wanderung zu einem kleinen Bergsee zu unternehmen. In verschiedenen Gruppen wanderten wir los. Nach dem gemeinsamen Mittagessen machten wir uns wieder auf den Heimweg. Kurz vor dem Ziel überraschte uns ein heftiges Gewitter. Nach der halbstündigen Pause in einem leeren Stall nahmen wir den Rest des Weges unter die Füsse.

Am Donnerstagmorgen stand ein Rollski-Skatingtraining auf dem Programm. Nach dem Mittagessen hatten wir noch ein kleines Unihockey-, Basketball- und Fussballturnier.

Am Freitag gab es wie immer einen Mannschaftswettkampf. Als die Mannschaften feststanden, kämpften wir bei einem Orientierungslauf mit kniffligen Fragen um die ersten Plätze. Nach einem - wie immer - feinen Essen von Baba machten wir noch einige Gemeinschaftsspiele. Dann ging es ab ins Bett.

Nach dem Morgenessen und dem Hausputz machten wir uns am Samstag mit unseren Velos wieder auf den Heimweg. Nach drei Stunden Fahrt durften wir in Brunnen zu Kurt Gerber in einen Bus steigen, der uns nach Hause brachte.

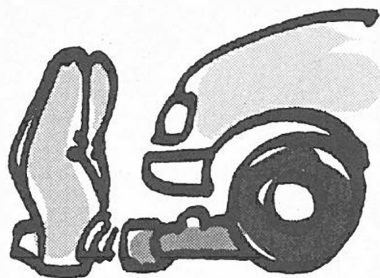
Ich möchte mich noch einmal bei allen Leitern recht herzlich für das Lager bedanken.

Claudio Bolt



Jugendsponsor 1998 / 1999:

CARLECOM



Dorf-Garage Wald

René Lustenberger
Bachtelstrasse 36, 8636 Wald ZH
Telefon (055) 246 41 93

Schauenbergstaffete

19. September 1998

Um 11.30 trafen wir uns am Bahnhof Wald und fuhren nach Turbental. Im Ried buckelten wir noch einige auf. In Turbental angekommen, sicherten sich die beiden „Sackhüpfer“ Urs und Felix die besten Startplätze. Eine halbe Stunde später war schon der Start.

Mit grossem Einsatz bewältigten sie die erste Teilstrecke und übergaben meinem Bruder und mir die Bündel. In zwei Bergläufen gings auf den Schauenberg. Bei den Grossen legten Hans-Heiri und dann Juri diese Strecken zurück, und bei uns Jüngeren waren es Simon und ich. Danach sprangen Dani und Thomas vom Schauenberg hinunter zum Bichelsee. Dort übergaben sie an Jan und Roger. Roger schwamm die 300 m sehr schnell und überholte sogar Jan, der für die Grösseren startete. Er hatte mit unterwasserliegenden Eisbergen zu kämpfen! Wir Kleinen waren nun vor den Grossen! Danach stiegen Michi Hollenstein auf seinen Drahtesel und Erich Keller auf sein Carbon-Aerobike. Sie pedalteten vom Bichelsee zurück nach Turbental ins Ziel. Als wir Erich für seinen tollen Endsprint gratulieren wollten, kam auch schon Michi ins Ziel.

Im Gesamten war die SC Bachtel-Bilanz erfreulich: Die Grossen wurden in ihrer Kategorie siebte, bei der Kategorie „Jugend“ gewannen wir, und den Frauen liefs auch gut. Sie klassierten sich auf dem 2. Platz. In der Schülerkategorie gewannen die Mädchen Silber.

Christian Spoerry

Langlauf Privatunterricht

Cornelia Gutknecht

Patentierete Langlauflehrerin

Güntisberg, 8636 Wald

Tel. 055 / 246 47 49

Jugendsponsor 1998 / 1999:

CABLECOM

Estland 12. - 27. Juli 98

I dem Jahr simmer mit 12 Rännläufer vom SC am Bachtel, 3 Gescht vom SC Entlebuch und euisne 2 Trainer nach Otepää greist. Mir händ i dene zwei Wuche 28 Trainings absolviert. Alli under dä Ufsicht vom Juri und äm Dani.

Wil's fascht känn Tag gäh hät, wos nöd drüü Mal Härdöpfel z'ässe gäh hät, sind die einte nüme wiit devo entfernt gsi, ä Härdöpfelallergie überzcho. Sogar zum Zmorgä häts scho Brathärdöpfel, Fisch, Chäs, Milchris oder Griesbrei gäh.

Dä einzig wo echli Päch gha hät, isch dä Beat gsii. Er hät scho ganz am Afang ä Bandschiebeverletzung igfange. So hät er Bekanntschaft mit ämene estische Arzt gmacht. Er hät am Beat es paar Sprütze gäh. Nachher hät er müese s'Training vom Rand us verfolge.

Müed, aber mit einige Trainingskilometer meh, simmer wieder im Züri Oberland a cho.

Jetzt wett i je no es Bischpiil vomene Ruhetag und ämene Trainingstag us em Lager gäh:

Samschtig, 18. Juli 98 (än Ruhetag)

Hüt isch es jetzt so wiit gsi. Mir händ alli euisi Chleider müese i d'Täsche verschtaue. Mir händ für knapp zwei Täg müese euisen Hotel wächsle, will ä anderi Gruppe s'Hotel für das Wucheänd scho vor euis buechet hät. Je nachdem wie wiit mer hät müese sini siebe Sache go sueche, hät mer müese früener oder spöter ufstah.

Am Nüni häts dänn Zmorge gäh und scho am halbi Zähni simmer abgfahre is andere Hotel. Nachere zähminütige Fahrt, simmer au scho acho. Vo dem Hotel us hät mer wiit und breit keis Huus gseh, dafür häts en schöne See gha. S'Hotel isch au nöd so modern gsi wiä s'andere, drum händ sich scho jetzt alli wieder uf dä Umzug gfreut: Dä Färnseh und s'eigne Badzimmer hät halt scho gfählt...

Will hüt en Ruhetag uf em Programm gschtande isch, händ mir gestert dörfe in Usgang. Es isch ja logisch, dass alli ä chli spot is Bett gange sind. Drum hämmer dä ganz Morge und en Teil vom Namittag gschlafe.

Am Drüü hämmer euis dänn zum Kanu fahre troffe. Zerscht hämmer müese es Stückli ränne bis euis dä Bus ufglade hät. Nachemene chliine Umwäg händ mir dä abgmacht Platz mit em Kanuunternehmen gfunde. Wie scho oft die Wuche häts grägnert. Drum hät euis die vom Kanu-Team au gfröget, ob mir wüchlich weled gah. Natürlich hämmer wele, wänn au d'Motivation nüme bi allne so gross gsii isch wie am Afang.

Churzi Ziit spöter simmer scho im Kanu ghockt. Ich han mich entschlosse, das Mal en Bootspartner z'suäche. - Nöd wie bim Ruedere, wo d'Désirée (SC Entlebuch) und ich nöd vom Fläck cho sind. - Schlussendlich bin ich mit em Ämmi (SC Entlebuch) zäme im Boot gsii. Nach 3 Std. und 30 Min. oder 16 Km-Kanuabentür simmer im Ziel a cho. Däzwüsche häts chlini und grösseri Problem gäh:

Am Anfang sind alli Böötti no nöch zäme gsi, da häts scho es paar brekäri Überholmanöver gäh: Plötzlich isch wieder es Kanu am Flussufer gschtrandet und hät en Rückstand igfange. Es isch nöd lang gange, bis s'nächschd Hinternis cho isch: Mär hät müese dä Kopf izieh wäg ämene umgestürzte Baum. Nöd wenigi Mal isch öppe mit dä Schwümmweste hange blibe und hät en Stau verursacht. Es hät au chöne vorcho, das mer uf eimal im Schlamm, wo sich im Böötti ine agsamlet hät, gläge isch. Das isch au nümä druf a cho, dänn nass und dräckig sind alli gsi. Nach dä halbe Dischtanz hämmer wiit und breit keis Böötti meh gseh, das hät aber nöd gheisse, dass es kei Problem meh gäh hät; mir händ au ohni Hilf vo dä andere Kanus es paar Mal Bekanntschaft mit dä Uferböschig gmacht! Nachere Stromschnelle händ mir ohni Grund eifach ä 360 Grad Drähig gmacht. Jetzt hämmer d'Schuld nümä chöne amene andere Kanu zueschiebe, sondern händ si müese uf euis näh.



Langsam aber sicher händ mir hunger übercho und au euisi Kräft händ na glah. Mir händ euis scho Gedanke gmacht, wieso mir kei anderi Böötti meh im Blickfäld händ. Es het ja chöne si, dass s'euis vergässe händ use z'näh. (Im Ziel hämmer erfahre, dass alli Böötti gemeint händ, sie sind no die einzige!) Womer s'chum meh glaubt händ, hämmer endlich wiit vorne euisse Bus und die andere Kanus gseh. Mir sind übergelukkig gsii, dass mir jetzt wieder feschte Bode under dä Füess händ. So schnell wie mir händ chöne, simmer zum Bus grännt: Mir händ gwüsst, das det die trochene Chleider uf euis wartet.

Bi dä Würschtli, womer nachher übercho händ, isch s'Fett nur so usä tropfet. Das hät aber niemert gstört, dänn es händ alli so hunger gah, dass mir fascht alles gässe händ.

Uf dä Heifahrt händ alli es Touristen-Diplom übercho wo bewiist, dass mir ä 16 Km langi Kanutour bewältiged händ.

Mittwoch, 22. Juli 98 (än Trainingstag)

Scho vor em Zmorge simmer 40 Min. go ränne. Das isch relativ lang gsi, so am Morge am siebni mit ämene leere Mage. Zu allem ane hämmers nöd emol gmüetlich gno. Aber mir händ euis langsam dra gwöhnt, scho vor em Zmorge äs Training z'mache, dänn mir sind ja bereits scho 10 Täg z'Estland.

Am halbi Zähni simmer dänn s'zweiti Mal go ränne. Uf em Programm isch es zweiähalb stündigs Usdurtraining gstande. Guet usgrüschtet mit ämene Bidon voll z'Trinke und ämene Power-Bar hämmer das Training in Agriff gnoh. Die erste 20 Minute hät's schöni Wald- und Wiesewägli gha. Nachher simmer in äs Sumpfwägli abboge. Mit dä Ziit isch das Wägli immer dünner und nässer worde. Wänn mir nöd no d'Fuessspure vo dä 1. Gruppe, mit em Juri als Leiter, gseh heted, het ich dänkt, mir heiged euis verloffe. So simmer tapfer wiiter grännt. S'Gras und d'Brennessle sind euis unterdesse scho bis zu dä Hüft cho und dä Wald isch au immer dichter worde. Au d'Insäkte händ Freud gha a euis, sie händ euis fascht welä uffrässe.

Irgendwänn simmer wieder us dem Wald use cho und händ chöne ufere normale Sandstrass wiiter ränne. Det druf isch es schnell emol sehr heiss worde und mir sind froh gsii, wänn's echli Schatte gha hät. Wo mir d'Schanze gseh händ, (die isch nöd wiit vo euisem Hotel wäg) händ mir gwüsst, es isch nūme so wiit. Am Schluss hämmer noemol ä Abchürzig dur es Sumpfbgebiet gnoh, so dass nachher niemer meh wiisi Schue gha hät.

Nachem Zmittag bin ich mit em Pässe und em Andi (SC Entlebuch) uf d'Schanze go fötele. Wil's z'Estland kei grossi Berge hät, gseht mer vo det obe en grosse Teil vom Land. Am Pässe sin Film isch scho fertig gsii, bevor mir uf dä Schanze obe a cho sind. (Typisch Pässe!) Nachher simmer no go Pöschtele.

Es isch sehr schnell wieder Ziit gsi für's Namittagtraining. Wil's immer no sehr warm gsii isch und alli scho ächli müed gsii sind vom Morge, hät dä Juri vorgschlage, mir gönged langsam go ränne und de zwüsche schwümmed mir äs Stückli.

Nachere halbe Stund isch dänn tatsächlich än See cho. Dä Dani und dä Juri sind mit allne Schue am Ufer nah gloffe und mir sind quer über dä See gschwumme. Die einte händ gmeint es seig ä chli wiit, aber schlussendlich sind doch alli wacker am schwümme gsi. Nach 20 Min. hämmer's andere Ufer erreicht; ich bin nöd die einzig gsi, wo's erschi Mal so lang a eim Stück gschwumme isch. Nachdem mir zrugg grännt sind, hät's no en Volleyball-Match gäh.

Am Abig simmer is Russelager go Znacht ässe. Euis Jungs sind dänn au sehr schnell zu dä Russinä verschwunde. So schnäll wie's gange sind, sind's dänn au wieder cho, dänn d'Russinä und au d'Russä händ nur sehr wenig Änglicher chöne. Wäg ämene starche Gwitter mit Blitz, Dunner und haselnussgrosse Hagelchörner, händ mir im dunkle müese Znacht ässe. Aber das isch würllich au no ganz glatt gsii.

Es isch wieder emol es super Trainingslager gsii. Viele herzliche Dank an Dani für d'Organisation und an Juri für's härte, aber abwächsligsriche Training !!!!!

Andrea Honegger

Schnupper-Sportmassagekurs vom 8. / 15. / 22. Sept. 98

Bei Jan Vis im Pflegezentrum Wald

Eine grosse Hand streckt sich mir entgegen: „Ich bin der Jan!“
sieht gut aus, sehr sympathisch, denk ich, und voller Elan.
Holländer ist er und gelernter Physiotherapeut,
auch vom SC am Bachtel kennt und massiert er viele Leut.

Und nach der allgemeinen Begrüssungszeremonie,
fünf Frauen, drei Männer verfolgen gebannt Jan's Theorie.
Sehr interessant erklärt er wo Muskeln, Sehnen, Bänder sitzen
warum gibt's Muskelkater, Verspannung, wenn wir was zu stark benützen?

Auf unsere Fragen hat er immer eine Antwort parat.
Mit seinem lustigen Deutsch, seinem Lachen, einfach seiner Art
lässt er uns auch die ersten Hemmungen überwinden,
wer wen, und umgekehrt, darf „schinden“.

Jan zeigt, wie man auch an heiklen Bereichen
massiert durch **spüren, drücken, kneten, streichen**.
Fast zögernd haben wir einen Anfang genommen –
denn im nächsten Augenblick fragen wir Jan fast beklommen:
„Wie und wo fängt man jetzt wieder an?“
Natürlich, zuerst kommen die Wädli dran!“

Doch wir lernen schnell, bewusst massieren wir den Rücken
und Nacken, Schulter, Kopf, doch der hat seine Tücken:
Elisabeth schmunzelt: „Wo ist der Punkt, der auf Druck besonders schmerzt?“
„Hab doch Erbarmen mit Sepp!“ meint Jan dann beherzt.

Sind Fuss, Knie, Hüfte, Bein und Rücken
stabil, so hast du kein Problem mit Bücken.
Im Krafraum, der gleich nebenan
man seine Muskelkraft testen kann.
Etwas Wichtiges, das man unbedingt wissen soll:
„Power is nothing without control!“

Ab heute können auch wir es bezeugen:
Schmerzt dein Arm oder Bein beim Ziehen und Beugen,
Tu Dir was Gutes, denk stets gleich daran:
schweif nicht in die Ferne, geh einfach zu **JANI**!

Herzlichen Dank, Jan!

Elisabeth Z., Sepp R., Käthi H., Christine Sp., Anita M.,
Max B., Beat I. und das Schreiberlein Jeanie M.

Ueli Spörri • Mechanische Werkstätte • Wald ZH

Dändler, 8636 Wald ZH, Telefon 055 246 33 62 Fax 055 246 68 35

Reparaturen und Servicearbeiten aller Art
Hydraulikschläuche und Armaturen



Agrarcenter

Iron Bike-Race in Einsiedeln

Eine Distanz von 120 km und eine Höhendifferenz von 4'000 Metern - magischen Werte und das erst noch im LL-Mekka Einsiedeln. Eine riesige Herausforderung!

Schon im Frühling fasse ich den Beschluss am Iron Bike-Race teilzunehmen. Das Bike wird aufgemotzt, „V-Break“-Bremsen und eine Federgabel müssen her. Nun fehlen nur noch einige Pedalumdrehungen. Mit einem Ziel vor Augen bringe ich im Laufe des Sommers auch wirklich ca. 2'000 km Asphalt, Kies, Geröll und Sumpf unter meinen Bikerädern durch. In den Provence-Ferien erlebe ich Highlights mit dem Überqueren des Tour-de-France Berges „Mont Ventoux“ (von 200 m.ü.M. auf 2'000 m.ü.M.!) und der Vorauffahrt an einer Etappe der Tour de France für Biker. Diese lassen mich endgültig zum Biker werden. Da sind Pannen mit Wunden und schmutzigen Fingern oder Regentage, wo keiner den A... auf den Sattel schwingt, schnell vergessen.

Mit mentalem Training und Schwedendiät verläuft die letzte Vorbereitungsphase. Und schliesslich fährt Häse Rüegg mit seinem Wohnwagen vor, um zusammen mit Sven Hess bereits am Vorabend nach Einsiedeln zu pilgern. Bei Spaghetti und Rivella treffen wir viele ehemalige LL-Kolleginnen und -kollegen, und keiner denkt so schnell ans Schlafen.

Irgendwie wird's dann doch 7 Uhr und mit dem Segen eines Paters starten rund 400 Bikerinnen und Biker auf die 120 km-Route. 20 Minuten später werden weitere 900 über 80 km auf die Strecke geschickt. Alle sind froh, dass sich die Regenwolken verziehen und mit den ersten Aufstiegen werden auch die Glieder langsam warm. Ohne Streckenkenntnisse muss ich mich immer wieder bei anderen Fahrern nach der Länge der Aufstiege und dem Schwierigkeitsgrad der Abfahrten erkundigen. Mit dem Motto immer genügend zu trinken erreichen wir durch wunderschöne Landschaften und über knochenharte Aufstiege schliesslich den Bergpreis Spyrstock auf 1'770 m.ü.M. Nun glaube ich an ein Durchkommen, doch es folgen noch einige Schüttelpartien über Geröll und Bruchsteine und ich bin jedesmal froh, wenn wieder eine Abfahrt heil überstanden ist. Meine "Batterien" halten die Spannung und so erreiche ich einige Minuten (genau 85) nach dem Sieger, ohne Panne und Sturz, aber noch wichtiger: **Ohne Schmerzmittel und EPO** in 6 Stunden 46 Minuten, (Rang 101) das Ziel.

Uff, das war ein super Erlebnis! Ein dickes Kompliment an unsere LL-Freunde aus Einsiedeln für diesen tadellos organisierten Anlass!

In der Rangliste entdecke ich dann auch noch unseren Clubkollegen Markus Stalder mit einer Zeit von 6 Stunden 21 Minuten (Rang 44). Gratulation!!

Fährst Du nächstes Jahr auch mit? Infos unter <http://www.myten.ch/iron-bike>

Der nächste Frühling kommt bestimmt. Melde Dich doch bei mir, falls Du Interesse an einem Biketraining hast! (http://www.hanovontobel@swissonline.ch)

Hano Vontobel

↓ GETRÄNKE ↑ KURATLI

DIREKTVERKAUF AB LAGER
ZU DISCOUNT - PREISEN
WALD GÜNTISBERGSTR. 15 WALD

TEL 055 / 246 '15 '03

*Nach em Laufmuesch Di nüd lang bsinne,
mir träffed eus im*

Restaurant

Fröhlich  **sinn** *inne!*

*Familie Elsbeth und Oskar Eberle
Telefon (055) 246 14 51*

Mentales Training

Um Spitzenleistungen zu erbringen, braucht es nicht nur eine gute Kondition, (physische Stärke) sondern man muss auch mental (psychische Stärke) stark sein. Zu den mentalen Faktoren zählt man:

- Ziele setzen mit Selbstvertrauen (z. B. anhand einer Zeichnung, die nicht nur die momentane Situation, von der immer auszugehen ist, aufzeigt, sondern auch Ziele, die kurz- und langfristig erreicht werden können und sogar Visionen, zukünftige Ziele, die ich gerne erreichen möchte, aber vielleicht nie erreichen werde),
- Positive Energie / Umgehen mit negativer Energie (z. B. einen persönlichen Merksatz ausdenken, der weder eine Verneinung enthält noch einen negativen Touch hat),
- Motivation (z. B. mit Hilfe der selben Zeichnung, die ich zum trainieren des Selbstvertrauens bereits erstellt habe. Wenn ich eine realistische Zeichnung, auf der die Visionen nicht fehlen, vor mir habe, wird mir diese auch helfen, mich fürs konsequente Training zu motivieren, da ich meine klaren Zielvorstellungen aufgezeichnet habe, und mir bewusst bin, dass diese nur so erreicht werden können),
- Aufmerksamkeitssteuerung (wie aufmerksam bin ich nach aussen?),
- Vorstellung und Visualisierung (sehr wichtiger Punkt!),
- Regeneration / Entspannung (z. B. mit Hilfe beruhigender Musik).

Im mentalen Training mit Guido Schilling haben wir erfahren, dass der Faktor Visualisierung bei den meisten, ja, eigentlich bei allen, am wenigsten gut ausgebildet ist. Unter Visualisierung versteht man das Vorstellungsvermögen. Das heisst, wie gut man sich mental in bestimmte Situationen, zum Beispiel in einen Wettkampf, hinein versetzen kann. Ich möchte nachfolgend erklären, wie ein solches Visualisierungstraining aussehen kann:

Wenn wir im Herbst auf den Gletschern trainieren, machen wir immer sehr viele Videoaufnahmen. Am Abend nach dem Training schauen wir diese zusammen mit Juri an. Wir schauen uns die verschiedenen Bewegungsabläufe in Zeitlupe an und Juri korrigiert uns, und weist auf Fehler in der Technik hin.

Nun habe ich die Videos gesehen und weiss, wo meine Technikfehler liegen. Nur weil ich das jetzt weiss, heisst das aber noch lange nicht, dass ich sie in Zukunft nicht mehr machen werde. Daher versuche ich, mir die Bewegungsabläufe visuell (bildlich) vorzustellen. Ich lege mich ins Bett und versuche mich ganz zu entspannen. Dann kommt der schwierigste Teil: Ich versuche mir bildlich vorzustellen, wie ich laufe. Ich überlege mir, wo Juri gesagt hat, in meinem Bewegungsablauf seien noch Fehler vorhanden, und versuche nun, mir vorzustellen, wie der Bewegungsablauf richtig sein sollte. Die Bewegungsabläufe gehe ich mehrmals durch, bis ich sie mir eingeprägt habe.

Thomas Suter

Anmerkung: Wir haben bei Guido Schilling das mentale Training mit dem sogenannten HPT (human potential training) durchgeführt. Das HPT wurde 1989 an der Abteilung für Turn- und Sportlehrer der ETH Zürich zusammengestellt und wird mittlerweile von verschiedenen Spitzensportlern erfolgreich betrieben (z. B. Xeno Müller).



IHR KLEINBAUUNTERNEHMEN

JÜRGEN BURGERMEISTER

STEINWIESSTRASSE 19

8330 PFÄFFIKON / ZH

TELEFON 01/950 36 54

FAX 01/951 08 64

NEUBAU

AUSBESSERN

REPARIEREN

HAUSPLATZE

GRABARBEITEN

ENTWÄSSERUNGEN



Honig-Tirggel

Handwerklich
hergestellt

Confiserie
Honegger

Wald ZH

055/246 13 18



Ihr Steuer-Doktor

tirega consulting ag 

Filiale Wald

055 246 62 63

Rolf Scherrer (Partner)
Rütistrasse 2 / Postfach
8636 Wald ZH

Filiale Effretikon

052 343 00 77

Erika Bosshard (Partnerin)
Bachtelstrasse 2 / Postfach
8307 Effretikon



Mitglied
Schweizerischer
Treuhand-Verband

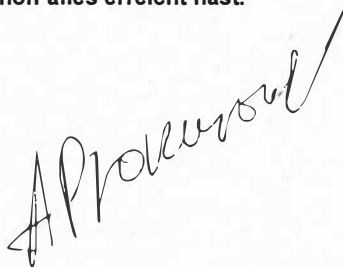
Interview mit zwei der ganz grossen Langläufer

Zur selben Zeit wie der Skiclub am Bachtel im Trainingslager in Ramsau waren auch die russische Damen- und Herrennationalmannschaft. Juri hat seinen Freund Alexej Prokurov, zur Zeit der stärkste russische Läufer, und die aktuelle 30-km-Olympiasiegerin, Julia Tschepalova, zu uns eingeladen. Sie beantworteten unsere brennenden Fragen und gaben eine kurze Autogrammstunde.

*** Alexej Prokurov ***

Alexej, erzähl uns, woher Du kommst und was Du schon alles erreicht hast.

Ich komme aus einer Stadt mit 400'000 Einwohnern, rund 200 km östlich von Moskau. 12jährig begann ich mit Langlauf. Zur gleichen Zeit wie Juri Burlakov bin ich ins nationale Kader aufgenommen worden. Meine schönsten Erfolge sind bis jetzt meine erste Goldmedaille an einer Olympiade (in Calgary) und die Silberne in der Staffel. Das Topresultat ist mir aber an der WM in Trondheim im Jahre 1997 mit dem 1. Rang über 30-km Skating geglückt.



Du wurdest in Nagano vierter über 50 km. Dein Ski schien am Schluss sehr schlecht zu sein...

Nein. Wahrscheinlich waren die Beine schuld; sie waren zu müde.

Was ist Dein nächstes Ziel?

Eine Medaille an der WM in Ramsau in diesem Winter.

Wie lange bleibst Du dem Spitzensport noch erhalten?

Wahrscheinlich ist dies mein letztes Jahr. Aber wenn ich keine Medaille herauslaufe, dann wird es vielleicht noch ein weiteres Jahr geben.

Wieviele Mahlzeiten nimmst Du pro Tag zu Dir?

Drei, wie normal eben. Dazwischen brauche ich nichts. Zum Frühstück esse ich dafür viel. Das Müesli oder ein Getreidebrei darf da nicht fehlen.

Trainierst Du mit der Mannschaft?

Nein. Das macht bei uns fast niemand. Ich trainiere mit Tschepikov zusammen, einem Kollegen aus der Mannschaft.

Was machst Du nach Deiner sportlichen Karriere?

Wahrscheinlich werde ich mir, wie Juri, eine Stelle als Trainer oder Sportlehrer suchen.

Wieviel hast Du mit 14 Jahren trainiert?

Als ich 12 Jahre alt war, habe ich bereits viel gemacht.

Was läufst Du lieber? Klassisch oder Skating?

Das kommt mir nicht darauf an. Wenn ich in guter Form bin, bin ich auch in beiden Disziplinen gleich stark.



***** Julia Tschepalova *****

Julia, woher kommst Du und was sind Deine grössten Erfolge?

Ich bin 7'000 km östlich von Moskau aufgewachsen. Mit 10 Jahren habe ich mit dem Langlaufsport begonnen. Jetzt bin in 21 Jahre alt. Mein erster grosser Erfolg hatte ich an der Jugendolympiade in Aosta, Italien. Das war 1993. Ich erreichte in beiden Einzelwettkämpfen den ersten Platz. Ebenfalls 1993 wurde ich zum ersten Mal Junioren-Weltmeisterin. Darauf folgten weitere Titel. Insgesamt deren sieben(!). Bei den Seniorinnen machte ich im letzten Winter mit der Goldmedaille am Weltcup in Kavgolovo (Russland) auf mich aufmerksam. Mein bisheriges Spitzenresultat ist aber unbestritten die olympische Goldmedaille von Nagano über 30 km.

Tschepalova

Was sind Deine Ziele für die WM 1999 in Ramsau?

Das erste Ziel für mich heisst sicher mal die Selektion schaffen: Wir sind 12 Damen in der Nationalmannschaft. Die meisten waren im letzten Jahr schon dabei, und bereits da war es schwierig, sich für die Grossanlässe zu qualifizieren, und jetzt sind zwei weitere sehr gute (Jegorova / Dopingsperre abgelaufen + Reszova / Wechsel von Langlauf zu Biathlon und jetzt wieder zu Langlauf) wieder neu dazugekommen.

Hast Du einen Beruf gelernt?

Diesen Sommer habe ich die Prüfung als Trainerin und Sportlehrerin am Sportinstitut abgelegt. Diese Schule habe ich seit ich 17 Jahre alt bin jeweils im Frühjahr besucht.

Was ist Dein Lieblingstraining?

Am liebsten habe ich das Imitationstraining mit Stöcken. Was ich dagegen gar nicht gerne mache ist Ausdauer. Mein Vater, er ist mein Trainer, plant deshalb auch nicht viel.

Wieviel hast Du mit 14 Jahren trainiert?

Viel. Ich bin bereits in meinem ersten Jahr 3'000 km gelaufen. Jetzt sind es ungefähr 9'000 km. Einmal habe ich sogar 10'000 km erreicht.

Läufst Du lieber Klassisch oder Skating?

Skating. Da bin ich auch stärker.

Machst Du immer alles was Dein Vater sagt?

Ja. (Bemerkung von Dima: "Ich glaube das nicht!")



Skiclub-Mitglieder: Nicht vergessen!

Winterversammlung 1998

Freitag, 4. Dezember 1998, 20.15 Uhr

Restaurant Ohrüti, Steg

Wer hat Interesse an einem Langlaufkurs?

Bitte melden bei:

Susanne Vontobel Tel. 055 246 67 20



Landi

Z O L A

Zürcher Oberland
Illnau, Bauma, Hinwil

**Im Zürcher Oberland
verankert –
ein vielseitiges Angebot
für die
ganze Bevölkerung**

- VOLG-Weine
- AGROLA-Tankstellen in Bauma, Hinwil, Hegnau, Ober-Illnau und Fehraltorf
- Heizöl, sauber und preisgünstig
- Alles für Haus und Garten
- Landwirtschaftliche Produktionsmittel
- Grastrocknungsanlagen und Getreidesammelstellen

Verkaufsstelle Bauma
Telefon 052 386 11 15
Telefax 052 386 15 48

Verkaufsstelle Hinwil
Telefon 01 937 18 21
Telefax 01 937 20 36

Verkaufsstelle Illnau
Telefon 052 346 27 27
Telefax 052 346 26 52

Sport und Ausbildung

Am vergangenen 4. September trat die Gruppe „Sport und Ausbildung“ erstmals an die Öffentlichkeit. Sie stellte dabei die angekündigte Broschüre vor: Ein Leitfaden für Eltern, Sportler und Interessierte.

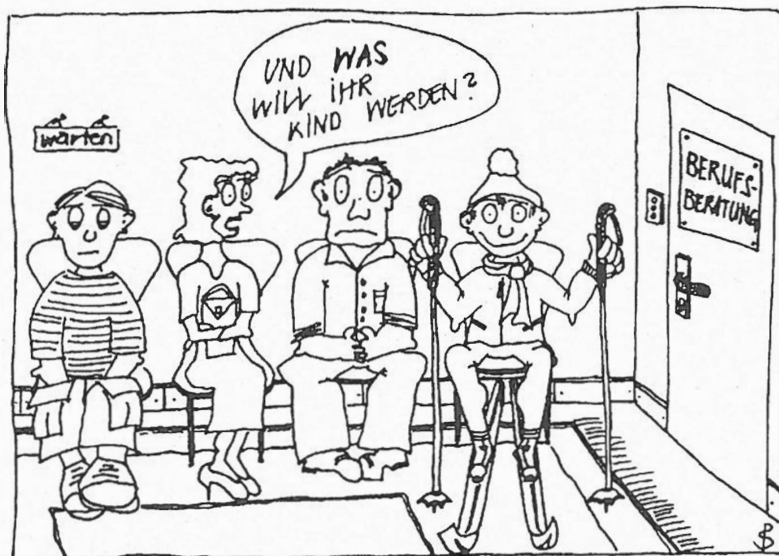
Ruedi Rüegg erklärte die Gedanken der Gruppe. Sportliche Ziele sollen mit beruflichen Absichten in Übereinstimmung gebracht werden. Die Beratungsstelle „Sport und Ausbildung“ kann Hilfestellung sowohl bei der Lehrstellensuche, wie auch beim Besprechen besonderer Konditionen für „Sportlehrlinge“ anbieten.

Erfreulich ist, dass bereits vor dem „offiziellen“ Start, einige Athleten und Eltern den Dienst der Gruppe in Anspruch genommen haben. Dabei zeigte sich, dass oft mit Gesprächen viel erreicht werden kann.

Zurzeit ist die Arbeitsgruppe daran mit Lehrbetrieben Kontakt aufzunehmen, die bereit sind, Sporttalente auszubilden und ihnen die nötige Unterstützung zu bieten.

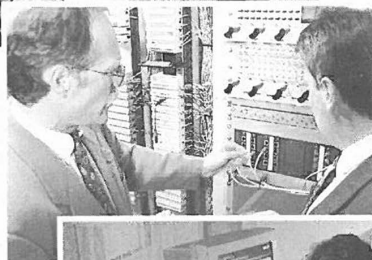
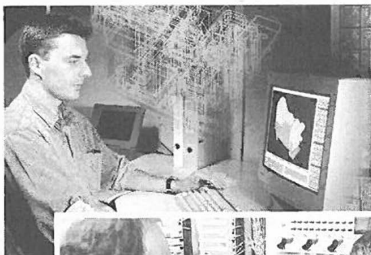
Interessierte können die Broschüre „Sport und Ausbildung“ an folgender Adresse beziehen:

Walter Hanselmann
Blattenbach
8636 Wald
055 246 14 07





Wussten Sie, dass Reichle & De-Massari...



...einer der bedeutendsten Arbeitgeber im Zürcher Oberland ist?

Tochtergesellschaften hat R&M in Brasilien, Deutschland, Italien, Malaysia, Polen, Russland, Singapur, Ukraine und in den Vereinigten Arabischen Emiraten.

Die Internationalität widerspiegelt sich auch in unserer Kundenliste. Renommiertere, multinationale Unternehmen wie beispielsweise IBM, Henkel, FIAT Alfa Romeo, Roche, Lufthansa, Pirelli vertrauen R&M und unseren Systemlösungen für EDV- und Telekommunikationsverkabelungen.

Attraktive Arbeitsplätze, intensive Mitarbeiterförderung, modernes Management sowie innovative Produkte sind Argumente, welche von unseren Mitarbeitern geschätzt werden.

Join us!

Reichle & De-Massari AG

Binzstrasse 31
CH-8622 Wetzikon
Telefon 01 933 81 11
Telefax 01 930 49 41

<http://www.rdm.ch>

 **Reichle &
De-Massari**

Das aktuelle Thema: Doping

Nach dem Dopingskandal diesen Sommer im Velorennsport, wurde auch bei uns vermehrt über dieses Thema gesprochen. Die folgenden Fragen wurden von den einzelnen Athletinnen und Athleten und ihrer Trainer ehrlich und sehr spontan beantwortet und sind sicher ein Spiegelbild der Haltung, wie sie im Rennwesen in unserem Club auch zu spüren ist. Natürlich hoffen wir aber auch, dass es eine für den Langlauf allgemein gültige Haltung ist...

Allen nachfolgenden Athletinnen und Athleten und deren Trainer wurden die selben Fragen unter den selben Voraussetzung gestellt: Die Umfrage war unangekündigt und die Fragen mussten sofort beantwortet werden.

Frage 1: *Glaubst Du daran, dass man Langlauf-, bzw. Biathlon-, bzw. Nordischkombinations-Weltmeister werden kann ohne zu dopen?*

Frage 2: *Würdest Du persönlich dopen für einen Weltmeistertitel?*

Sylvia Honegger (Rennläuferin Langlauf)

Frage 1: Ja.

Frage 2: Nein.

Sylvia Honegger, unsere erfolgreichste Athletin mit sehr grossem Vorbildcharakter, hat mir zusätzlich noch zwei weitere Fragen beantwortet:

Frage 3: *Was ist für Dich Doping?*

Doping ist alles Unerlaubte, was ich bewusst nehme um meine Leistung zu steigern.

Frage 4: *Wie hohe Ziele sind ohne Doping erreichbar?*

Diese Frage stelle ich mir im Moment selber öfters.

Frage 5: *Was spürst Du im SSV für eine Haltung dem Doping gegenüber?*

Ausser den Trainings- und Wettkampfkontrollen und den neusten Dopinglisten, die uns zugestellt werden ist Doping kein grosses Thema im SSV.

Urs Kunz (Rennläufer Nordische Kombination)

Frage 1: Ja.

Frage 2: Nein. Auf jeden Fall nicht. Es wäre nicht mein Titel. Ich müsste ihn mit den Chemikern teilen.

Anja Burgermeister (Rennläuferin Biathlon)

Frage 1: Ja.

Frage 2: Nein, nie. Das schadet dem Körper und gehört für mich nicht zum Sport.

Dani Biedermann (Rennchef / Koordination Rennläufer)

Frage 1: Im Moment nicht. Ich hoffe, dass Kontrollen aber in Zukunft so durchgeführt werden können, dass alles nachweisbar ist.

Frage 2: Nein. Die Nebenwirkungen sind nicht abschätzbar; das Risiko ist zu gross.

Juri Burlakov (Trainer Langlauf)

Frage 1: Es kommt darauf an, was alles als Doping zählt. Theoretisch könnten auch Vitamine und andere Zusätze als Doping zählen. Wer aber ein Talent ist, und alles in der Vorbereitungsphase richtig macht, kann es so oder so schaffen.

Frage 2: Nein. Es ist es nicht wert, da der frühe Tod nicht ausgeschlossen werden kann.

Wädi Hanselmann (Chef Biathlon)

Frage 1: Alles andere ist unfair.

Frage 2: Nein. Auf keinen Fall.

Peter Windhofer (Chef Nordische Kombination)

Frage 1: Selbstverständlich!

Frage 2: Ja, wenn nur noch der letzte Kick fehlen würde, würde ich vielleicht zu leistungsfördernden, allerdings **nur erlaubten**, Mitteln greifen.

Simon Rüegg (Rennläufer Langlauf)

Frage 1: Ich denke ja. Wenn man denken würde, dass es nicht möglich ist, dürfte nicht mehr trainiert werden.

Frage 2: Ich glaube nein. Es wäre nicht ehrlich und würde mir selber gegenüber kein gutes Gefühl geben.

Andrea Honegger (Rennläuferin Langlauf)

Frage 1: Ja. Es hat sicher solche, die Doping nehmen, aber es geht auch ohne.

Frage 2: Nein, weil Nachwirkungen und Spätfolgen unbekannt sind und weil es nicht fair ist. Der Titel wäre für mich persönlich nur als halber Titel gültig. Der andere Teil würde dem Doping gehören. Und ausserdem wäre es sicher auch zu teuer.

Pascal Messikommer (Rennläufer Langlauf)

Frage 1: Ja.

Frage 2: Nein. „Bschiis isch di ja sälber!“

Remo Fischer (Rennläufer Langlauf)

Frage 1: Nein. Das heisst für mich ist dies nur für Ausnahmekönner (Talente) möglich. Natürlich hoffe ich, dass es wieder möglich wird. Aber bis dahin wird noch einiges geschehen müssen. Zum Beispiel müsste man EPO legalisieren, da die Begrenzung dieses körpereigenen Stoffes fast unmöglich scheint. Es gibt ja Athleten, die bereits von Natur aus sehr hohe Werte haben. Ich denke auch dass es praktisch unmöglich ist ohne Doping an die Weltspitze vorzudringen, weil die Dopingsünder den Kontrolleuren immer einen Schritt voraus sind.

Frage 2: Nein. Ein WM-Titel oder ein Olympiasieg mit Doping würde mir nur halb so viel Freude bereiten.

Roger Burri (Rennläufer Langlauf)

Frage 1: Ich vermute ja.

Frage 2: Nein. Ich möchte mich nicht selber betrügen.

René Inderbitzin (Rennläufer Langlauf)

Frage 1: Ja. Es braucht sicher gewisse Aufbaupräparate (Nährsalze etc.), da der Verbrauch zu hoch ist, aber der erlaubte Bereich ist genug gross.

Frage 2: Nein, wegen meiner Gesundheit, da die Spätfolgen bei der neusten Dopinggeneration noch unbekannt sind.

Thomas Suter (Rennläufer Langlauf)

- Frage 1: Ich denke ja. Sicher ist man natürlich nie, ob ehemalige Weltmeister nicht gedopt waren, aber ich denke, es ist möglich.
- Frage 2: Nein. Ich versuche im Sport ehrlich zu sein; gegenüber mir, den Fans und Betreuern und auch gegenüber der Konkurrenz.

Hans-Heiri Spoerry (Rennläufer Langlauf)

- Frage 1: Ja. Es ist schwierig, aber es gibt sicher Langlaufweltmeister, die nicht gedopt sind.
- Frage 2: Nein, ich denke nicht. Es tönt zwar verführerisch, aber es gibt zu viele Risiken (Gesundheit, erwischt werden) und ausserdem denke ich, sollten wir Sportler schauen, dass der Sport „sauber“ bleibt.

Boris Fischer (Rennläufer Langlauf)

- Frage 1: Ja.
- Frage 2: Nein. Sicher nicht im Langlauf. Das heisst, im Prinzip so oder so nicht. Aber ich „begreife“ Sportarten, wo mehr Geld im Spiel ist. Das kommt aber für mich nicht in Frage.

Gabriel Huber (Rennläufer Langlauf)

- Frage 1: Im Moment nein. Es ist zu einfach, das Doping zu bekommen und nachweisbar ist es ebenfalls nicht.
- Frage 2: Wenn 100 %ig klar ist, dass es der Gesundheit nicht schadet, müsste ich mir das überlegen. Besonders deshalb, weil ich denke, dass alle anderen auch dopen.

Anmerkungen

Obige Antworten sind persönliche Meinungsäusserungen der einzelnen Sportlerinnen und Sportler und müssen nicht der Haltung der Clubleitung entsprechen. Es wurden auch nicht alle Athletinnen und Athleten befragt, sondern nur einige ausgewählte, wobei Reto Burgermeister nicht etwa vergessen oder übergangen worden ist, sondern leider im Ausland im Trainingslager weilte.

Die Fragen wurden von Cornelia Porrini gestellt.

Bachteler Skitage

mit ZSV-Meisterschaften und SSV-/ELVIA-Trophy

Der Skiclub am Bachtel führt am 30. und 31. Januar 1999 diesen Winter wieder einmal eine Verbandsmeisterschaft durch. Der Anlass ist gleichzeitig ein SSV / ELVIA-Trophy Rennen.

Was ist die SSV-/ELVIA-Trophy?

Der Schweizerische Skiverband führt auch dieses Jahr zusammen mit den beiden Partnern ELVIA-Versicherungen und Fischer/Swix sowie den lokalen Veranstaltern die SSV-/ELVIA-Trophy durch.

Früh übt sich ...

... wer den Anschluss an die Weltspitze schaffen will. Die SSV-/ELVIA-Trophy bietet den interessierten Langlauf-Kids die Möglichkeit, den Langlaufsport auszuprobieren und ihr Talent unter Beweis zu stellen. In jeder der Interregionen Ost, Mitte und West finden drei Wettkämpfe statt. Die besten Wettkämpfer dieser insgesamt neun regionalen Ausscheidungswettkämpfe qualifizieren sich für das grosse Finale vom 19. – 21. Februar 1999 in Marbach.

Die JO II und JO III erhalten eine willkommene überregionale Wettkampfgelegenheit, die JO I werden mit Animationswettkämpfen in spielerischer Form an den Langlauf herangeführt. So bildet der Skicross eine wichtige Neuerung in der polyvalenten Ausrichtung des Langlaufs.

Der SC am Bachtel ist bei diesen Trophy-Veranstaltern mit einer Doppel- Veranstaltung dabei: Im Rahmen der ELVIA-Trophy findet ein Animationswettkampf für Skisprung und Nordische Kombination, neben den Langlaufwettkämpfe, statt.

Das Programm

Die Wettkämpfe werden mit den Staffelrennen der ZSV-Meisterschaften eröffnet. Der Start der Kategorien Junioren und Herren über 3 x 10 km ist um 12.30 Uhr. Die Kategorien JO Mädchen, JO Knaben und Damen über 3 x 5 km folgen um 14.00 Uhr.

Der Wettkampf der Springer und Kombinierten beginnt um 13.30 Uhr auf der Gibswiler Schanze. Der Verfolungsstart der Kombinierten erfolgt um 15.30 Uhr. Im Anschluss an den Wettkampf findet als Abschluss des Samstags die Rangverkündigung statt.

Am Sonntag ab 9.30 Uhr werden die Einzelwettkämpfe der ZSV-Meisterschaften und der ELVIA-Trophy durchgeführt. Diese Wettkämpfe finden für alle Teilnehmer in zwei Teilen statt. Zuerst muss mit Einzelstart der Skicross absolviert werden, anschliessend wird nach diesen Rückständen zur Verfolgung gestartet.

Der Skicross wird für die Novizen, JO I und JO II Mädchen in der freien Technik über 1 km durchgeführt. Die restlichen Kategorien durchlaufen einen Skicross über 2 km. Das anschliessende Verfolgungsrennen führt je nach Kategorie über 2 bis 15 Kilometer in der klassischen Technik.

Die Wettkämpfe sollten auf unseren Loipen in der Amslen durchgeführt werden. Für den seltenen Fall, dass wir keinen Schnee haben sollten, wird als Ausweichstrecke die Satelegg vorgesehen.

Wer hilft mit?

Das Organisationsteam braucht für diverse Aufgaben Deine Unterstützung. Bitte reserviere diesen Termin und melde Dich bei einer der folgenden Personen zur Hilfe an:

Dani Biedermann, Tel. 055 / 246 40 61 (OK-Präsident), Jeremias Wigger (Wettkampfleiter), Rolf Stalder (Chef Strecken), Bobby Inderbitzin (Chef Ziel), Peter Windhofer (Chef Zeitmessung, Auswertung), Ruedi Zumbach (Chef Start), Franz Kunz (Chef Verkehr)

Wir wünschen uns für diesen Anlass gute Schneeverhältnisse, (hallo Frau Holle, wir wollen wieder einmal einen Anlass bei uns durchführen !!!) und dass alle Freunde des nordischen Skisportes an diesen zwei Tagen in irgendeiner Art an der Strecke anzutreffen sind.

Dani Biedermann

!!! ACHTUNG !!!

LAGERHAUS DAVOS

Vom 8. November 1998 - 02. Januar 1999 hat der ZSV das Rekingerhaus in Davos gemietet! Vorallem unter der Woche steht es bis jetzt noch mehr oder weniger leer! Wer hat Lust zum Langlaufen, Skifahren oder Boarden? Jetzt im frühen Winter, wo es noch nicht zu viele Leute hat?

Bitte frühzeitig melden bei:

Dani Biedermann
Im Sack
8636 Wald

Tel. 055 / 246 40 61



Name Mesmer Vorname Ruedi

Wohnort Schüsselwiese 13, 8636 Wald

Geburtsdatum 15. November 1973

Sternzeichen Skorpion

Beruf Elektromonteur

Lieblingessen Steak Lieblingsgetränk Bier, Coca-Cola

Hobbies Biten, Velofahren, Basteln, Festen, Snow Board

Im SCB seit 1989 tätig als Stromer, Lautsprecher Verwalter

Ich helfe gerne im SCB mit, weil... es eine Ehrensache ist

Der schönste sportliche Höhepunkt des SCB ist für mich die zahlreiche Teilnahme der Bachteliner an verschiedenen Sportanlässen

Mein schönstes Erlebnis im SCB die familiäre Atmosphäre

Mein schlimmstes Erlebnis im SCB der chronische Schneemangel

Was im SCB geändert oder verbessert werden kann denjenigen die vor der JO in den SCB übertrieben verantwortungsvolle Aufgaben übergeben

Das meine ich zu ...

... unserem Duathlon Super OK Team, professioneller Sportanlass

... Sommerkombination dank allen Helfern und Babs Feistbeiz Weltreite

... Urs Kunz zukünftiger Weltmeister, Jugendvorbild

... Bachtel schöner Berg direkt vor der Haustüre

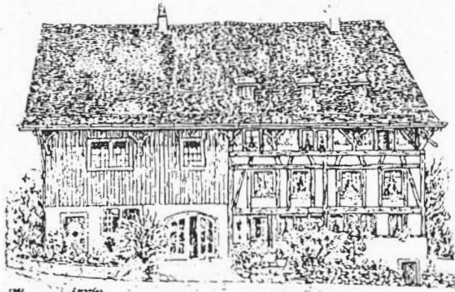
... Biathlon mit dem neuen Biathlonstand wird es sicher ein grosser Erfolg

... Weihnachtsmann Solange er "Pöckli" bringt ist er immer willkommen

Ich wünsche dem SCB für die Zukunft viel Schnee, und weiterhin gute Kameradschaften

Ruedi, wir danken Dir für Deine ehrlichen Antworten, wünschen Dir noch viele weitere fröhliche Stunden in unseren Kreisen und natürlich auch weiterhin alles Gute. Und nicht zu vergessen, auch viel Kraft, damit Du uns noch oft an allen Ecken und Enden helfen kannst...

«MÖBEL ALTER MEISTER — MEISTERHAFT RESTAURIEREN»



Sie finden bei uns sorgfältig restaurierte
Bauern- und gutbürgerliche Möbel
aus dem 18. und 19. Jahrhundert.

Antiquitäten + Restaurationen

August Böckli
Lehenhof, 8607 Seegraben
am Pfäffikersee
Telefon (01) 932 17 24

**Permanente Ausstellung
auf 3 Etagen**

Montag bis Samstag durch-
gehend geöffnet

Mitglied des
Verbandes
Schweizerischer
Antiquare
und Restauratoren



**Clublokal des
FC Wald**



Familie De Martin

055 246 13 85

Sponsoren 9. Züri Oberländer Duathlon

Peter Abderhalden	Baugeschäft	8637	Laupen
ABEGA	Glaserei	8637	Laupen
Ruedi Alder	Sattler + Schuhmacher	8636	Wald
Alpina Optik+Sport AG		8127	Scheuren-Forch
Alpina Versicherungen	Hauptagentur Zürcher Oberland	8620	Wetzikon
Alpina Versicherungen		8034	Zürich
Angelacoeffure	Rüti-Hinwil-Wetzikon	8620	Wetzikon
Apotheke Quinter		8636	Wald
ARNEL Informatik AG	Arbeitsplatz- und Netzwerklös.	8052	Zürich
ARTHO PAN AG		8636	Wald
Ascom Telematic AG		8600	Dübendorf
Assag AG	Industriespenglerei-Apparatebau	8637	Laupen
Athleticum Sportmarkets AG		8340	Hinwil
Bachmann Consult AG	Ausbildungszentrum	8636	Wald
Bachtel-Garage		8636	Wald
Bachtel-Ranch	Western-Saloon	8342	Wernetshausen
Hans Ball	Gartenbau AG	8344	Bäretswil
Martin Bärtschi	Gärtnerei	8636	Wald
Baumann Federn AG		8630	Rüti
Berec AG	Organisations- und Planungsbür.	8608	Bubikon
Berner Versicherung	Agentur Willy Fahrni	8636	Wald
Bertschinger	Innenausbau AG	8608	Bubikon
Besmer AG	Sanitär, Heizung, Spenglerei	8636	Wald
Bettio & Partner GmbH	Reisebüro	8636	Wald
Arnold Bieri	Landmaschinen	8496	Steg
BK Sportpromotion GmbH	"Finisher"	8307	Effretikon
Bleichbeiz GmbH		8636	Wald
Esther Blöchliger	Lebensmittel	8636	Wald
Blumen-Boutique W. & W.		8636	Wald
August Böckli	Antiquitäten + Restaurationen	8607	Seegräben
Boka Print	Schnelldruck AG	8630	Rüti
Burgermeister AG	Kleinbauunternehmen	8330	Pfäffikon
Liboria Calamia	Autospenglerei	8637	Laupen
Casa Design AG		8608	Bubikon
Cathrein Lebensmittel		8636	Wald
Coiffure Filo		8637	Laupen
Coop Zürichsee-Linth		8340	Hinwil
Damen- und Herrensalon	Anton Emch	8636	Wald
Dorf-Garage	René Lustenberger	8636	Wald
Drogerie Gfeller		8636	Wald
Drogerie Rüegg	Rüti-Hinwil-Eschenbach	8630	Rüti
Dubach & Wittwer	Ingenieurbüro	8340	Hinwil
Erwin Dubach	Sanitäre Anlagen, Spenglerei	8340	Hinwil
Easy way to drive	Anton Schmucki	8498	Gibswil
EBLA AG	Sandstrahl-Reinigungen	8637	Laupen
Egli Nutzfahrzeug AG		8622	Wetzikon
Peter Egli AG	Sägerei + Holzhandel	8344	Bäretswil
EPA Super-Discount		8636	Wald
Erstra-Druck AG	Offset- und Buchdruck	8630	Rüti
EW Wald	Elektrizitätswerk Wald	8636	Wald

Sponsoren 9. Züri Oberländer Duathlon

Farben Bernhard		8630	Rüti
Fischer (Schweiz) AG		6371	Stans
Familie Kurt Fischer		8345	Adetswil
Fly Center	Gleitschirm - Flugshop	8636	Wald
Foto Wiget		8636	Wald
Frei Automobile		8637	Laupen
Frema AG	Maschinen und Anlagen	8608	Bubikon
Fritschi + Meier Co. AG	Rechtsberatung, Treuhandbüro	8636	Wald
Gafner Maschinenbau AG		8637	Laupen
Ganz Installationen AG		8604	Volketswil
Garage Kaiser	Volvo Vertretung	8636	Wald
Garage Waldhof AG		8636	Wald
Gasthaus Blume		8497	Fischenthal
Robert Gautschi	Sennerei	8342	Wernetshausen
Gemeinde Fischenthal		8497	Fischenthal
Gemeinde Rüti		8630	Rüti
Gemeinde Wald		8636	Wald
Peter Grütter	Schreinerei und Innenausbau	8636	Wald
Gubler AG	Strassen- und Tiefbau	8636	Wald
Ruedi Gutknecht	Zimmerei	8636	Wald
Halba AG	Schokoladenfabrik	8637	Laupen
Halter AG	Confiseriefabrik	5712	Beinwil am See
Käthi + Walter Hanselmann	Confiseriewaren	8636	Wald
Walter Hänslü	Gartenbau	8636	Wald
Hess AG	Transporte	8637	Laupen
Hermann Hess	Schreinerei-Innenausbau	8498	Gibswil
Heusser-Touristik		8620	Wetzikon
Marcel Hiestand	Coiffeur-Salon	8636	Wald
Hanspeter Hiltbrand	Bettwaren und Bodenbeläge	8636	Wald
Andreas Hofmänner	Langlaufsport	7270	Davos
Holzbau Mettlen		8636	Wald
Heinrich Honegger	Confiserie	8636	Wald
Heinz Honegger	Bauabdichtungen AG	8637	Laupen
Honegger Transporte		8636	Wald
Hösli Blättler + Wiegand	Architekturbüro	8636	Wald
Martin Hostettler	Kuvert und Druck	8608	Bubikon
Hotel Atzmännig		8638	Goldingen
Hotel Freihof		8638	Goldingen
Hotel Hasenstrick		8342	Wernetshausen
Hotel Schürli		8344	Bäretswil
Hotel-Restaurant	Laufenbach	8630	Rüti
Albert Hubmann	Kühlanlagen	8344	Bäretswil
IKI	Informationsberatung AG	8636	Wald
Ueli Jucker	Obstbau	8607	Seegräben
Jungborn	Chemische Reinigung	8636	Wald
Wisel Kälin	Sportgeschäft	8840	Einsiedeln
Käserei Bühl		8498	Gibswil
Keller Eisenwaren AG	Handwerkerzentrum	8630	Rüti
Max Keller AG	Lüftungs- und Klimaanlage	8620	Wetzikon
Kern + Schaufelberger AG	Radio-TV Hi-Fi	8636	Wald

Sponsoren 9. Züri Oberländer Duathlon

Konkordia Schweiz.	Kranken- und Unfallversicherung	8636	Wald
Kosmetik Studio	Karin Looser	8637	Laupen
Kündig AG Holzbau		8630	Rüti
Fritz Kunz	Schuhhaus Reitsport	8636	Wald
Künzi Treuhand AG		8630	Rüti
Kurt Kuratli	Getränke	8636	Wald
Kuster & Maduz AG	Heizung Oelfeuerung	8636	Wald
Hildegard Kuster	Spez' geschäft für Dessous	8636	Wald
Landi Bachtel	Landw. Genossenschaft	8635	Dürnten
Landi Bärenswil	Haus + Garten	8344	Bärenswil
Landi Zola	(Zürcher Oberland)	8308	Illnau
Rolf Lange	Innendekorationen	8636	Wald
Lanteri & Partner	Gipsergeschäft GmbH	8637	Laupen
Roland Lättsch	Autofahrschule	8636	Wald
Dr. med dent. Tomaz Levicnik		8636	Wald
Linsi Sport		8344	Bärenswil
Edith Looser	Steuerberatungen	8636	Wald
Marchese AG	Gipsergeschäft	8637	Laupen
Aldo Martinazzo	Versicherungsbüro	8636	Wald
Erwin Maurer	Plattenbeläge	8636	Wald
Mc Dust AG	Banking Recruitment	8002	Zürich
Ernst Meier AG	Garten-Center	8630	Rüti
W. + A. Mesmer		8636	Wald
Werner Messikommer	Architekturbüro	8607	Aathal-Seegräben
Andrea Michael	Mike-Bike Velo-Aufhängesystem	8630	Rüti
Migros Genossenschaft	Winterthur/Schaffhausen	8401	Winterthur
Milz Autoshop	Autozubehör	8637	Laupen
Karl Minnig	Metzgerei	8636	Wald
Möbel Fry AG	Einrichtungshaus	8636	Wald
Müller + Rauner	Ofenbau, Plattenbeläge	8754	Netstal
Markus Münzinger	Fahrlehrer	8637	Laupen
Murexin AG	Bau- und Industrieprodukte	8304	Wallisellen
Naef AG	Flugmechanik AG	8497	Fischenthal
Nähcenter	Feldmann	8636	Wald
Naturlade		8636	Wald
Albert Neff	Molkerei Spittel	8636	Wald
Niro Optik		8636	Wald
Reto Noser	Waffen und Munition	8634	Hombrechtikon
Oberhof- Garage GmbH		8497	Fischenthal
Oberholzer + Honegger	Elektro - Telecom - TV	8636	Wald
G. Oberholzer	Holzbau	8733	Eschenbach
OGS Beratungsteam AG	Informatik und Personalfragen	8606	Nänikon
OPO Oeschger AG		8302	Kloten
Papeterie-Buchhandlung	Müller	8636	Wald
PC Service	Martin Schweizer	8608	Bubikon
Peba Kunststoff AG		8608	Bubikon
René Peter	Bodenbeläge	8633	Wolfhausen
Bruno Pfister	Käserei	8498	Gibswil
Maurice Pfister	Softeis	8636	Wald
Pflegeheim Grünegg		8636	Wald

Sponsoren 9. Züri Oberländer Duathlon

Place Relax Rohrbach + Rutz		8636	Wald
Plattenvertriebs AG		8852	Altendorf
Pneu Menzi AG		8733	Eschenbach
Pneu Muggler AG		8340	Hinwil
Pneuhaus Thalegg		8496	Steg
Popp Sanitär AG	Sanitäre Anlagen	8630	Rüti
PowerBar Europe Sales and	GmbH & Co. KG	D-	München
Dr. med. vet. J. Prevost		8636	Wald
Pronto Garage		8637	Laupen
Radsport Gerber AG		4665	Oftringen
Rahmenladen	Sandra Kreis	8636	Wald
Josef Rava	Maurergeschäft u. Cheminée- u. Metallbau	8636	Wald
U. Rechsteiner AG		8637	Laupen
Red Peak Radsport		8634	Hombrechtikon
Reichle + De-Massari AG	Elektro- + Kommunikation	8620	Wetzikon
Reichmuth & Rüegg AG	Metallbau	8637	Laupen
HCH. REIMANN AG	Werkzeugbau	8617	Mönchaltorf
Reisebüro	Bachmann & Spitzer AG	8630	Rüti
Reisebüro Sonnenberg		8636	Wald
Restaurant Bahnhof		8636	Wald
Restaurant Blume		8636	Wald
Restaurant Frohsinn		8498	Gibswil
Restaurant Gibswilerstube		8498	Gibswil
Restaurant Hohes Schölssli		8342	Wernetshausen
Restaurant Löwen		8636	Wald
Restaurant Mühle		8498	Gibswil
Restaurant Ohrüti		8496	Steg
Restaurant Schwert		8636	Wald
Restaurant Sonnengarten		8636	Wald
Restaurant Talhof		8636	Wald
Restaurant Toggenburg		8636	Wald
Restaurant Zollhaus		8636	Wald
Rochat Sport		8636	Wald
Rossignol Ski AG		6371	Stans
Bruno Röthlin	Bäckerei-Konditorei	8637	Laupen
Harry Rüegg		8636	Wald
Sägewerk	Albert Kuster	8734	Ermenswil
Werner Schaufelberger	Schreinerei	8636	Wald
Roger Schläpfer	Schreinerei	8496	Steg
Schnyder Landmaschinen		8636	Wald
Schoch + Hirzel AG	Strassen- und Tiefbau	8496	Steg
Schock & Co. GmbH	Malergeschäft	8636	Wald
Hansjakob Schoch	Schreinerei	8498	Gibswil
Schoch Holzbau AG	Schreinerei	8498	Gibswil
Gebrüder Schraner AG	Fensterfabrikation	8637	Laupen
Schuh-Toni	Sportgeschäft	8636	Wald
Schulthess Maschinen AG		8633	Wolfhausen
Schumacher AG	Sanitäre Anlagen	8636	Wald
Dr. med. Peter Schüpbach		8636	Wald
Arnold Schweizer	Radio-TV Haushaltgeräte	8636	Wald
Schwendi-Garage	Autoreparaturen	8494	Bauma

Sponsoren 9. Züri Oberländer Duathlon

Eugen Seitz AG	Ventiltechnologie	8623	Wetzikon
Sincrodada	Treuhandbüro	8637	Laupen
SKS AG	Kunststoffe Werkzeugbau	8637	Laupen
Soledor SA	Sporternährung	3097	Liebefeld
Soneris Engineering	Elektronik und Informatik	8636	Wald
Spitexverein Wald	Spitex Zentrum	8636	Wald
AG Spörri & Co		8637	Laupen
Spörri Landmaschinen		8636	Wald
Sport- und Bäderkommission		8636	Wald
Sport-Garage AG	Opel-Vertretung	8636	Wald
SPORT-STUDIO WALD		8636	Wald
Sport-Trend-Shop		8340	Hinwil
Sportcars	Ford-Vertretung	8636	Wald
Sporthaus Schmid		8623	Wetzikon
Stachel-Endlos AG	Computerformulare	8714	Feldbach
A. Stalder AG	Bauunternehmung	8733	Eschenbach
Johannes Stauffacher	Forellenzucht	8498	Gibswill
STD AG	Switcher Corner	8636	Wald
Herbert Stettler	Plattenbeläge	8496	Steg
Hans Strehler	Planungsbüro	8636	Wald
STUDIO 13	Tanz - Aerobic - Gymnastic	8636	Wald
SWICA Agentur Rüti		8630	Rüti
Techniques-Laser SA		1376	Goumoens-la-Ville
The Shop Egli Sport AG		8630	Rüti
Tirega Consulting AG		8636	Wald
Tobler Stahlbau AG		9015	St. Gallen
Top-Garage	VW-Audi-Vertretung	8497	Fischenthal
Tricots Vogt Armin AG		8636	Wald
Guido Trottmann	Metallbau Schlosserei	8180	Bülach
Usai + Gubler AG	Malergeschäft	8636	Wald
Usseglio & Adobati	Gipsergeschäft	8637	Laupen
Usseglio Baugeschäft AG		8637	Laupen
V-Zug AG		6301	Zug
Vebicode Etiketten Drucker	& Software AG	8608	Bubikon
Veloatelier		8037	Zürich
Verago AG		8706	Meilen
Paul Vogt AG	Schreinerei	8636	Wald
Peter Wäckerlin	Motorengeräte & Carrosseriew.	8636	Wald
Wädi's Gartenbau natürl	Walter Ebnöther	8498	Gibswil
Rolf Walti AG	Architekturbüro	8636	Wald
Peter Weber	Architekturbüro	8636	Wald
WernerGraf	Baukeramik AG	8404	Winterthur
Harald Wettstein	Schreinerei	8636	Wald
Johannes Wettstein	Innendekorateur	8636	Wald
Winterthur Versicherung	Hauptagentur Wald	8636	Wald
Wörner AG	Modehaus	8636	Wald
Wyler AG	Bauunternehmung	8498	Gibswil
Willi Zangerl	Baugeschäft	8498	Gibswil
Ruedi Zumbach	Erdarbeiten	8636	Wald
Zürcher Kantonalbank	Sport-Sponsoring	8010	Zürich
Zürcher Oberländer	Buchdruckerei Wetzikon	8620	Wetzikon



Aus eigener Produktion:

- Chnoblichäs
- Chrütlichäs
- Pfäfferchäs
- Bachtelkäse
- ¼ fetter Bergkäse



Öffnungszeiten:

Montag - Sonntag 7.00 - 10.00 18.30 - 19.30



Ruedi Alder Wald Ruedi Alder Wald

Schlipfstr. 6
8636 Wald

Tel. 055 246 40 83

Schuhmacher Sattler Gravuren

Ladenzeiten: Di & Fr 8 - 12 & 13.30 - 18.30
Sa 8 - 12

Ausflugsziel Gibswil

Speiserestaurant Gibswilerstube

Fam. A. Schmucki, 8498 Gibswil Tel. 055 / 245 22 42

Besuchen Sie das schöne Restaurant im oberen Tösstal
mit dem Kinderparadies, dem Kleintierpark,
der Santa Fé-Eisenbahn und der sonnigen Gartenwirtschaft,
welche zum Verweilen und Geniessen einlädt!

Besondere Spezialitäten:

- hausgemachte Bratwurst vom Chef persönlich
 - Guggeli im Körbli mit feiner Sauce
- reichhaltiges Zmorgebuffet am Sonntag

Trainingslager Ramsau am Dachstein (AUT)

3. Oktober 1998

„Hoi zäme. Samstag, dritte Oktober für Trainingslager in Ramsau Besammlung um acht Uhr Bahnhof Wald. Tschuss zäme.“ (So ähnlich tönte es auf dem Telefonbeantworter, der von Juri besprochen wurde.)

Tatsächlich trafen etwa um 8 Uhr die Bachtelianer am Bahnhof Wald ein. Routinemässig wurden die drei Busse vollgestopft, für die lange Reise nach Ramsau (Österreich).

Nach ca. zweieinhalb stündiger Fahrt machten wir den ersten Rast (ausser für diejenigen mit schwacher Blase. Für jene war es schon der zweite, „gälled“?!).

Der restliche Weg nach Ramsau wurde schnell errast, die Zimmer bezogen und sich für das erste Training bereit gemacht. Dann musste zum ersten Mal gewartet werden: Auf zwei der älteren Semester, die es vielleicht nicht für nötig hielten zu trainieren, oder hatten sie sich zu wenig informiert? Auf jeden Fall rannten wir vergnügt in die schöne herbstliche, verschifft Landschaft von Ramsau hinaus.

Nach dem guten Nachtessen ging für die einen, der über 18jährigen, der erste Kurs für J+S-Leiter los.

4. Oktober 1998

Der Tag fing gleich mit einem Footing an und das erst noch um 06.40 Uhr. Anschliessend wurde beim Frühstück fleissig gefuttert, um die erste Tageshälfte auf dem 2'700 m hohen Gletscher ohne Hunger zu überstehen.

Nach einem ausgiebigen Ausdauertraining in der freien Technik im schönen Pulverschnee liefen wir schliesslich noch zu Fuss aus und freuten uns auf das Mittagessen.

Nach einer kurzen Mittagspause ging es wieder los – zum zweiten Gletschertraining in der klassischen Technik. Nach Fusslauf, Sprüngen und Stretching war auch schon der zweite Tag überstanden.

5. Oktober 1998

Nach dem üblichen Footing und Frühstück hiess es für die J+S-Kursteilnehmer zuerst einmal Theoriestunde, während wir anderen bereits auf dem Weg zum Gletscher waren. Dort oben nahm Bidi uns auf Video auf, das wir dann am Abend ansahen – unter Kritik von Juri. Vor dem Essen hatten wir 40 Minuten Jogging auf dem Plan, das wegen der verzögerten Bähnlfahrt nicht mehr von allen voll durchgezogen wurde.

Es ging stressig weiter: Duschen, essen, wachsen, umziehen, Theorie, abfahren. Über Mittag gab es neuen Pulverschnee, der uns das Wachsen nicht leicht machte. Immer

wieder standen Bachtelianer genervt mit 5 cm-Schneestollen am Belag neben der Loipe und kratzten dieselben mühselig ab. Die Videoaufnahmen konnten trotz Nebel doch noch gemacht werden.

Am Abend gab es wieder J+S-Kurs, bei welchem nicht mehr alle so motiviert waren mitzumachen... („So an Stress“!)



Die ganze Mann- und Frauschaft auf dem Dachsteingletscher ob Ramsau

6. Oktober 1998

Nach dem üblichen Footing und Frühstück ging es um 07.20 nach oben auf den Gletscher. Dort ging es für die J+S-Teilnehmer mit Technikschiulung weiter. Auf dem Programm für's Team hiess es zweieinhalb Stunden Ski Ausdauer. Um 11.00 Uhr ging es hinunter zum Mittagessen.

Nach dem Essen haben alle Teams Mittagsruhe bis 16.00 Uhr – ausser die J+S-Kurs-Teilnehmer, die haben nochmals Programm gehabt...

Um 16.00 Uhr sind wir laufen gegangen bis zum Hallenbad. Dort sind ein paar in die Sauna gegangen, die anderen ins Schwimmbad. Um 18.30 Uhr gab es dann z'Nacht. Danach kam Giachem Guidon die neuen Toko-Wachse vorstellen. Das war sehr informativ und lehrreich.

...und so ist auch dieser Tag langsam zu Ende gegangen...

Roger Burri + Urs Müller

General Motors (GM) gegen Bill Gates

Bei einer Computermesse hat Bill Gates die Computer-Industrie mit der Auto-Industrie verglichen und das folgende Statement abgegeben: „Wenn General Motors mit der Technologie so mitgehalten hätte, wie Microsoft, dann würden wir heute alle 25-Dollar-Autos fahren, die eine Reichweite von 1000 Meilen pro Gallone Sprit hätten!“

Als Antwort darauf veröffentlichte General Motors eine Presse-Erklärung mit folgendem Inhalt: Wenn General Motors eine Technologie wie Microsoft entwickelt hätte, dann würden wir heute alle Autos mit folgenden Eigenschaften fahren:

1. Ihr Auto würde ohne erkennbaren Grund zweimal am Tag einen Unfall haben.
2. Jedesmal, wenn die Strassenmarkierungen neu gezeichnet werden, müsste man ein neues Auto kaufen.
3. Gelegentlich würde ein Auto ohne erkennbaren Grund auf der Autobahn einfach stehen bleiben und man würde es akzeptieren, den Wagen neu zu starten und weiterzufahren.
4. Wenn man bestimmte Manöver durchführt, wie z.B. eine Linkskurve, würde das Auto einfach ausscheren und sich weigern, neu zu starten. Man müsste dann den Motor neu installieren.
5. Man kann nur alleine im Auto sitzen, es sei denn, man kauft „Car95“ oder „CarNT“. Aber dann müsste man jeden Sitz einzeln bezahlen.
6. Macintosh würde Autos herstellen, die mit Sonnenenergie fahren, zuverlässig laufen, fünfmal so schnell und zweimal so leicht zu fahren sind, aber nur auf 5 % des Strassennetzes einzusetzen sind.
7. Die Oel-Kontroll-Leuchte, die Warnlampen für Temperatur und Batterie würden durch eine „Genereller Auto-Fehler“-Warnlampe ersetzt.
8. Neue Sitze würden erfordern, dass alle dieselbe Gesäss-Grösse haben. Das Airbag-System würde fragen „Sind sie sicher?“ bevor es auslöst.
9. Gelegentlich würde das Auto Sie ohne jeden erkennbaren Grund aussperren. Sie können nur wieder mit einem Trick aufschliessen, und zwar müsste man gleichzeitig den Türgriff ziehen, den Schlüssel drehen und mit einer Hand an die Radioantenne fassen.
10. General Motors würde Sie zwingen, mit jedem Auto einen Deluxe Kartensatz der Firma Rand McNally (eine GM-Tochter) mit zu kaufen, auch wenn Sie diesen Kartensatz nicht brauchen oder möchten. Wenn Sie diese Option nicht wahrnehmen, würde das Auto sofort 50 % langsamer werden.
11. Immer dann, wenn ein neues Auto von GM vorgestellt wird, müssten alle Autofahrer das Autofahren neu erlernen, weil keiner der Bedienelemente genau so funktionieren würde, wie in den alten Autos.
12. Man müsste den „Start“-Knopf drücken, um den Motor abzustellen.

Rest. Schwendi, Bauma

Zobig-Plättli
Bure-Spezialitäten
Schöne Gartenwirtschaft
Grosser Parkplatz



Ob nachem Chrampfe oder Sport
d Schwändi isch de richtig Ort

Dienstag und Mittwoch geschlossen

Höflich empfiehlt sich
Familie A. Keller-Neukomm
Tel. 052 386 11 69

Die Druckerei für:

- Visitenkarten
- Rechnungen
- Numerierungen
- Briefbogen
- Garnituren
- Preislisten
- Couverts
- Vereinsbroschüren



**Buchdruck
Offset
Jürg Hess-Vogt**

Erikastrasse 4
8632 Tann
Telefon 055 240 24 93

So sind wir erreichbar...

...Vorstand Skiclub am Bachtel

Siehe vordere Umschlagseite

...Vorstand Panorama-Loipe

Siehe vordere Umschlagseite

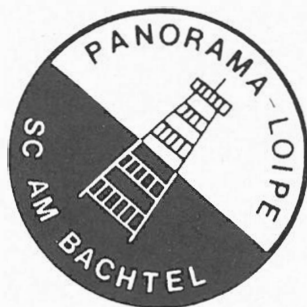
...Telefonbeantworter / Winterservice

055 / 246 42 22

...Stiftung Bachtel zur Förderung des nordischen Skisports

Kontaktadresse: Käthi Hanselmann, Blattenbach, 8636 Wald, Tel./Fax 055 245 14 07

Bankkonto: Stiftung Bachtel, ZKB Hinwil 1154-0421.007 (PC 80-3628-7)



Hunderterclub des SC am Bachtel

Der Hunderterclub ist eine Gönnervereinigung, welche die Rennläuferinnen und Rennläufer des Skiclub am Bachtel (Senioren, Junioren und Jugendorganisation) unterstützt.

Vor allem die Förderung unseres hoffnungsvollen Nachwuchses betrachten wir als eine wichtige und sinnvolle Aufgabe. Eine sportliche und gesunde Jugend, welche unseren Spitzenathletinnen- und athleten naheifert, ist uns ein echtes Anliegen.

Sind Sie an einer Mitgliedschaft im Hunderterclub interessiert?

Unser Präsident, Christian Häsler, am Bach 19, 8637 Laupen, Tel. 055 / 246 20 89) gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Für Ihr Interesse bedanken wir uns im voraus.

Vorstand Hunderterclub

...Redaktion des „Bachteler Schii“

Cornelia Porrini, Chefstrasse 18, 8636 Wald, Tel. + Fax 055 / 246 55 63

Daniela Schmid-Hess, Im Brand 14a, 8637 Laupen, Tel. + Fax 055 / 246 49 65

KNORR-QUICK-SUPPE

der heissgeliebte Energiespender — auch auf der Panorama-Loipe

Termine Herbst 1998 - Frühling 1999

1998

Mi, 2. Dezember	Clausfeier JO
Fr, 4. Dezember	Winterversammlung Skiclub am Bachtel (Infos in diesem Heft)
Sa-Sa, 26. Dez.-2. Jan.	Trainingslager Davos

1999

Sa/So, 2./3. Januar	Biathlon-SM, Zernez
So, 10. Januar	30 km-ZSV-Meisterschaften, Unteriberg
Sa-Do, 16.-21. Januar	LL-SM Surlej (kurze + mittlere Distanzen + Staffeln) (Am 17. Januar finden alle Verfolgungsstartrennen statt!) (Fanreise: am So, 17. Januar; genauere Infos folgen)
Sa/So, 23./24. Januar	4. Bachtelbiathlon, Amslen
Sa/So, 30./31. Januar	Biathlon-SM, Einsiedeln
Sa, 30. Januar	ZSV-Meisterschaften, Bachtel (Staffeln) (Infos in diesem Heft)
So, 31. Januar	ZSV-Meisterschaften, Bachtel (Einzel), SSV/ELVIA-Trophy
Mi, 10. (evtl. 17.) Februar	Clubrennen SCB, Langlauf (genauere Infos folgen)
Fr-So, 19.-21. Februar	JO-SM + NK-SM, Marbach
Sa-Sa, 20.-27. Februar	Clublager 1. Teil, St. Moritz
So, 28. Februar	Einsiedler Volksskilauf
So, 7. März	Clubrennen SCB, Alpin (genauere Infos folgen)
So, 14. März	Engadiner Skimarathon
Sa/So, 20./21. März	Jugendlanglauf Lenk
Sa/So, 27./28. März	LL-SM, Surlej (lange Distanzen; mit Massenstart)
Mo, 5. April	Spyrstock Langlauf („Osterhasenrennen“), Unteriberg
So, 19. April	Abschlussrennen ZSV, Hoch Ybrig
Fr-So, 9.-11. April	Trainer- und Vorstandsweekend Hoch-Ybrig
So, 18. April	Abschluss-Rennen ZSV, Rangverkündigung Cup, Hoch Ybrig
So, 25. April	Tag der Walder Jugend
Fr, 21. Mai	Generalversammlung Skiclub am Bachtel
Sa/So, 19./20. Juni	10. Züri-Oberländer Duathlon, Wald (Infos in diesem Heft)

... Frauenlaufftreff Jeden Dienstag, 08.30 Uhr, auf dem Windeggparkplatz. Für Anfängerinnen und Fortgeschrittene!

... Turnen / Spiele Jeden Montag, 20.00 Uhr, im Schulhaus Ried; Spiel, Spass und Plausch für alle!!!

Nächster Redaktionsschluss: Freitag, 26. März 1999



Hallenbad Wald

Telefon 055 / 246 38 00

Wasser 29°C/Luft 31°C

Sonntag ab 10 Uhr offen

während der Wintersaison
an Samstagen und Sonntagen

Warmbadetage

Wasser 31°C/Luft 33°C

Jahresabonnemente

Winterabonnemente

Unterwasserstrahlmassage

Ergoline Solarium

Anfängerschwimmkurse für
Erwachsene

Moderne Wasseraufbereitung

Oeffnungszeiten

Montag
Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
Freitag
Samstag
Sonntag

Sommersaison

ca. 20.5. bis 15.9.
Freiluftbadsaison

17.00 - 21.30 Uhr
17.00 - 21.30 Uhr
13.30 - 21.30 Uhr *
17.00 - 21.30 Uhr
17.00 - 21.30 Uhr
10.00 - 17.30 Uhr *
13.30 - 17.30 Uhr *

Wintersaison

ca. 16.9. - 20.5.

15.00 - 21.30 Uhr
15.00 - 21.30 Uhr
13.30 - 21.30 Uhr
13.30 - 21.30 Uhr
13.30 - 21.30 Uhr
10.00 - 17.30 Uhr
10.00 - 17.30 Uhr

* Während der Sommersaison ist das Hallenbad ausserhalb der Sommerpause bei regnerischem Wetter auch am Mittwochnachmittag und am Wochenende geöffnet.

P. P.

8498 Gibswil

Adressänderungen gemäss A1/55

**Werden Sie Mitglied des SC AM BACHTE
oder Gönner der PANORAMA-LOIPE!**

**Viel
Vergnügen.**

Die nahe Bank.



**Zürcher
Kantonalban**