

44. Ausgabe



DE BACHTELER SCHII

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

Kontakt-Personen

Internet: www.skiclub-bachtel.ch / e-mail: bachtel@skiclub-bachtel.ch

Vorstand des Skiclub am Bachtel

Präsident	Wädi Hanselmann, Blattenbach, 8636 Wald Telefon 055 246 14 07 / e-mail: hanselmann.magenbrot@bluewin.ch
Aktuarin	Ruth Spörri, Boden 317, 8496 Steg Telefon 055 245 21 01
Sponsorchef / Vizepräsident	Felix Vontobel, Chrözeweg 3, 8335 Hittnau Telefon 01 951 10 01 / e-mail: fvontobel@seitz.ch
Kassierin	Dona Suter, Brupbach 9, 8340 Hinwil-Hadlikon Telefon 01 937 43 52 / e-mail: suter-hadlikon@bluewin.ch
Festwirtin	Barbara Braun, Haldenweg 7, 8632 Tann Telefon 055 240 49 50 / e-mail: r&b.braun@freesurf.ch
Chefin Breitensport	Susanne Vontobel, Unterpuntstrasse 16, 8636 Wald Telefon 055 246 67 20 / e-mail: susan@email.ch
Rennchef	Daniel Biedermann, Im Sack, 8636 Wald Telefon 055 246 40 61 / e-mail: daniel.biedermann@skiclub-bachtel.ch
JO-Chef	Hano Vontobel, Bühl, 8498 Gibswil Telefon 055 246 32 76 / e-mail: hanovontobel@swissonline.ch
NK-Leitung	Peter Windhofer, Tösstalstrasse, 8498 Gibswil Telefon 055 245 21 05 / e-mail: pewi@email.ch
Biathlon-Chef	Röbi Braun, Haldenweg 7, 8632 Tann Telefon 055 240 49 50 / e-mail: r&b.braun@freesurf.ch
Fitnessvertreter	Beat Inderbitzin, Bahnhofstrasse, 185, 8620 Wetzikon Telefon 01 930 15 37 / e-mail: indi@freesurf.ch
Trainer Trainer SCB	Juri Burlakov, Im Ferch 44, 8636 Wald Telefon 055 246 64 45 / e-mail: jur-nag-jubi@bluewin.ch

Vorstand der Panorama-Loipe

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

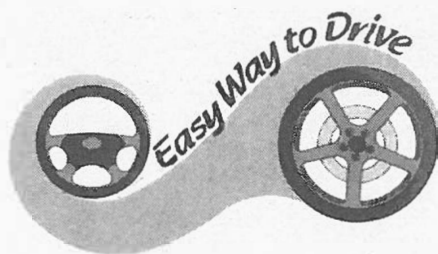
„DE BACHTELER SCHI“

44. Ausgabe Erscheint jeweils im Herbst und im Frühling Auflage: 1600

INHALT

Präisberichte		Wettkampf	
SCB-Präsi	3	24-Hour-Inline-Race	33
Loipen-Präsi	5	Volleyball-Turnier	41
Ressort		Interview	
Sommerbericht Nordische Kombination	9	Es stellt sich vor...	27
JO SC am Bachtel	11	Europameister im Armbrustschiessen	45
Rennchef, Winteranlässe	13	Informationen	
Viessmann Biathlon Jugend Trophy	16	Pöny-Lift / Telefonbeantworter	7
Vorstand		Lagerhaus Davos / Langlaufkurs	15
Veränderungen	18	Lang ist es her... von Urs Kunz	38
Lager		An Grillroscht	51
Gletscher-Trainingslager Ramsau	21	Ernährung	53
Sommerlager Gurnigel	23	Kaderzugehörigkeiten	63
Trainingslager Bulgarien	24	So sind wir erreichbar...	66
Veranstaltungen		Werbefläche oder Firmentafel	67
Hochzeit Sylvia und Jere	28	Sponsoren 11. Züri Oberländer Duathlon	68
Hochzeit Claudia und Urs	30	Termine	73
Sommerkombination	35	Zum lernen und lachen	
Duathlon	64	Rezept	43

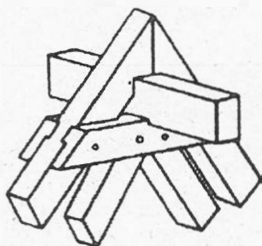
**VERSICHERUNGEN + LEBEN****Sponsor + Partner SC am Bachtel**



**FAHRSCHULE
TONI SCHMUCKI
079 / 407 87 87**

www.fahrlehrer.ch/schmucki.html

P. Künzle HOLZBAU



Leebergstrasse, 8498 Gibswil
Telefon 055 - 245 22 49

**Zimmerei, Treppen
Innenausbauten, Isolationen**

Von Wädi Hanselmann

Die Olympischen Spiele in Sydney, die Eröffnungsfeier und die grossartigen Wettkämpfe lösten auch bei mir Olympiafieber aus. Der Olympische Gedanke ist einzigartig, deshalb ist für mich das Ziel im Club Athleten zu fördern, damit sie einmal an den Olympischen Spielen teilnehmen können, weiterhin erstrebenswert. Viele werden mir hier Blauäugigkeit vorwerfen (was ich ja wirklich auch bin). Ich bin mir der Problematik der Olympischen Spiele und ihrer Glaubwürdigkeit durchaus bewusst.

Ich bin fest davon überzeugt, dass, wenn wir uns immer und überall gegen Dopingmissbrauch aussprechen, wenn dopingunterstützte Leistungen für die Öffentlichkeit und die Medien kein Tabu mehr sind und nicht mehr geduldet werden, wenn sie endlich den Mut haben diese Leistungen zu ächten und als Betrug anzusehen, dann wird der olympische Gedanke wieder zum Tragen kommen.

Solche Olympischen Spiele erleben zu können, das wünsche ich jedem von unseren jungen Athleten und Athletinnen.

Es liegt leider nicht in unseren Möglichkeiten die Olympiade durchzuführen, dafür veranstaltet der SC am Bachtel diesen Winter gleich drei Events von grosser Bedeutung:

Die Elvia-Trophy am 13./ 14. Januar, den KPT Cup am 10./11. Februar
und eine Woche später die Schweizermeisterschaften im Biathlon.

Der Nachwuchsanlass, die Elvia-Trophy, wird am Sonntag mit einem Fun-Tag gekoppelt. Da sind einige Attraktionen und Überraschungen geplant.

Für den KPT Cup erwarten wir die nationalen Spitzenathleten. Da der Anlass kurz vor der Langlauf WM liegt und viele ausländische Athleten sich gewöhnlich in der Schweiz vorbereiten, nimmt eventuell der eine oder andere internationale Star an diesen Rennen teil.

Erstmals in seiner Geschichte führt unser Skiclub die Biathlon SM durch. Auch diesen Anlass werden wir in einem, seiner Bedeutung nach, gerechten Rahmen durchführen.

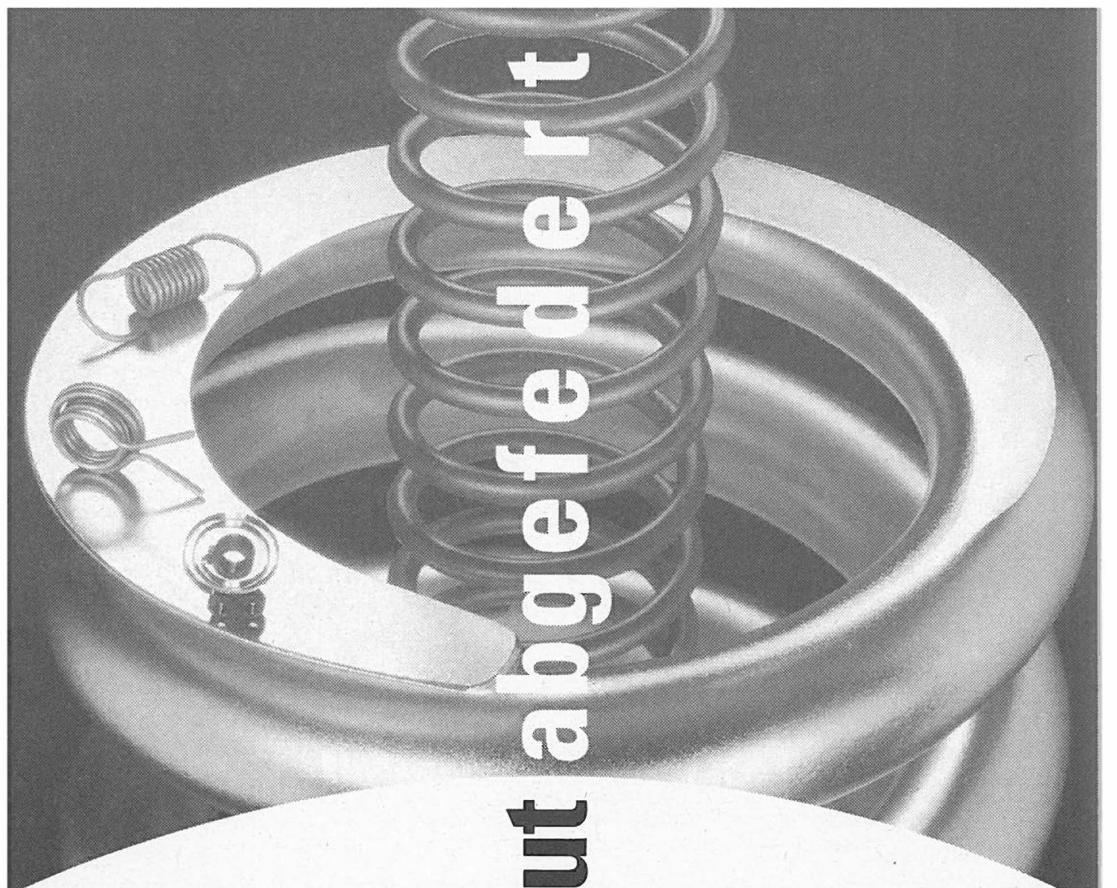
Wie schon anfangs erwähnt, liessen die Olympischen Spiele mein Sportlerherz höher schlagen, sie sind Motivation für meine Arbeit als Präsident aber auch als Sportler. Ich freue mich jetzt schon auf den Winter, wenn wir endlich wieder auf der Panoramaloipe unsere Runden drehen können.

Natürlich hoffe ich euch dort alle wieder zu treffen.

Hier noch das Neuste aus der Gerüchteküche des Skiclubs: Im Suppenwagen soll ein Internetcafé entstehen!! Und da soll noch einer sagen, die Skiklüber hätten keine Visionen...

Einen tief verschneiten Winter wünscht

Wädi Hanselmann



Gut abgefeder t

Bei uns sind aufgestellte Mitarbeiter/innen jederzeit willkommen. In der Produktion genauso wie in den administrativen Abteilungen. Wir suchen technische Mitarbeiter, kaufmännische Angestellte

sowie den nötigen Nachwuchs: Lehtöchter und Lehlrlinge.

Nehmen Sie mit unserer Personalabteilung Kontakt auf.

Mit Federn sind Sie immer am Puls der Wirtschaft.



BAUMANN FEDERN AG, Ermenswil, Postfach, 8630 Rütli, Tel. 055/2868 111, Fax 055/2868 511

www.baumann-springs.com

Von Ruedi Zumbach

Schon färbt sich das Laub an den Bäumen, ein deutliches Zeichen, dass es Herbst wird. Es wird nicht mehr lange gehen und der erste Schnee wird fallen. Für die einen Leute bedeutet der Schnee nass, kalt und unfreundlich. Aber für uns Wintersportler und Schneegeniesser bedeutet er Spass, Freude, Bewegung und Genuss. Also freuen wir uns auf den kommenden Winter, hoffen, dass es viel Schnee gibt und lange kalt bleibt.

DV Loipe Schweiz, 3. Juni in der Turnhalle Ried



Da es die Panoramaloipe bekanntlich seit 25 Jahren gibt, organisierten wir anlässlich dieses Jubiläums die diesjährige DV der Loipe Schweiz. Dies war sicher der grösste Anlass, den die Panoramaloipe in eigener Regie je organisiert hatte. Natürlich ging es nicht ohne fleissige Helfer aus dem Ski-Club, denen ich an dieser Stelle ganz herzlich danken möchte. Ihr ward einfach super!

Am Samstagmorgen präsentierte sich die Turnhalle Ried, festlich geschmückt, den Gästen aus der ganzen Schweiz. Bei Kaffee und Gipfeli konnten wir die Loipenkameraden begrüssen und vor der DV noch etwas Fachsimpeln.

Die DV selbst war eher ruhig und gab zu keinen grossen Diskussionen Anlass, der Loipenpass wird auch dieses Jahr Fr. 60.- kosten. Im Anschluss an die Versammlung ging es zu Fuss zur nahen Panoramaschanze. Dort konnten wir

Panoramaloipensponsoren 2000 / 2001:



CABLECOM

alle beim Apéro dem SCB-Springernachwuchs zuschauen, die einige gute Sprünge in die Bahn legten. Hier machten wir nun tüchtig Reklame für unseren Ski-Club und erklärten den zum Teil prominenten Gästen, wo sich unser Trainingsgebiet, Biathlonstand, Kraft- und Imitationsraum, sowie Panoramaloipe und Schanze Orn befinden und wie die Anlagen entstanden sind. Nun ging es zurück in die Turnhalle Ried zum Mittagessen. 120 Mahlzeiten von der Metzgerei Minnig Wald wurden durch fleissige Helfer verteilt. Bei Kaffee und Dessert wurde geplaudert, bis sich auch die letzten am späten Nachmittag auf den Heimweg machten.

Denn für uns ging es von neuem los, hatten wir doch den Bauernhöck für diesen Abend angesagt. Wir hatten alle grosse Freude, dass an diesem Jubiläumsbauernhöck über 90 Personen erschienen. Bei Speis und Trank, sowie einer Appenzeller-Streichmusik, hatten wir einen lustigen Abend, der sicher allen in bester Erinnerung bleiben wird. Meinen Loipenkameraden ein herzliches Dankeschön für Euren Einsatz. Es war streng, aber „cheibe“ schön.

Pistenfahrzeugbau GmbH



Sylvia und Jere feiern Hochzeit. Hier müssen wir uns etwas besonderes einfallen lassen, ging es uns durch den Kopf. Eine Sitzung wurde ins Loipenstübli einberufen, wo Max bereits eine gut gewürzte Gulaschsuppe gekocht hatte. Diese Suppe machte uns natürlich sehr durstig, und es ging nicht lange, sprudelten alle vor Ideen. Wir beschlossen, dass ein Pistenfahrzeug gebaut werden muss und zwar sofort. So wurde noch um 22.00 Uhr einem Zimmermann telefoniert, ob er genügend Holzplatten hätte. Am anderen Morgen um 9.00 Uhr trifft man sich mit all dem befohlenen Material im Chrattenhof. Zwei Tage wurde gezimmert und gemalt. Alle hatten „de Plausch“.

Panoramaloipensponsoren 2000 / 2001:



Zürcher
Kantonalbank

CABLECOM

Am 12. August durften wir dann Sylvia und Jere mit unserem, wie wir es nannten, „Panorama Love Mobile“ ein Stück weit zu ihrer Hochzeitsfeier chauffieren.

Auch an der Hochzeit von Claudia Maduz und Urs Kunz am 23. September stand unser Pistenfahrzeug im Einsatz.

Rundum war's ein aktiver Sommer. Wir von der Panoramaloipe freuen uns, Euch diesen Winter auf der Loipe oder am Ponylift begrüßen zu dürfen.

En guete Winter mit vill Schnee und Sunneschii wünscht dä Loipepräsi 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

Fahrtrets:	Kinder	Fr. 5.00
	Erwachsene	Fr. 8.00

Gruppen oder Schulklassen können nach Absprache mit der 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 Schneeart, die Temperatur und die Witterung im Bachtelgebiet!

Diese Angaben erfahren Sie, wenn Sie die Telefon-Nummer

055 / 246 42 22 wählen!

Panoramaloipensponsoren 2000 / 2001:



Zürcher
Kantonalbank

CABLECOM

Top-Ausrüstungen für Top-Leistungen

**Wir wünschen dem
Skiclub am Bachtel viel Erfolg.**



Laupenstrasse 8, 8636 Wald
Telefon 055-246 39 68

Ihr Einkaufs-Shop im Internet

www.schuhtoni.com

JOSEF RAVA

MAURERGESCHÄFT

RENOVATIONEN & CHEMINÉEBAU

Felsenkellerstrasse 9, 8636 Wald
Telefon (055) 246 31 87
Natel (079) 219 97 62

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

von Peter Windhofer

Das Sommerprogramm

Nach einer kurzen Frühlingspause ging's für die Springer und die Nordisch-Kombinierer der Skiclubs am Bachtel und Hinwil bereits mit dem Training wieder los!

In den Frühlingsferien organisierten wir, über den Ferienplausch Schnupperspringen für Schüler der umliegenden Gemeinden. Das Echo war wiederum gross und viele Teilnehmer wollten in Gibswil ihre ersten Sprünge zeigen.

Im Juni hatten wir bereits den ersten Sommerwettkampf auf dem Berner Gurten. In den folgenden Sommerferien absolvierten wir zwei Trainingslager, eines in Isny (D) und eines in Villach (A). Ende August ging's mit einem Wettkampf auf dem Gurten und einem in Wildhaus weiter. Nach unserem Heimwettkampf in Gibswil (siehe sep. Bericht), schlossen wir die Sommerwettkämpfe anfangs Oktober in Kandersteg ab.

Die neuen Aushängeschilder (nach dem Rücktritt von Urs Kunz) Michi Hollenstein, Fabian und Marco Gerber sowie Nicola Bay trainierten zahlreiche Tage mit dem Swiss-Ski-Kader. Neben vielen Trainingsprüngen auf diversen ausländischen Schanzen, absolvierten sie auch einige internationale Wettkämpfe, um sich bereits im Sommer mit Athleten anderer Nationen zu messen.

Fazit

Wir haben wieder einen trainingsintensiven Sommer durchlebt und können optimistisch den Winterwettkämpfen entgegenblicken!

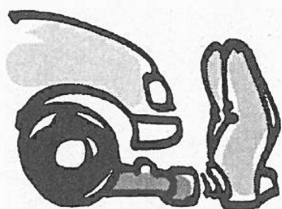
Und wie geht's weiter?

Nun ist der Sommer vorbei, die Blätter fallen von den Bäumen und die Tage werden kürzer und merklich kälter. Das sind einige Anzeichen, die wir empfinden, wenn der Winter näher kommt. Skispringer merken das jedoch noch auf eine andere Weise. Denn spätestens Ende Oktober werden sämtliche Ganzjahresschanzen geschlossen und für den Winter gerüstet. D.h. der Auslauf wird mit Netzen oder einem Holzrost belegt, so dass der Schnee auf den Kunststoffmatten nicht abrutschen kann. Dann kann man nur hoffen, dass der Winter baldmöglichst Einzug hält, denn ohne Schnee kein Sprungtraining. Die Sportler in den oberen Swiss-Ski-Kadern überbrücken diese Zeit meistens mit einem Trainingslager in Finnland. Die jüngeren müssen mit Sprungimitationen versuchen, ihre über den Sommer aufgebaute Form zu kompensieren.

Dankel

An dieser Stelle wieder mal ein grosses Merci an alle, die uns diesen Sommer unterstützt haben, damit wir unsere schöne Sportart ideal ausüben konnten.

„Wir bleiben am Ball!“ Machet's guet



Dorf-Garage Wald

René Lustenberger
Stuckstrasse 7, 8636 Wald ZH
Telefon (055) 246 41 93



**LANDI
BACHTEL**

Ihr Partner für Haus und Garten

- Tierfutter
- Pflanzen
- Getränke / Weine

Heizöl zu Tagespreisen!
Tankstellen in Wald und Steg

Verwaltung Tel. 055/ 241 39 39
8635 Dürnten Fax 055/ 240 21 64
Verkaufs-Niederlassung
8636 Wald Tel. 055/ 246 13 26
Bahnhofstr. 42 Fax 055/ 246 66 72



**LANDI
BACHTEL**

Von Hans Vontobel

Anlässe

Am JO "Plauschtag" ging es auf zum Schnebelhorn. "Chramphen" war angesagt. Wir halfen dem Alphirten bei der Räumung von "Lotharschäden".

Am JO Spieltag in Feusisberg langweilten sich Jugendliche und Betreuer wegen den langen Wartezeiten. Na ja, nächstes Jahr wird's bestimmt spannender, wenn wir als Organisatoren verantwortlich sind.

Der Duathlon gehört auch für die JO's zu den ganz besonderen Anlässen. Mithelfen ist Ehrensache!

Um bei der erstmals unter dem Skiclub laufenden Altpapiersammlung dabei zu sein, musste man sich regelrecht qualifizieren. Vielen Dank an Fredi für die Organisation.

Die Sommerplauschtreffen wurden Opfer des nasskalten Juli's. Schafften es einige unentwegte Biker bei strömendem Regen noch auf den Bachtel, getrauten sich die Inliner schon gar nicht auf die "Rölli".

Einige von uns nahmen erfolgreich an den Bikerennen in Hittnau, Bauma, Meilen, Egg und Fischenthal teil. In der Gesamtwertung des ZO-Bike Cup's standen sogar in vier Kategorien Bachteler auf dem Podest.

Im Sommerlager auf dem Gurnigel im Gantrischgebiet war ich erstmals als Organisator verantwortlich. Das super Wetter bescherte uns eine unvergessliche Woche (siehe Bericht zum Lager)!

Sommerkombination und Schauenbergstafette bildeten den Abschluss der Sommerwettkämpfe.

Nun gilt es bereits für die meisten wieder: Skis aus dem Keller und ab auf den Gletscher!

Trainerweiterbildung

In einer internen Weiterbildung wurden die Bereiche Trainingsaufbau durch Juri und Mentaltraining durch Monika Biedermann gestaltet. Letzteres wollen wir vermehrt auch im Training üben.

Gedanken zu Motivation & Perspektiven

Das Hinterfragen unseres Tuns und unserer Ziele gehört zum Leben.

Warum soll unser Club alles daran setzen den LL-Sport zu verbreiten und Wettkampfsportler hervorzubringen? Sind es persönlicher Ehrgeiz sich zu profilieren oder gar patriotische Gefühle? Sind wir überzeugt eine der schönsten und anspruchsvollsten Sportarten zu fördern?

Jugendsponsor 2000/2001: **CABLECOM**

Für mich steht der letzte Punkt klar im Vordergrund. Ausdauersport mit dem ganz eigenen "Ich" in einer intakten Landschaft gehört zum Besten, was wir unserem Körper und Geist geben können. Das Gefühl ist unbeschreiblich, also tun wir es und genießen es. Der nächste Winter kommt bestimmt. Also, bis dann auf der Loipe!



Trainingsweekends für JO's in Davos:

18./19. Nov.

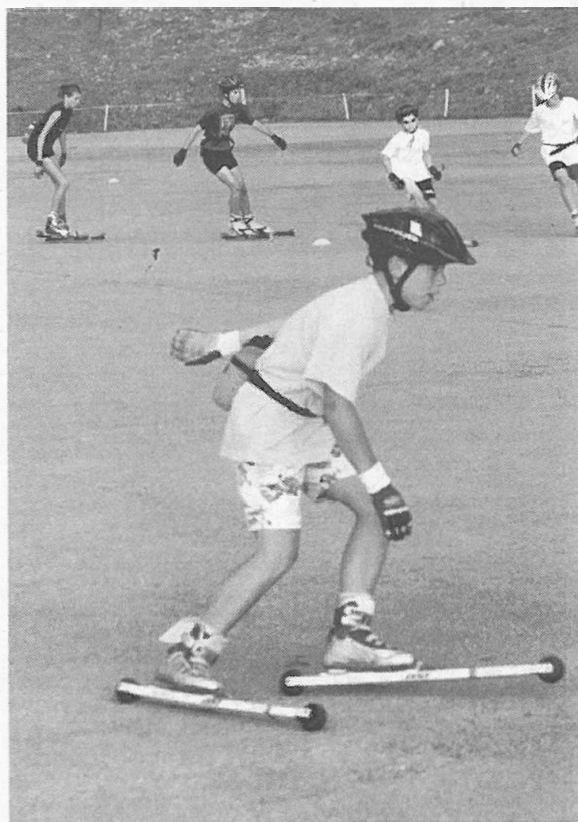
2./3. Dez.

Weihnachtslager:

26. Dez. - 2. Jan.

Skiweekend im Hochybrig:

15. - 16. April



Jugendsponsor 2000/2001: **CABLECOM**

Von Dani Biedermann

Nach einem Unterbruch von einem Jahr, kann der Skiclub am Bachtel wieder ein ELVIA-Trophy Rennen durchführen. Zusätzlich haben wir im kommenden Winter die Möglichkeit unser Langlaufgebiet an einem international ausgeschriebenen Wettkampf zu präsentieren. Am 13./14. Januar 2001 findet das ELVIA-Trophy Rennen statt und am 10./11. Februar 2001 das FIS-KPT-Cup Rennen.

Was ist die ELVIA-Trophy Swiss Ski ?

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.

Die ELVIA-Trophy bietet den Interessierten Langlauf-Kids die Möglichkeit, den Langlaufsport auszuprobieren und ihr Talent unter Beweis zu stellen. In jeder der Interregionen finden Wettkämpfe statt. Die besten Wettkämpfer dieser insgesamt zehn regionalen Ausscheidungswettkämpfe qualifizieren sich für das grosse Finale in Les Prés d'Orvin/Biel.

Die JO II und JO III erhalten eine willkommene 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 Veranstaltern mit einer Doppel-Veranstaltung dabei. Im Rahmen der ELVIA-Trophy finden ein Animationswettkampf für Skisprung und Nordische Kombination, sowie die Langlaufwettkämpfe statt.

Das Programm

Am Samstag ab 13.00 Uhr werden die Einzelwettkämpfe der ELVIA-Trophy durchgeführt. Für alle Teilnehmer wird dieser Wettkampf in der klassischen Technik durchgeführt. Auf der Strecke ist ein Skicross integriert.

Der Wettkampf der Springer und Kombiniierer findet am Sonntag statt. Er beginnt um 11.00 Uhr auf der Schanze in der Amslen. Der Verfolgungsstart der Kombiniierer erfolgt um 13.00 Uhr.

FIS/KPT-Cup

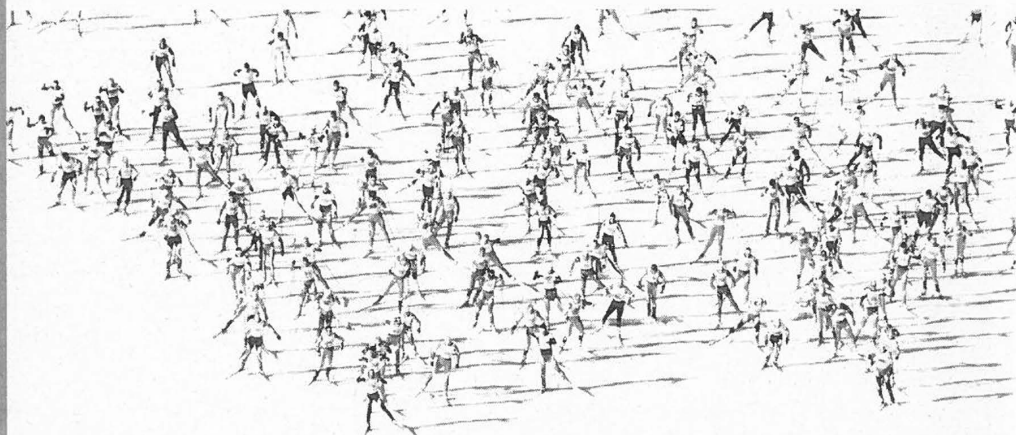
Der FIS Cup ist der nationale Cup des Swiss Ski. In diesem Cup sind neun Organisatoren mit insgesamt zwölf Wettkämpfen vertreten. Davon können wir zwei Anlässe durchführen.

Warum FIS Rennen? Für die Nachwuchsläufer ist es für den Einsatz in internationalen Wettkämpfen entscheidend, dass der Athlet gute FIS-Punkte hat. Aber auch für die Qualifikationen innerhalb des Skiverbandes zählen ausschliesslich die FIS-Punkte. Für die Athleten mit nationalen und internationalen Zielen sind diese, nebst den Schweizermeisterschaften, die wichtigsten Wettkämpfe der Saison.

Das Programm des FIS/KPT-Cup

Am Samstag wird um 11.00 Uhr zum klassischen Wettkampf über 10 km für die Damen und 15 km für die Junioren und Herren gestartet. Am Sonntag wird ebenfalls um 11.00 Uhr zum skating Wettkampf für die Damen über 5 km und für die Herren und Junioren über 10 km gestartet .

Schneller am Ziel.



Wer sich grosse Ziele setzt, muss sorgfältig planen. Und sein Ziel mit Ausdauer und Disziplin verfolgen, ohne sich zu verkrampfen. Bei Langstreckenläufen genauso wie bei der langfristigen Vorsorge.

Lassen Sie sich von einem erfahrenen ELVIA Berater zeigen, wie Sie es bei der Planung Ihrer Finanzen und der Optimierung Ihrer Versicherungen zu Spitzenresultaten bringen: Wenden Sie sich an Ihre nächste ELVIA Geschäftsstelle. Oder besuchen Sie unsere Website: www.elvia.ch.

ELVIA Versicherungen + Leben

Generalagentur Uster

Ihr persönlicher Berater: Jeremias Wigger

Zürichstrasse 12 · 8610 Uster

Telefon 01-905 78 00 · Fax 01-905 78 01

jeremias.wigger@elvia.ch

GUT BERATEN

ELVIA

Ein Unternehmen der Allianz Gruppe

Wer hilft mit ?

Das Organisationsteam braucht für diverse Aufgaben eure Unterstützung. Bitte reserviert diesen Termin. Das OK wird auf euch zukommen, oder ihr könnt euch auch bei mir melden, was mich sehr freuen würde.

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 Sattellegg vorgesehen.

Wir wünschen uns für diesen Anlass gute Schneeverhältnisse, damit wir gute Werbung für den nordischen Skisport in unserer Region machen können. Ich hoffe dass alle Freunde des nordischen Skisportes an diesen zwei Wochenenden in irgendeiner Art an der Strecke anzutreffen sind.

!!! ACHTUNG !!!

LAGERHAUS DAVOS

Für November und Dezember 2000 hat der ZSV das Rekingerhaus in Davos gemietet!

Vor allem 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

e-mail: daniel.biedermann@skiclub-bachtel.ch

Wer hat Interesse an einem Langlaufkurs?

Bitte melden bei:

Susanne Vontobel Tel. 055 / 246 67 20

Von RÖBI BRAUN

1. Qualifikationswettkampf 30. September 2000

Auch dieses Jahr werden in der ganzen Schweiz Biathlon-Wettkämpfe für jugendliche Langläufer (JO I - III) im Zuge der Nachwuchsförderung durchgeführt.

Der Auftakt zur neuen Saison fand am 30. September in Gibswil statt.

Jugendliche im Alter von 7 - 15 Jahren massen sich im Schiessen mit Geländelauf.

Betreut wurden die Teilnehmer von Anja, Cyrill, Jürg und Claudio, die bereits beim Anschiessen um Tips angefragt wurden und hilfreich zur Seite standen.

Ebenso wie ihre Vorbilder legten die jungen Athleten von Anfang an ein zügiges Tempo vor und reduzierten erst 150 Meter vor dem Schiessstand, so dass sie beim Schiessen auf die Klappscheiben das Gewehr möglichst ruhig halten konnten. Im Wettkampfeifer ging ab und zu ein Schuss neben das Ziel. Pro Fehler wurden 15 Sekunden der Gesamtlaufzeit zugeschlagen. So mussten einige von ihnen in der Schlussrunde noch einmal an Tempo zulegen, um den Schanden in Grenzen zu halten, und vor dem Regen ins Ziel zu kommen.

Nach dem Eintreffen im Ziel konnte man sich mit Kaffee und Kuchen bis zur Rangverkündigung in der Halle der Zimmerei Künzle verpflegen.

An dieser Stelle möchte ich mich nochmals bei allen Helfern sowie Peter Künzle bedanken, welche diesen Anlass erst möglich machten.

Die Daten der nachfolgenden Qualifikationswettkämpfe und die anderen Biathlon-Wettkämpfe findet Ihr unter „Termine“.

Sponsor

Biathlon Team SUNIER-BACHTEL:



Sunier AG

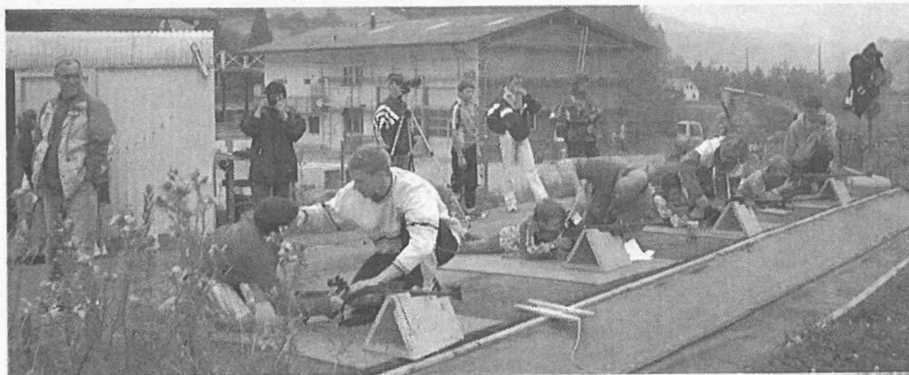
Mühle

8344 Bäretswil

Tel. 01 939 12 51

seit 1936

Fax 01 939 11 66



Spansor
Biathlon Team SUNIER-BACHTEL:

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

Von der Redaktion

Rücktritte

Käthi Hanselmann...

...hat das Amt als Aktuarin abgegeben. Ihr Mann Wädi, unser SCB-Präsi, kann aber sicher auf ihre Ideen und ihre Mithilfe bei seinem Amt zählen. Auch als JO-Trainerin ist sie weiterhin tätig und sehr beliebt. Sie amtierte 8 Jahre als Aktuarin. Im Frühjahr 1997 hatte sie auch noch das Amt der Clubleitung zusammen mit Ruedi Vontobel als Übergangslösung zwischen den beiden Wädis Honegger und Hanselmann für zwei Jahre übernommen.

Käthi, wir danken Dir herzlich für Deine bisherige und zum voraus für Deine zukünftige Arbeit in unserem Skiclub.

Rolf Stalder...

...hat dem Vorstand vorgeschlagen, sein Amt aus dem Vorstand zu nehmen. Seine Hauptaufgabe, den Materialwart wird er weiterführen.

Rolf, wir danken Dir für Deine Tätigkeit als Materialwart und freuen uns, dass wir weiterhin mit Deinen Ideen rechnen dürfen.

Cyrill Gross...

...tritt altershalber als Jugendvertreter zurück. Die Jungen fühlen sich durch ihre Ressortscheffe JO, Rennläufer, Kombination und Biathlon genug gut vertreten. Die Trainer und Betreuer kennen die Ideen und Probleme der Athleten ebenfalls und können diese dem Vorstand vorbringen. Darum wird ein anderer Versuch gestartet mit dem Fitnessvertreter an Stelle des Jugendvertreters.

Cyrill, wir danken Dir für Deine Arbeit im Vorstand und wünschen Dir in Sport und Beruf alles Gute. Wir würden uns sehr freuen, Dich in irgendeinem Amt wieder einmal begrüßen zu dürfen.

Neueintritte

Unsere neue Aktuarin:

Name	Spörri
Vorname	Ruth
Alter	48
Grösse	165 cm
Zivilstand	verheiratet
Beruf	Spitexleiterin für Hauspflege und Haushilfe
Hobbies	Langlauf, Singen, Malen
Lieblingessen	Kürbiseintöpfe
Lieblingsgetränk	Rotwein



Unser neuer Fitnessvertreter (neu eingeführtes Amt)

Name Inderbitzin
 Vorname Beat
 Alter 22
 Grösse 180 cm
 Zivilstand ledig
 Beruf Elektrozeichner
 Hobbies Abenteuerreisen, Fotografieren, Biathlon,
 Boarden, Schneeschuhlaufen, Kung-Fu, Computer
 Lieblingessen Knusprige Ente, süss-sauer
 Lieblingsgetränk Sirup



Wir danken den beiden „Neuankömmlingen“, dass sie ihre Freizeit mit uns teilen und wünschen ihnen viel Freude dabei.

PRÄSIDENT SKICLUB BACHTEL

WADI HAUSELMANN

PLATTENBACH

CH-8036 WALD

SWITZERLAND

НАБАВА НАЗНАЧЕНИЕТО ВЪРХУ © ТЕН. (02) 46 60 28, ФАКС (02) 46 52 77

BEUTELER, 17.00

Hoi ZAME!

WÄRE DA NICHT DAS SELTSAMSTE ESSEN
 UND DIE GEFÄHRDUNGSARTIGE ATHLETEN-
 HALTUNGS FÜHLEN WIR UNS WIE IN
 ELGADINO. BULGARIEN IST EIN
 SEHR ARTES LAND, DAS SICH ZU BESUCHEN
 ABER DURCHAUS LOHNT - UND
 RENDLÄUFERN GEFÄLLT HIER PRIDA!

Benkirrad.
Veligrad.

more Claudio Bth
Nacht

Flori

Scudo

Carpi
Kunin

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

Vom Team Bachtel

Ja, ja, äs isch wieder emal so wiit...

Wi jedes Jahr sueched mer di verstaubtä schmalä Lattä im Chäller zämä. S' traditonellä Gletschertrainingslager in Ramsau steht vor dä Tür. Alli froied sich scho wiä chlini Goofä.

Am Samschtig-Morgä mached mer öis also uf dä beschwärlichi Wäg i d' Steiermark (uf jedä Fall beschwärlich für diä, wo sich i d' Büss miend stopfä...). Nach öppä sächsähalb Stund sind dänn au di erschtä Büssli im Hotel Fichtenheim itrudlet. Mer sind dänn doch ä chli verschrockä, wo mer statt äm gwohntä T-Shirt-Wätter ä foif Zentimeter dicki Schneeschtich vorgfundä händ.

Diä, wo mit dä Privatautos agreist sind, händ sich scho lang di beschtä Zimmer reserviert und sind scho s' erscht Mal go lädele! Wiä dem au sei, churz nach dem alli d' Zimmer bezogä händ und au scho di erschtä „Hämmer“ (Bässe der Techno-Musik) dur d' Gäng gflogä sind, isch scho s' erscht Training uf äm Programm gschtändä. Nach dem churzä Jogging-Türlä hämmer au scho dörfä go z' Nacht ässä. Wo mer det dänn erfahrä händ, dass mer scho am zwänzg vor sibni zum Footing (Frühsport) aträtä miend, isch bi äs paarnä dä Schock ganz tüüf i d' Glieder gfahrä. Und, oh Wunder. Am erschtä Morgä sind sogar diä pünktlich aträtä. Nach zwänzg Minutä Ufwach-Jogging, Stretching und äs paar Imitations- und Chraftüebigä hämmer ä halbstund Zilt gha zum dä Zmorgä abädruckä, bevor mer öis am halbi achi uf dä Wäg zum Gletscher gmacht händ.

Mir sind jewils am Morgä uf dä Gletscher und am Nomittag entweder go Tschoggä, Stöcklä oder uf d' Rollschii.

Uf öiserä erschtä Stöckli-Tour uf dä Slalomhang isch guets Schuewerch gfröget gsi, wäg äm Schnee ebä. D' Abschtieg nach äm müesamä Uechnüttlä sind dafür um so luschtiger gsi. So volle Pulle uf dä Schuesollä dä Schnee abä z' rutsche isch dä Plausch. Sälbschtverschändli isch au dä eint oder ander Sturz z' beobachtä gsi.

Am Tsischtig-Mittag isch au no d' Baba Braun (öisi Lager-Spitzächöchin) mit ärä Hand voll JO's zu öis gstossä. Am Mittwochmorgä dänn au no öisä RS-Absolvänt Remo Fischer mit Ahang.

Erscht am Mittwoch-Namittag isch dänn di wohlverdienti Pausä cho. Nach ämä drüstündigä Fuess-Training am Morgä hämmer am Nomittag äs Fuessball-Mätschli gägä d' Berner und d' Russä gwagt. Leider händ mer öis müesä gschlagä gä, will di mentali listellig vo öiserä Verteidigung ä chli z' Wünschä übrig gla hät. Au am Dunschtig-Morgä hämmer frei gha. Das heisst, s' Morgäesse isch sogar uf di achi verschobä wordä. Di Meischtä händ diä Glägäheit dänn au grad gnützt zum uf Schladming gogä pöschtlä.

Suschtigi bsunderi ZwüsCHFäll hämmer eigentlich nöd gha, ussert, dass sich än gheimnisvollä Eisdler mit dä Musiglut-stärchi vom Zimmer 12 nöd hät chönä abfindä (komisch!). Än witere Eisdler hät dä Start vom alsits gliäbtä Berglauf verpasst (komisch!).

Dä Usgang isch sälbscht verschändlich au nöd z'churz cho. Trotzdem händ sich ös paar jünger Meitli nur schwär chönä dämit abfindä, dass si am zwölfi händ müesä dihei si.

Wiä immer isch au das Jahr fascht di ganzi Wältspitzä uf äm Gletscher (und im Usgang) azträffä gsi. Vo dä Russä und Bulgarä über d' Kanadier zu dä Finnä isch eigentlich alles vorhandä gsi.

Ändi Wuchä hät öis dä Föhn (Wind nicht Haartrockner) no äs bizeli z' schaffä gmacht. Also öis eigentlich weniger, aber dä Schnee hät doch no zünftig drunder glittä. Da isch dänn öppä no einä verschrockä, wo 's plätzlich äs Loch i dä Loipä gha hät.

Doch mir alli händs überläbt und nach äm drüüstündigä Skating-Training uf 3000 Meter vom Sunntig-Morgä hocked mer jetzt au scho wieder schwitzend und chläbrig im Bus Richtig Schwiiz...



Sport und Ausbildung

Informationen und Broschüren zu diesem Thema bei:

Walter Hanselmann
Blattenbach
8636 Wald
Tel. 055 / 246 14 07

Von Vroni, Anna-Lena, Nasti, Salome, Sarah, Theres

Dieses Jahr verbrachten wir unser Sommerlager vom 13. bis 19. August auf dem Gurnigel, im Bergheim der STB.

Bereits nach dem ersten Training durchschauten wir die Taktik unserer Trainer; sie versuchten uns zu schlauchen, damit sie die Nachtruhe besser durchsetzen konnten. Dies gelang ihnen aber nicht wirklich, denn die JO 3 hielt dieser Herausforderung stand.

Jeden Morgen von neuem wurden wir aus unserem Schönheitsschlaf gerissen und zum Footing aufgemuntert. Mit viel Mühe überstanden wir meist auch das 1. Training, was gar nicht immer so leicht war. Das Training wurde sehr abwechslungsreich gestaltet, ob spielerisch, mit Technik oder auf den Rollskis. Dank unseren erfolgreichen Trainern wurde es uns nie langweilig! !

Auch dieses Jahr verbrachten Ursi und Juri 50 % ihrer Arbeit damit, Schürfungen und sonstige Wunden zu verpflesten. Baba und ihre Gehilfin kochten wie gewohnt köstlich. Trotz unseren Bemühungen alles aufzuessen, konnten wir uns nicht vor dem Abwasch drücken.

Leider wurden einige JO's krank und mussten frühzeitig nach Hause. Ansonsten blicken wir alle auf eine tolle Lagerwoche mit vielen schönen Erinnerungen zurück.

Wir bedanken uns für den Einsatz der Trainer und die Unterstützung der Sponsoren, die uns dieses Lager ermöglicht haben .



Jugendsponsor 2000/2001: **CABLECOM**

Von Hans-Heiri Spoerry

Wie jedes Jahr gingen wir Rennläufer für zwei Wochen ins Sommertrainingslager. Dieses Mal trieb es uns in den Süden, nach Bulgarien. Eigentlich wollten wir schon ein Jahr früher dort hin, doch wegen dem Kosovo-Krieg zogen wir damals Oberhof (De) Bulgarien vor.

Nach zwei Stunden unruhigem Flug mit der Balkanair erreichten wir vom verregneten Zürich das sonnige Sofia. Mit dem Bus ging es 140 Kilometer nach Süd-Osten in die Berge Bulgariens nach Belmeken. Da Dani uns von einem modernen Sportzentrum erzählt hatte, waren wir anfangs enttäuscht von der für Schweizer Verhältnisse eher maroden Unterkunft. Doch die Trainingsbedingungen waren hier nahezu ideal. Es gab eine 400 m Laufbahn, drei Krafträume, eine grosse Turnhalle, eine knochenharte Stockimitationsstrecke, Sauna, Hallenbad, Massagegelegenheiten, eine Rollskibahn mit angeschlossenem Biathlonschiessstand und vieles mehr. Einzig die Rollskibahn erfüllte unsere hochgesteckten Erwartungen nicht. Sie war nur 2,5 km lang, und die eine Abfahrt war lebensgefährlich. So liefen wir mit den Rollskis hauptsächlich auf der Strasse.

Schon am ersten Abend beim Fussballspielen spürten wir, dass Belmeken auf 2000 m ü. M. liegt. Am Morgen war es anfänglich saukalt und in den Schattenhängen der Berge gab es sogar noch kleine Schneefelder. Sommersportler aus aller Welt bereiteten sich hier in der dünnen Luft auf Sydney vor. Von Anfang an waren Andrea und Nastia von zwei blonden ukrainischen Triathleten begeistert. Ich wurde sogar während des mir heiligen Mittagsschlafs geweckt, um Fotos von den Vieren zu schiessen. Flori, Pässe und ihr Übersetzer (ich) verkehrten mehr mit dem bulgarischen Short-Trackteam, sofern dazu neben dem Training überhaupt noch Zeit blieb. Morgens um sieben Uhr stand bis zu 45 Minuten Footing auf dem Programm. Ziel dabei war es, den Appetit für's Morgenessen anzuregen, um so die zweite Trainingseinheit ohne Hungerast zu überstehen. Am Mittagstisch galt dann die gleiche Devise: möglichst viel essen, um auch ja genügend Energie für's kommende Training zu haben. Die meisten von uns nahmen sich dies aber zu fest zu Herzen. Wir „frassen“ Käse, Fleisch, Früchte, Käse, Kartoffeln, Kornflakes und nochmals Käse in rauen Mengen wild durcheinander. In unseren Mägen gähte es! Nur dank immensem Imodiumkonsum konnten wir unser Verdauungssystem einigermassen in Funktion halten. Einige von uns mussten in den Trainings öfters hinter die Büsche. Da Rollskisturzkönig Binki (Andreas Binkert) dieses Jahr leider nicht mit von der Partie war, blieb Juris Taschenapotheke, abgesehen vom Imodiumkonsum, unbenutzt.

Nach zehn Tagen seriösem Training in Belmeken ging's für drei Tage nach Burgas ans Schwarze Meer. Dort testeten wir unseren Höhentrainingeffekt in einem 3000- und 1000-Meterlauf. Tatsächlich konnten die meisten von uns ihre persönliche Bestzeit verbessern.

Da wir hier angesichts der brutalen Hitze (bis zu 47°C) nur kurz frühmorgens trainierten, blieb viel Zeit für's Sonnenbaden auf unseren Luftmatratzen im erfrischenden Nass.

Zum Schluss ein riesiges Dankeschön an Dani und Juri: Ihr habt super Arbeit geleistet!



Belmeken / Bulgarien, 2000 m ü. M.



**werner schoch
bedachungen ag**

Steil- und Flachbedachungen
Fassadenverkleidungen
Isolationen

Laupenstr. 14, 8636 Wald, Fax + Tel. 055 246 32 04

Ausführung von Umgebungsarbeiten



Maschinelle Erdarbeiten
Belagsarbeiten
Bepflanzung, Begrünung
Unterhaltsarbeiten

Jörg Meier, Gartenbau
Frohberg, 8630 Rüti, Telefon (055) 240 54 54



rochat

Tösstalstr. 18 8636 Wald 055-246 11 66

**Sportartikel
Reisetaschen
Koffer
Schirme
Lederwaren**

Adressen
für Ihre
Gesundheit
und
Schönheit

+ APOTHEKE

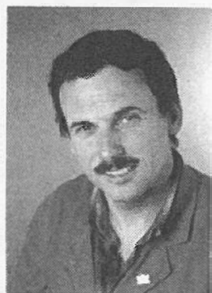
Märtegge Rüti

DROGERIE RÜEGG

Rüti Hinwil Eschenbach

Schönheits-Studio

Märtegge Rüti



Name Graf Vorname Edwin
 Wohnort Hachlikon, Hinwil
 Geburtsdatum 26. 8. 53
 Sternzeichen Jungfrau
 Beruf Automech-KDB; MFK-Exp.

Lieblingssessen Rösti u. Zürich Gesch. Lieblingsgetränk Apfelmost

Hobbies Wandern, Skifahren;

Im SCB seit 1984 tätig als Vorst. Pano-Loipe; Verbind. zu SCB

Ich helfe gerne im SCB, weil... da noch etwas bewegt wird.

Der schönste sportliche Höhepunkt des SCB ist für mich keine speziellen Anlässe.

dafür aber jeder einzelne gelungene Anlass, der
 von "uns" selber organisiert wurde.

Das meine ich ...

... zu unserem Duathlon "Unser" Anlass, der einen neuen "kick" braucht

... zur Sommerkombination gemütliches Familienfest

... zum Projekt Bachtelschanze Hoffnungsträger für unsere Jungen

... zu Bachtel "Unser Hausberg"

... zum Winter genügend Schnee zum Spuren

... zum Weihnachtsmann dass Er die "richtigen" Leute einpackt

Ich wünsche dem SCB für die Zukunft genügend guter Nachwuchs

Edi, wir danken dir für deine ehrlichen Antworten, wünschen dir noch viele weitere fröhliche Stunden in unseren Kreisen und natürlich auch für die Zukunft alles Gute. Und nicht zu vergessen, auch viel Kraft, damit du uns noch oft an allen Ecken und Enden helfen kannst. Wir Bachtelianer sind auf Leute wie dich angewiesen. Danke!

Von Conny Porrini

DIE Sportlerhochzeit
Sylvia Honegger & Jeremias Wigger
12. August 2000

Liebe ist das Einzige, was sich vermehrt,
indem wir es teilen .



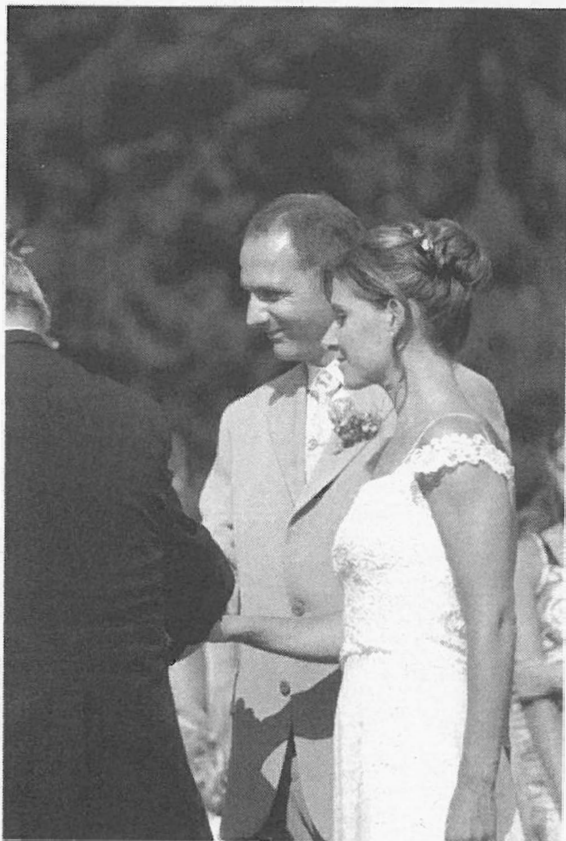
Mit Stolz geschwellter Brust gab Max Gas um unsere beiden Superstars in den Hafen der Ehe zu bugsieren - Im Lovemobile. Extra zu diesem Zweck hergerichtet und herausgeputzt...

... und herausgeputzt ist auch die Braut:
Sylvia, du bist die Schönste!

Liebe Sylvia, lieber Jere

Die schönen Stunden, welche wir mit Euch
auf der Hochwacht, am Bachtelberg verbrin-
gen durften, werden uns stets in guter Erin-
nerung bleiben.

Wir danken Euch dafür von Herzen, wün-
schen Euch alles Gute für die gemeinsame
Zukunft und freuen uns, noch viele schöne,
gesellige und kurzweilige Stunden mit Euch zu
verbringen und von Eurer Erfahrung zu profit-
tieren .



Von Rolf Stalder

von
Claudia Maduz & Urs Kunz
am 23. September 2000

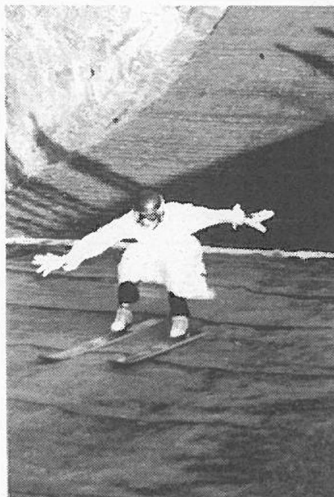


Die Skiclübler durften schon zum zweiten Mal in diesem Jahr bei einem prominenten Paar Spalier stehen.

Die Loipenchnüttler haben sich auch hier etwas besonderes ausgedacht. Ein Säuli hatte grossen Hunger. Damit es aber nicht „säulet“, musste ihm vom frischvermählten Paar ein Lätzchen angezogen werden. Danach wurde gefuttert! Aber der Hunger war dem rosaroten Tier vor lauter Aufregung vergangen..

Das tollé Pistenfahrzeug kam bereits wieder zum Einsatz. Götti Max chauffierte das Paar vor der kilometerlangen und hupenden Autoschlange zum Apéro bei der Panoramaschanze.

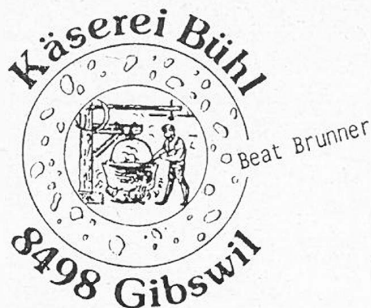
Beim feinen Brötchen und Getränke schnabulieren wurde die Gesellschaft von zwei Entführern überrumpelt. Niemand konnte reagieren. Die Braut wurde entführt und der Bräutigam an einen Stuhl gefesselt und vor den Fernseher gesetzt mit Blick auf die Schanze. Plötzlich erschien die Braut oben auf dem Anlaufurm mit Schuh und Schi, Hilfe schreiend! Sie soll über die Schanze springen, damit ihr Mann einmal sehe, wie es war, immer vor dem Fernseher zu sitzen und zu bibern. Oh nein, das durfte doch nicht wahr sein. Jetzt wurde Claudia tatsächlich losgelassen. Sie fuhr den Anlauf runter und Sprung! Aber wer erschien denn da unten im Auslauf: Eine neue Braut in der Gestalt von Pitsch, unserem Kombiniertenchef. Da war ein Teil der Gäste aber ganz schön erschrocken!



Liebe Claudia,

lieber Urs

Wir danken Euch ganz herzlich für den schönen Tag,
den wir mit Euch verbringen durften, wünschen Euch alles Gute
für die gemeinsame Zukunft und würden uns freuen,
Euch in unserer zukünftigen
Clubgeschichte weiter
dabeizuhaben.



Aus eigener Produktion:

- Chnoblichäs
- Chrütlichäs
- Pfäfferchäs
- Bachtelkäse
- neu: Jägerkäse



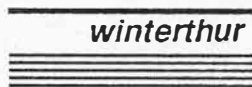
Öffnungszeiten:

Montag - Sonntag 7.00 - 10.00 18.30 - 19.30

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.

Ihr Ausflugsziel Gibswil

Speiserestaurant Gibswilerstube

8498 Gibswil

- gut-bürgerliche Küche
- Hausspezialitäten
- Sonntagsbrunch
- Firmen und Vereinsanlässe
- Gästezimmer
- Kinderspielplatz
- Grosser Parkplatz

Ein Ort zum Erholen und Ausspannen

Auf Ihren Besuch freut sich das Gibswilerstube - Team
Reservieren Sie schon heute Ihren Tisch unter **055/ 245 22 42**

(Montag geschlossen)

WETTKAMPF ... 24-Hour-Inline-Race

Von Pascal Messikommer

In Goumoens la ville vom 8. + 9. September 2000

Unser Team :

Big Boss	Pepi Vontobel
Routinier	Claudio Bolt
Hobby-Läufer	Martin Lattmann (Lättli)
Anfänger	Pascal Messikommer
Notlösung und Teppichflitzer	Jean-Paul Fletiaux

Die Anreise:

Was wäre da ein Weekend ohne den Special-Kick während der Fahrt ins Welschland. Nach dem unser Coach Pepi bereits am Vortag mit Töchterchen Cornelia nach Goumoens gereist war, fuhren Lättli, Claudio und ich am Samstagmorgen nach.

Doch bereits im Kanton Aargau wurde ich aus dem Tiefschlaf gerissen, als unser Fahrer abrupt auf den Pannestreifen ausscheren musste. Erst später realisierte ich, dass uns unser Freund und Helfer (Polizei) gestoppt hatte. „Was soll der Scheiss“, unsere erste Reaktion. Personenkontrolle nannte sich diese Aktion. Nachdem nach uns auch noch das Auto nach „Gift und Drogen“ durchsucht wurde, nahmen wir unbeirrt die verbleibende Strecke in Angriff.

Die Ankunft:

Nach dem wir unser Lager direkt neben dem WC-Wagen eingerichtet hatten, machten wir uns daran die Strecke zu besichtigen. Auch ich machte die ersten wackeligen Schritte auf den schnellen Rollen (wie schon erwähnt, für mich das erste Mal). Doch nach einer kurzen Einweisung in die Kunst des schnellen Inlinens durch Claudio und den Einbau von schnelleren Rollen in meine Miet-Schuhe konnte fast nichts mehr schief gehen.

Samstag 12. September 2000, 12:00 Uhr

Der Startschuss! Claudio, Pascal, Lättli, Pepi, das war die Laufreihenfolge im Halbstunden-Takt während den ersten zwölf Stunden. Ich war schon nach der ersten Ablösung dem Tode nahe, doch die brutalen Rückenschmerzen mochten sich während der nächsten 24 Stunden noch zu steigern!

Und so fuhren wir und skateten wir und würgten wir und, oh Wunder, nach zwölf Stunden Laufzeit fanden wir endlich die langersehnte fünfte Ablösung.

Die Stimmung entlang der 1 km langen Strecke war echt der Hammer. Abertausende von Zuschauern säumten sich an der von Radio Framboise beschallten Piste.

Dank dem schönen Wetter beschlossen wir im Freien zu nächtigen (im Schlafsack natürlich), obwohl uns Pepi davon abriet. Es wurde, wegen des sich bildenden Taus, auch eine ziemlich „feuchte“ Nacht. Die Erde zitterte von der hundert Meter entfernten Disco und auch unser Race-DJ von Radio Himbeere gab sein bestes. (Dass alle Lieder etwa fünf mal abgespielt wurden, hatte wohl niemand gemerkt). Auch die Walder Notenwürger nahmen den langen Weg auf sich um uns und natürlich auch alle anderen zu unterstützen. Selbstverständlich profitierten wir auch von Speis und Trank à la discretion (Spaghetti und RedBull waren unsere Hauptnahrungsmittel).

Doch die Nacht brachte auch seine Opfer und Enttäuschungen mit sich: Nachdem wir mit 10 Runden Vorsprung auf dem super dritten Platz verweilten, war es doch ein bisschen schockend, als ich bei der nächsten Ablösung zu sehen bekam, dass wir plötzlich schon zehn Runden im Rückstand waren! Doch alle gaben ihr Bestes und kämpften bis zum bitteren Ende.

Sonntag 13. September 2000, 12:00 Uhr

Dann endlich: Die Qualen hatten ihr Ende... Der Schluss-Schuss war gefallen.
Auf der anschliessenden Ehrenrunde wurde nochmals jeder Athlet bejubelt!!!

Fazit:

554 Runden / 609.4 Kilometer / Rang 4.

Pepi:	135 Runden
Claudio	133 Runden
Pascal	133 Runden (inkl. schnellster Runde)
Lättli	97 Runden
Jean-Paul	56 Runden

Eine gelungene, superorganisierte Veranstaltung und hiermit auch einen herzlichen Dank ans OK mit Präsi Fritz Äschbach.

von Fredy Suter

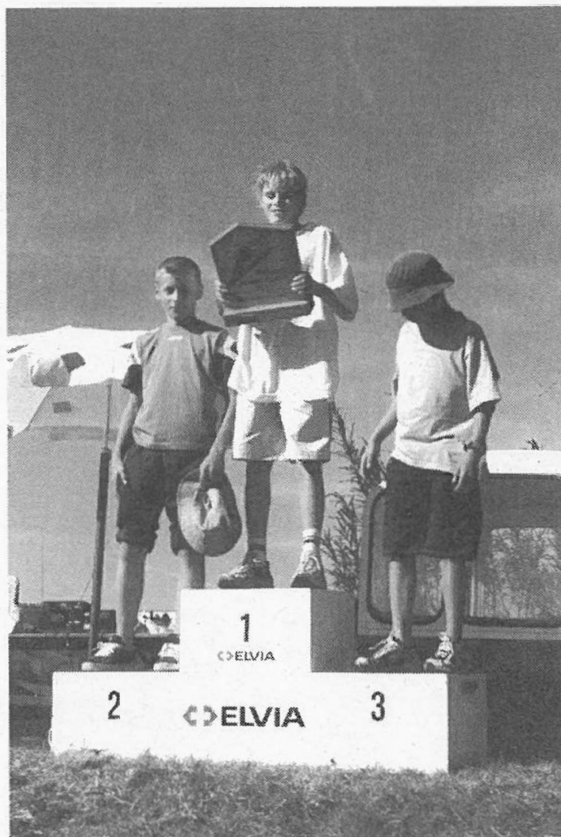
Bachtelianer und Hiwilianer an der Schanze

Die Sommerkombination vom 10. September 2000 war ein Riesen-Hit!

Selbstverständlich war auch er wieder dabei: Der typische Bachtelianer! Brachte pflichtgemäss seinen selbstgebackenen Kuchen an Baba's Stand, konsumierte kräftig in der Festwirtschaft, rief heya, heya und half, wenn ein Aufgebot vorlag, in irgendeiner Funktion am Anlass mit. Wie immer: pflichtbewusst, treu, für einen Getränkebon als Naturallohn, steuerfrei, dem OK von Pitsch Windhofer zuliebe. Vielleicht auch sich selber zu liebe, denn es ist bekanntlich eine Ehre, hier zu arbeiten.

Aber halt!

Auch die Hiwilianer waren da. Die Kollegen von „ännet dem Bachtel“ mit dem ewig jungen, ewig aktiven Kurt Trachsler an der Spitze engagieren sich ja ebenso wie die Bachtelianer für die Kinder und die Jugendlichen des Nordischen Skisportes im Zürcher Oberland. Auch Ihnen gehört ein grosses Dankeschön und herzliche Gratulation für die gute Arbeit das Jahr über in der Nachwuchsförderung und für den Erfolg der vielen jungen Hiwilianer im Sprunglaufsport. Macht weiter so und der grosse Bruder der Gibswiler Mattenschanze, der Top of Bachtel-Jump in Orn wird einst grosse Springer aus einheimischem Holz sehen. Wer weiss, vielleicht wird wieder einmal ein Oberländer wie dereinst Richi Pfiffner aus Wald - als olympischer Vorspringer - von einer der grossen Schanzen der Welt durch den Fernseher in die heimischen Stuben winken!



Sponsoren:

SZO

SPARKASSE ZÜRCHER OBERLAND

DELVIA
VERSICHERUNGEN + LEBEN

Wiget Foto, 8636 Wald....



....wo den sonst?

www.wigetfoto.ch

Portraitfotos
Passfotos
Reportagen
Industriefotografie
Werbefotografie
Digitale Bildbearbeitung
Color Laser Kopien
Fotokopien
Bilder ab Digitaldaten
AV - Produktionen

**FOTO
WIGET**

Bahnhofstrasse 15

8636 Wald

Telefon 055 246 41 21

Fax 055 246 40 64

the shop

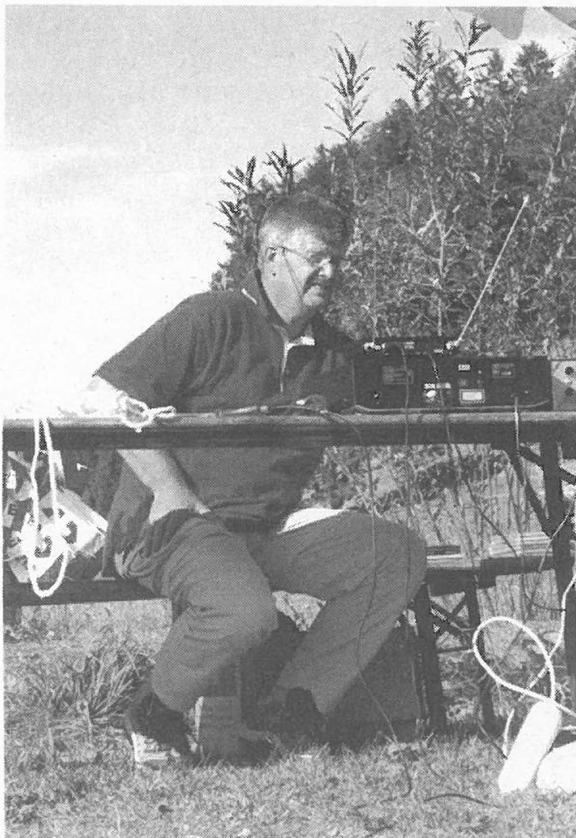
EGLI-SPORT AG

Telefon 055/240 33 07

Rüti

Zum Anlass selber gibt es nicht viel anzumerken, denn alles war toll organisiert, das super Wetter war rechtzeitig bestellt und Speaker Crocodil Pezo fachlich auf Top Niveau, ausser dass es ihm noch schwer fällt, dass Sylvia Honegger nun halt eben seit einigen Tagen Sylvia Wigger heisst. Aber daran müssen sich auch viele andere Bachelianer zuerst noch gewöhnen.

Noch wurde der richtige „Adler von Gibswil“ Urs Kunz, als Schanzenrekordhalter nicht entront. Es wird gemunkelt, dass unter dem Kommando von Vater Franz Kunz mit dem Schlauch absichtlich seit einigen Jahren „langsames Wasser“ in die Anlaufspur gegossen wird, um den vom Pressechef des SC am Bachtel ab sofort gesponsorten Harras Coco-Cola für den neuen Schanzenrekordhalter zu verhindern.



Skiclub-Mitglieder: Nicht vergessen!
 Winterversammlung 2000
 Freitag, 24. November 2000
 Restaurant Bahnhof, Wald

Sponsoren:

SZO

SPARKASSE ZÜRCHER OBERLAND

ELVIA
 VERSICHERUNGEN • LEBEN

BACHTELER SKI - HERBST 2000



Von Urs Kunz

... sit ich als chline Knirps s'erscht Mal Langlaufschii a dä Füess gha han! Siithär hani mängs erlăbt, wovo ich Eu jetzt äs bitz möchte prichte.

Chuum han ich chöne richtig laufe, händ mich mine Eltere mitgnoh uf dä Schnee und mit mini Schilli bin meh schlächt als rächt uf dä Loipe umenandgrütscht. Glii aber hät's mich packt und ich ha chuum meh chöne warte, bis ich mit dä 'Grosse' han dörfe go trainiere.

I dä JO hămmer amig am Mltwoch Namittag d'Region Amsle unsicher gmacht, im Summer simmer jewiils i dä Hueb umenand gsprunge und händ di legendäre 'JO-Tesch' absolviert. Bald emol hät's mich aber dänn g'reizt, au no öppis anders z'mache, und was wär da naheliegender gsii als Schanzesprunge...

Irgendwänn isch dä Punkt choo, wo ich mich hân müese entweder für's Langlaufe oder die Nordisch Kombination entscheide. Das isch mer allerdings nöd schwär gfalle, dänn die doppel Useforderig uf dä Schanze und dä Loipe hät mich ganz eifach meh fasziniert.

I dä JO III bin ich nacheme zweite Platz a dä Schweizermeischterschafte (hinder mim Klubkolleg Pitsch Windhofer) is Nachwuchskader vom SSV uufgno worde und well ich i mim letschte JO-Jahr a dä SM han chöne en Sieg erringe, han ich au dä Sprung is Juniore-Kader gschafft. A Alpecup und Junioreweltmeischterschafte han ich i dä folgende Jahr dörfe internationali Wettkampfluft schnuppere. Diä Ziit isch natürlî speziell interessant gsii, sind mir doch scho zünftig i dä Welt umechoo. Vor allem Skandinavie - mit sine endlose Loipe äs Paradies für Langläufer - isch öfters uf em Programm gschtande.

Mini Lehr als Forschtwart han ich im Trainingscenter im Chloschter Einsiedle g'macht und han det drüü tolli Jahr chöne verbringe. Mit öppe 10 wiitere Nordisch Kombiniierer und Springer bin ich in Gnuss vonere kombinierte Uusbildig Sport/Bruef choo, was mir uf mim Weg zum Profisportler enorm viel bracht hät. Au dä Uusgang und s'Zäme sii mit mine Kollege isch nöd z'churz choo.

Scho bald isch dä Ziitpunkt choo für dä Übertritt zu dä Elite. Allerdings hani zerscht müese i d'RS, was mir einiges a Ruggproblem bschert hät. Trotz allem isch dä Winter eigentli ganz positiv verloffe und erschtuunlicherwiis hani vor allem im Springe chöne grossi Fortschritt mache.

Im Interkontinentalcup hät dänn scho bitz än härtere Wind gweht, aber es isch ä sehr lehrriichi Saison gsii und eusi Reise a di diverse Wettkämpf händ sich bis uf Amerika und Kanada uusgwitert, was mir jewiils sehr viel Spass gmacht hät.

Nachere guete Saison han ich i mim zweite Jahr als Senior chöne in Weltcup iischtige und han müese gög di 'ächte Cracks' aaträte. I däre erschte Saison han ich mich so um d'Plätz 20 bis 40 ume bewegt und han vor allem Erfahrigesammet.

Im Frühling han ich amigs ä churzi Ruheziit gha, was s'Training aabetrifft und bin dafür go Gäld verdiene. Ab äm Juni sind mir dänn aber jewills scho wieder zu dä erschtä Trainingslager uufbote worde, was sich durezoge hät bis in Herbscht und dä lange Vorbereitigsphase uf Schnee im Hohe Norde.

Im '97gi han ich mich dur zwei 17. Plätz im Weltcup für d'Weltmeischterschafte in Trondheim/N qualifiziert. Min erschte richtige Grossaalass und das erscht no in Norwege, dä Wiege vom Schiisport! D'Schtimmig isch würllich sensationell gsii und mit mim 27. Platz im Einzel, als beschte Schwiizer, hani au chöne rächt z'friede sii.

D'Highlights vo minere Karriere sind aber erscht im nächschte Jahr gfolgt - 1998 isch mini erfolgrüichschti Saison worde. A dä Weltcups in Oberwiesental sowie in Ramsau han ich je chöne än dritte Rang erkämpfe und somit s'erschtmal a somene Aalass ufs Podescht schtiige. Im Februar sind mir dänn a d'Olympiade nach Nagano g'reist. All diä Sportler us dä verschiedenschte Länder a eim Ort vereint ergit natürlich ganz ä spezielli Atmosphäre und diä Olympiade isch sicher s'iidrücklichschte Erlebnis gsii vo minere Karriere.

Bim Springe händ super Wetterverhältnis gherrscht - Sunneschii und überhaupt kei Wind. S'Stadium isch zum Berschte volle gsii und d'Ussicht vo dä Schanze uf dä Chessel voll mit Lüüt ganz eifach überwältigend. D'Nervosität isch dementsprechend grösser gsii als amene normale Wettkampf. Mini Sprüנג sind mer nöd äso guet glunge, wiä ich mir das gwünscht hetti, und am Schluss hät än 18. Gesamtplatz usegluet. Im Teamwettkampf ä paar Tag schpöter händ mir's dänn aber alli welle wüsse. Dä Rückschtand nachem Springe hät sich in Grenze ghalte und mir händ chöne als 9. Mannschaft i d'Loipe mit em Ziel äs Olympisches Diplom z'erringe oder sogar meh.... Tja, schlussendlich händ mir's immerhin uf dä 7. Diplomrang vüre gschaft und nur grad 30 Sekunde uf d'Bronzemedaille verlore - alli Mannschafte sind sehr nöch ufenand gsii.

Di nächschti Saison 98/99 isch nöd nach mine Vorschtellige verloffe. A dä Weltmeischterschafte in Ramsau han ich min Platz usem Weltcup im Vorjahr leider nöd chöne beschättige und bin lediglich 30. worde. Im Teamwettkampf hani dänn aber dafür di beschte Sprüנג vo minere Karriere heregleit.

Wänn diä Saison eher schlächt gsii isch, so ischs i dä nächschte no weniger guet gloffe. Nach ungnüegende Resultat im Weltcup A, han ich im Januar müese in Weltcup B abschtige. Das isch für mich scho ziemlich härt gsii und irgendwie au unbegrüfflich, han ich doch weder viel weniger trainiert no gsundheitlichi Problem gha. Ich han mir dänn im Schtille vorgnoh, sofort wieder uufschtiege und wänn das nöd klappe sett, mini Karriere z'beende. So isches em Frühling zuegange und Ändi Saison han ich als Troschtpfläscherli no chöne min erschte Schwiizermeischtertittel bi dä Seniore erobere! Zu däm Ziitpunkt isch dä Rücktritt für mich allerdings bereits feschtgachtande...

Natürlich isch mer dä Entscheid nöd so liecht gfälle, wie das jetzt mag erschiine. Ich han mir lang hin und her überleit, ob ich no meh möcht in Spitzesport inveschiere oder nöd. Ich bin aber zu däm Schluss choo, dass es im Läbe no ganz viel anderi Sache git, wo ich gern möchte mache und wo bis jetzt eifach viel z'churz choo sind. Zum Biischpiel mit minere Frau, dä Claudia, underwägs z'sii anschtatt mit em Schliiverband, oder zäme mit Kollege mine Hobbies z'fröne. Dä Sport wird aber in Zuekunft wiiterhin ä gwüssi Rolle spiele - so wird ich vorussichtlich im Rahme vom KPT-Cup und am Swiss Loppet Langlaufrenne beschtriite oder im Summer au mal äs Bikerenne fahre - eifach nach Luscht und Luune. Mini Bröttli wird ich in Zuekunft bi dä Gmeind verdiene, z.B. indem ich luege, dass Ihr im Winter schneefreii Schtrosse händ undsowiiter. Und dänn möcht ich irgendwänn ä Familie gründe. Das hät aber no Ziiit, schliesslich händ ich und d'Claudia au suscht no viel vor!

Zum Schluss wett ich allne vo Herze danke, wo mich über all diä Jahr i irgendere Wiis underschtützt händ. Ich wirde mini Ziiit als Nordisch Kombiniierer chöne als lehr- und ereignisriichi Jahr in sehr schöner Erinnerung phalte!



***PHYSIKALISCHE THERAPIE
GABRIELA RUTZ & URS ROHRBACH
Bahnhofstrasse 15 · 8636 Wald ZH
Tel. (055) 246 15 46 · Fax 246 22 92***

Von Susanne Vontobel

Immer am Montag trifft sich eine Schar von Bachteler-Volleyballcracks zum gemeinsamen Training.

Wir feilen in der Halle fleissig an unserer Technik und am Zusammenspiel und während den Sommerferien holen wir uns den letzten Schliff auf der Freiluftanlage im Hübli. Denn um am Dorfturnier im Ried in Form zu sein, braucht es eine seriöse Saisonvorbereitung.

Sind die Mannschaften einmal zusammengestellt, kann sich jedes Team seine eigene, natürlich geheime, Taktik zurechtlegen, wird man am Turnier doch auch auf Gegner aus den eigenen Reihen treffen. Auch dieses Jahr bilden wir 3 Teams: Die Jungen, die nicht mehr ganz Jungen und die ewig Jungen. Ebenfalls entschlossen wir uns dieses Jahr erstmals für ein Ausgangs-Verbot am Samstagabend, hatten wir doch die letzten Jahre beim Anpfiff meist noch zuwenig Spieler auf dem Platz.

Und.... es hat sich gelohnt. Am Sonntag treffen alle pünktlich zu Spielbeginn ein. Es steht uns ein heisser Tag bevor. Schon am frühen Morgen sind die Schatten-Plätze rar.

Mit Spielbeginn haben wir uns neben der Hitze auch noch gegen die Gegner zu wehren und um jeden Punkt zu figthen. Die Mittagspause gestaltet jeder individuell; ein Bad, ein Bier oder eine Bratwurst, was ist wohl das Richtige, um sich für das Finale zu qualifizieren?

Nach der Pause steht das einzige Ski-Club Duell an. Ein ausgeglichenes Spiel, beide Mannschaften müssen an die physischen und psychischen Grenzen gehen. Aber wie es bei diesem Spiel die Regel ist, muss ein Sieger gefunden werden, und so gewinnen am Schluss die Glücklicheren.

Nun beginnen die ersten Rechnereien. Wie viele Punkte braucht es für das Finale und wer kann es überhaupt noch schaffen?

Ja, es gelingt auch einem Bachtel-Team. Jetzt sind wir fest zum Sieg entschlossen. Wollen wir doch dem TV-Ried den begehrten Titel entreissen. Als Franz uns dann sogar mit der Kuhglocke zum Sieg anfeuert, glauben wir an unsere Chance. Der erste Satz geht knapp verloren, den Zweiten können wir für uns entscheiden. Der Sieger muss also im dritten Satz gefunden werden. Leider sind unsere Nerven nicht aus Drahtseil und wir müssen den Sieg mit einem 15:14!! dem Turnverein überlassen.

Inzwischen hat sich unsere Psyche wieder erholt, und wir wissen woran wir noch arbeiten müssen um im nächsten Jahr wirklich top zu sein. Jeder, der Lust hat, mit uns auch diesen Makel noch auszumerzen, kommt jeweils am Montag um 20.00 Uhr zu Spiel und noch mehr Spass in die Turnhalle Ried.

An dieser Stelle möchten wir uns beim TV-Ried für die tolle Organisation bedanken und freuen uns bereits auf 's nächste Jahr!

Brandmalerei
Atelier



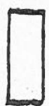
Geschenksartikel



Aufenthaltstäume für
Sportwochenende oder
Familienanlässe



Auskunft erteilt



Ursula Hägi-Lang
8498 Gibswil
055 / 245 18 02



DANIEL KELLER & FRANK KUHN

praktische
Bauteile



... und
Klumpen

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

Rezeptfrei: **wirksame Heilmittel** gegen jedes Leiden
... kompetente Beratung inbegriffen.

drogerie gfeller

heilkräuter parfumerie babycorner
Bahnhofstrasse 14 · 8636 Wald · Tel. 246 11 63, Fax 246 60 59

Von Käthi Hanselmann

125 g	Zwieback
3 EL	Zucker
½ TL	Zimt
125 g	Butter oder Margarine
250 g	Schlagrahm
750 g	Apfelmus

Apfelmus zubereiten, abkühlen.

Zwieback grob zerbröseln und mit Zucker und Zimt in der heissen Butter leicht anbräunen. Abkühlen lassen.

Rahm steif schlagen und mit Zwieback und Apfelmus in eine Schüssel schichten, mit Zwieback abschliessen.

Im Kühlschrank ca. 2 Stunden durchkühlen lassen.

Dieses Dessert war der grosse Hit am diesjährigen Vorstandessen. Natürlich war auch die hausgezüchtete Vorspeise - Libellen-Larven an Sauerrahm à la Hanselmann - ein Renner, göll Pepi !



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 Markus Wüest und Doris Stalder

Zur Person:

Name:	Markus Wüest
Geburtstag:	13. März 1960
Autogrammadresse:	Haselstrasse 2, 8335 Hittnau
Club:	ASV Turbenthal und SC am Bachtel
Beruf:	Elektroniker
Zivilstand:	verheiratet mit Brigitte, 2 Kinder 5 ½ und 7 ½
Hobbies:	Langlauf, Schiessen, Einradfahren und vorallem konstruieren der eigenen Sportgeräte
Bisherige Erfolge:	1994: Europameister Armbrust 30 m 1995: Schweizermeister Armbrust 30 m 1996: Schweizermeister Luftgewehr, Schweizermeister Armbrust 10 m 1997: Schweizermeister Armbrust 10 m 1998: 3. Europameisterschaft Armbrust 30 m 2000: Europameister Armbrust 10 m, bis jetzt wertvollster Erfolg

Wir gratulieren ganz herzlich zu Deinem Meistertitel und zur Silbermedaille mit dem Team an den diesjährigen Europa-meisterschaften in Degersheim / SUL.

Wie fühlst Du Dich als Europameister?

Natürlich gut. Meine Goldmedaille hat auch etwas die Schweizer Ehre gerettet. Für unser Land ist es das einzige Gold in den Einzelwettkämpfen und das erste, seit es diese Disziplin gibt.

Hast Du kräftig gefeiert?

Ja. Am Schlussabend bei der Siegerehrung und dem anschliessenden Bankett.

Warst Du schon oft an grossen Meisterschaften ?

An den WM's '89, '93, '97 und den EM's '94, '98 und '00 war ich dabei.

Wieviele Teilnehmer kann ein Land an die EM schicken und wie qualifiziert man sich?

Vier pro Disziplin werden mitgenommen. Wir hatten drei Nationale Ausscheidungen zu absolvieren.

Was ist Dein nächstes grosses Ziel?

Nächstes Jahr findet die WM in Horgen zusammen mit dem Eidgenössischen statt. Dort möchte ich gut abschneiden.

Aber trotz dem EM-Titel muss ich mich zuerst wieder frisch qualifizieren.

Wie kamst Du zum Armbrustschiessen?

Mit dem Gewehrschiessen 300 Meter habe ich vor der RS begonnen. Dann habe ich Kleinkaliber und Luftgewehr geschossen. Diese Sportarten sind aber sehr zeitaufwendig, wenn man vorne dabei sein will. Ich musste mich entscheiden, Erfolg im Beruf oder im Sport und kam durch's auf den Beruf setzen zum Armbrustschiessen. Ein Vergleich: Am 300 Meter-Eidgenössischen hat es ca. 50'000 Schützen, am Armbrust- ca. 2000.

Ich habe jedoch schon früher Plauschwettkämpfe (1 x pro Jahr) bestritten, weil mein Bruder schon Armbrust schoss.

Was investierst Du zeitlich und finanziell in diesen Sport?

Am Anfang trainierte ich bereits vor dem Z'morgen: insgesamt ca. 15 h/Woche. Jetzt nehme ich mir noch einen Abend pro Woche Zeit dafür. Natürlich kommt noch meine Fahrt zur Arbeit mit dem Einrad dazu.

Finanziell muss man für eine Armbrust mit Fr. 3500.-- - 4000.- rechnen, ein Pfeil kostet Fr. 100.- (10 m) und Fr. 170.- (30 m). Mein Gerät ist jedoch unbezahlbar, da ich dieses selbst konstruiert habe.

Bestreitest Du viele Wettkämpfe?

In diesem Jahr nahm ich an ca. 10 teil.

Was ist der Kick des Armbrustschiessens?

Die Körperbeherrschung und die Konzentration im richtigen Moment, um somit die Mitte der Scheibe zu treffen.

Warst Du beim Jubiläumsschiessen des ASV Ried dabei?

Ja.

Gibt es verschiedene Disziplinen?

Ja.

30 Meter: Hier werden bei einem Wettkampf 30 stehend und 30 Schüsse knieend abgegeben, geschossen wird nach draussen.

10 Meter: Hier werden 60 Schuss stehend abgegeben, indoor.

Wie geht so ein Wettkampf wie an dieser EM über die Bühne?

Jeder Teilnehmer absolviert sein Programm mit den 60 Schüssen. Der Wettkampf dauert ca. 2 Stunden. Für jeden Schuss wird eine neue Zielscheibe (aus

Karton) befestigt. Nachher werden diese von 1 - 2 Personen des Veranstalters ausgewertet. Die ersten acht qualifizieren sich für den Final. Die geschossene Punktzahl wird mitgenommen. Hier werden nun von jedem Finalisten 10 Schüsse auf Kommando abgegeben. Alle miteinander müssen den Pfeil auflegen und auf Lcs hat man 75 Sekunden Zeit den Schuss zu lösen. Wenn alle geschossen haben, wird Stop gesagt, die Scheibe zurückgefahren und ausgewertet. Jedes Ergebnis wird ausgerufen, so wissen die Teilnehmer und die Zuschauer, wie es steht. Dies ist sehr spannend und braucht grosse Nervenkraft.

Haben die Frauen und Männer getrennte Kategorien?

Jein.

Beim 10 Meter sind sie getrennt. Die Damen absolvieren ein kürzeres Programm. Die 30 Meter sind offen. Die Damen haben keine Nachteile gegenüber den Herren. An dieser EM starteten für die Schweiz je zwei. An der letzten WM gewann eine Frau.

Sind Eure Geräte genormt, wieviel Freiheit wird Euch gelassen? Haben alle die beleuchtete Wasserwaage?

Es gibt gewisse Vorschriften: die Visierlänge, das Gesamtgewicht muss unter 6,7 kg liegen, die Armstütze und die Sehnenlänge, welche jedoch unterschiedlich ist zwischen den beiden Disziplinen.

Die beleuchtete Wasserwaage ist fast ein Muss, da es in den Ständen oft dunkel ist. Dazu möchte ich noch anfügen: das Gerät muss nicht unbedingt waagrecht stehen. Jeder Athlet hat seine bequeme Position, da kann das Luftbläschen schon einmal ganz am Rand sein.

Gibt es unter Euch auch Profis?

In der Schweiz bisher nicht.

Hat dieser Sport viel Nachwuchs und ab wann darf man Armbrustschiessen?

Nicht so viel, leider. Die heutige Jugend hat so viele Möglichkeiten für ein Hobby. Es ist auch schwierig, Leute zusammenzubringen, um die Jungen zu animieren.

Ab 10 Jahren kann man an Jungschützenkursen teilnehmen. Nach meiner Ansicht wäre es sinnvoller, mit dem Luftgewehr zu beginnen, da dieses Gerät für die Jungen leichter zu erlernen ist. Man müsste einfach nebenan auch etwas das Armbrustschiessen zeigen, um die Jungschützen zu „glusten“.

Habt Ihr auch Sprüche im Armbrustschiessen?

„Gut Schuss!“

Du machst auch Langlauf und Biathlon und bestreitest Wettkämpfe, was gefällt Dir daran?

⌘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

Metzgasse 4
8636 Wald

Telefon 055/246 15 85

Fax 055/246 62 57

**Fleisch
aus der Region**

bürgt für Frische und Qualität

Internet-Shopping

unter: www.honegger.com

Honegger

Elektro • Telecom
055 - 266 11 33
8636 Wald

**Wir beraten Sie gerne in Sachen
Elektroanlagen:**

- Installationen aller Art
- Leuchten für Innen und Aussen
- Telekommunikation
- Haushalt- Gross- und Kleingeräte
- Funk - Alarmanlagen
- ISDN Anlagen

Die Abwechslung, in der Natur sein, als Ausgleich, und diese Sportarten sind sehr gut für die Kondition.

Gibt es grosse Unterschiede zwischen dem Schiessen und dem Biathlon-Schiessen?

Die Unterschiede liegen vorallem in der Kleidung und der Herzfrequenz.

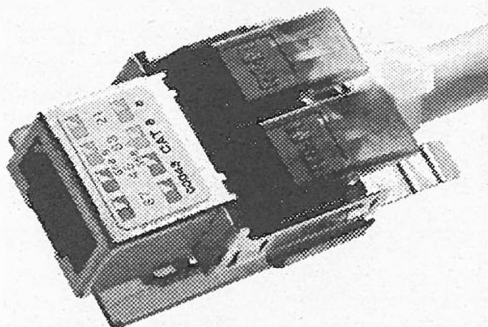
Die Langlaufanzüge sind relativ rutschig, wo hingegen die Schiesskleidung aus Leder oder Segeltuch besteht. Die Biathleten schiessen mit einem relativ hohen Puls, wo hingegen beim Schiessen extra Kondition trainiert wird, um den Ruhepuls nach unten zu bringen.

Besten Dank für das interessante Gespräch. Wir wünschen Dir alles Gute und viel Erfolg. Wir würden uns freuen, Dich noch oft unter uns zu haben und auch auf den Loipen oder an einem nordischen Wettkampf zu sehen.

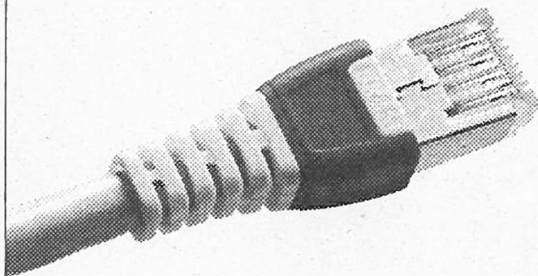




Convincing cabling solutions



R&M wünscht eine erfolgreiche Saison!



Reichle & De-Massari AG
Binzstrasse 31
CH-8622 Wetzikon
Telefon +41 1 933 81 11
Telefax +41 1 930 49 41

www.rdm.ch

VON FRANZ KUNZ

Im letschtä Schii han i öises Holzschöpfli vorgstellt.

Wüssed er no, en Grillroscht isch gsuecht worde. Wäge öise riese Uflag, händ das vill Lüt gläse. Alli händ richtig verbarme gha mit öis arme Cheibe. Ä riese Uswahl vo Grillbauer han i gha. Eine vo däne, Ihr känned en alli, es isch öise Tüftler vo dä Panoramaloipe, dä Graf Kurt. Er hät die Usscheidig gunne.

Drum hät er villi Stunde törfte gratis schaffe. Aber lueged, was für äs Bischu hät er gmacht. Än super Chromstahlgrill, mit eme Galge zum en Suppetapf ahänke. Oder Tee, ja sogar Fondue chönnt mer mache .



Kurt, ville, ville Dank für alles. D' Panoramaloipe hät s'Material gspendet. Au am Vorstand und dä ville Lüüt, wo all Jahr de Biiatrag a öisi Loipe zahled, danked mer herzlich. Villä Dank au am Bougschäft vom Rava Sepp. Es isch dä Spänder vo dä Schamottscheite, wo dä Underbou vom Grill stabil mached.

Und jetzt vill Spass villicht emal bim Grillä oder suscht bim Plausch ha. Di jungä Springer werdet 's öppä gnüssä i dä Pausä schnäll es Würschtl z' brötle.

Ja, liebi Läser vo däm Bachtelschii,
das isch es natürlü nonig gsi.

Mir händ sit zwei Jahr en neue Schanzätisch ,
alles grau, wie halt Beton isch.

Panoramaschanze, dä schöni Name,
set doch no z' vorderscht ane.

Sicher hät's under äi ä Frau oder än Maa,
wo das super schribä cha.

Dä Schanzä-Franz tuet uf Öie Aruef plange.

Er würd sich fröie,irgend öpper für die Arbet z'empfangen.

Für d'Schanzeschaffer, Franz Kunz, Tel. 055/246 13 51

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

Von Doris Stalder

Eins vorweg: Auch die beste Ernährung macht noch niemanden zum Spitzensportler. Am besten ist es, sich vielseitig und gesund zu Ernähren, ob man nun intensiv oder einfach zum Spass Sport betreibt, was mit Hilfe der Ernährungspyramide auf einfache Weise geschehen kann.

Fette und Öle

- Pro Tag 2 Kaffeelöffel hochwertiges Pflanzenöl, unerhitzt, z.B. für Salatsaucen.
- Höchstens 2 Kaffeelöffel Bratfett bzw. Öl für die Zubereitung von Speisen
- Maximal 2 Kaffeelöffel Butter oder Margarine, als Brotaufstrich
- Höchstens eine fettreiche Speise wie Frittiertes, Paniertes, Käsespeisen, Rösti, Wurst, Rahmsauce, Kuchenteig, Patisserie, Schoggi

Milch und Milchprodukte

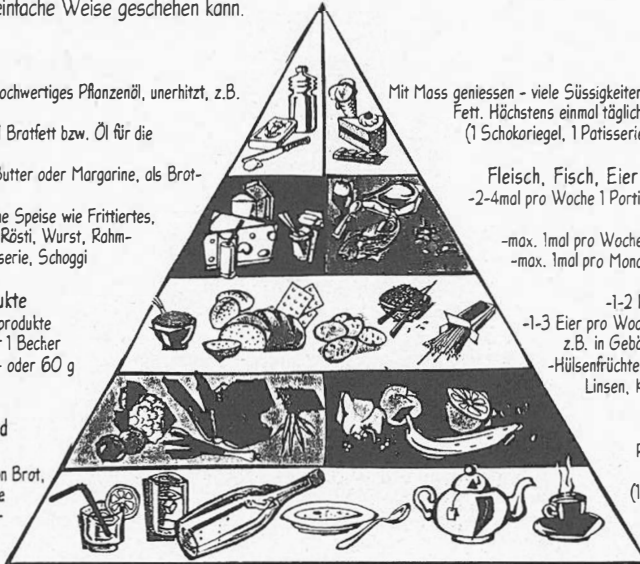
- Pro Tag 2-3 Port. Milchprodukte (1 Port. = 2 dl Milch oder 1 Becher Joghurt oder 30 g Hart- oder 60 g Weichkäse)

Getreideprodukte und Kartoffeln

- Pro Tag mind. 3 Port. von Brot, Kartoffeln, Reis, Getreide oder Teigwaren, Vollkornprodukte bevorzugen

Gemüse

- Pro Tag 3-4 Port. essen, davon mind. einmal roh (1 Port. = 100 g rohes, oder 150-200 g gekochtes Gemüse, 50 g Blatt- oder 100 g Mischsalat.



© Schweizerische Vereinigung für Ernährung SVE

Süssigkeiten

- Mit Mass geniessen - viele Süssigkeiten enthalten verstecktes Fett. Höchstens einmal täglich eine kleine Süssigkeit (1 Schokoriegel, 1 Patisserie, eine Portion Glace).

Fleisch, Fisch, Eier und Hülsenfrüchte

- 2-4mal pro Woche 1 Portion Fleisch, weniger ist problemlos
- max. 1mal pro Woche Schinken, Wurst etc.
- max. 1mal pro Monat Innereien wie Leber, Kutteln etc.
- 1-2 Port. Fisch pro Woche
- 1-3 Eier pro Woche, inkl. Verarbeitete, z.B. in Gebäck, Aufläufen, Crêmen
- Hülsenfrüchte: pro Woche 1-2 Port. Linsen, Kichererbsen, Tofu etc.

Früchte

- Pro Tag 2-3 Portionen Früchte, möglichst roh (1 Port. = 1 Apfel, 1 Banane, 3 Zwetschgen etc.)

Getränke und Alkohol

- Mind. 1,5 l Flüssigkeit pro Tag, ungesüßte und alkoholfreie Getränke bevorzugen. Alkohol: Gesunde Erwachsene nicht mehr als 1-2 Gläser Wein oder Bier pro Tag

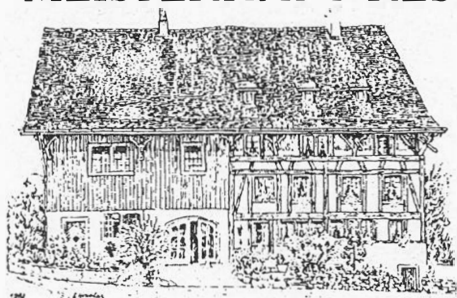
Flüssigkeit

Der tägliche Wasserbedarf beträgt ca. 2 - 3 Liter und wird in der Regel zur Hälfte durch sTrinken gedeckt. Der Rest stammt aus fester Nahrung. Über den ganzen Tag gesehen wird eine ausgeglichene Flüssigkeitsbilanz erreicht, wenn pro Liter Schweißverlust rund 1,2 - 1,5 Liter Flüssigkeit aufgenommen werden. Bei einer Person von 70 kg dürfte der Verlust von einem Liter ungefähr nach einer Stunde Sport eintreffen.

Kohlenhydrate und Fette

Dies sind die zwei wichtigsten Energiequellen. In der Basisernährung im Sport sollten die Kohlenhydrate den grössten Anteil haben.

«MÖBEL ALTER MEISTER — MEISTERHAFT RESTAURIEREN»



Sie finden bei uns sorgfältig restaurierte
Bauern- und guthürgerliche 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**



RESTAURANT BAHNHOF
Wald

Familie De Martin

055 246 13 85

Nährstoff	Gramm pro kg Körpermasse und pro Tag
Kohlenhydrate	5 - 10
Fett	1.0 - 1.5
Protein	1.2 - 1.8

Wird in der Grössenordnung von einer Stunde täglich trainiert, dann genügen die empfohlenen Mengen im unteren Bereich. Den oberen Bereich brauchen etwa die Velofahrer an der Tour de France oder Personen, die täglich mehrere Stunden intensiv trainieren.

Bezüglich der Kohlenhydrate gibt es noch einen wichtigen Punkt zu beachten, den glykämischen Index (GI). Die Kohlenhydrate in den Lebensmitteln werden nicht alle gleich schnell verdaut und ins Blut aufgenommen. Der GI eines Lebensmittels gibt nun Auskunft darüber, wie rasch dieser Vorgang erfolgt. Wenn ein hoher GI vorliegt, kommt es zu einem schnellen und starken Anstieg des Blutzuckergehaltes. Bei einem niedrigen GI steigt der Blutzucker schwach an, das Lebensmittel hält dadurch über einen etwas längeren Zeitraum.

In der Basisernährung sollten kohlenhydratliefende Getränke und Lebensmittel mit einem eher niedrigen GI bevorzugt werden. Der Stoffwechsel wird weniger gestresst. Bei einer körperlichen Belastung hingegen, wenn Energie rasch benötigt wird, sollten die Getränke bzw. Lebensmittel einen hohen GI aufweisen, wie dies bei den meisten Sportgetränken der Fall ist.

	Hoher glykämischer Index (>70)	50 g Kohlenhydrate enthaltene Menge
Traubenzucker	100	50 g
Sportgetränke	95	0.7 l
Reis, gekocht	88	170 g
Gebackene Kartoffeln	85	200-300 g
Honig	73	65 g
Weissbrot	70	200 g
	Mittlerer glykämischer Index (55 - 70)	
Müsli	68	60 g
Soft Drinks (Cola)	68	0.5 l
Saccharose	65	50 g
Mars	63	75 g, 1,5 Riegel
	Tiefer glykämischer Index (<55)	
Reife Banane	52	250 g, 2-3 Stück
Schokolade	49	80 g
Orange	43	400-600 g, 3-4 Stück
Teigwaren, gekocht	41	200 g
Apfel	36	400 g, 3-4 Stück
Unreife Banane	30	250 g
Milch	27	1.1 Liter
Fruchtzucker	23	50 g

*Egli Mosterei + Getränke
Gastro- und Hauslieferdienst*



Schützenstrasse 6, 8636 Wald

Tel. (055) 246 11 32

Fax (055) 246 12 61

*Egli's Getränke-Egge Wald
Abholmarkt*

Öffnungszeiten: Mo-Fr 7.30-11.30 / 13.30-18.00
Sa durchgehend 7.30-15.00

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

Restaurant

Fröhlich *inne!*

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

Der zweite grosse Energielieferant ist Fett. Es liefert etwa das 2.5fache an Energie pro Menge verglichen mit Kohlenhydraten oder Eiweissen. Die Empfehlung für die Fettaufnahme liegt bei täglich 1,0 bis 1,5 Gramm pro kg Körpermasse. Normalerweise erfolgt etwa die Hälfte der Fettaufnahme durch sogenannte versteckte Fette die in den Lebensmitteln enthaltenen sind. Die andere Hälfte stammt aus dem Konsum von Butter, Öl und Fett. Ein Beispiel: eine Person von 70 kg dürfte ca. 4 Gastgewerbeküchlein (eines ca. 10 g) am Tag essen, die restlichen ca. 40 g kämen von den versteckten Fetten.

Die Fettsäuren werden nach ihrer chemischen Struktur in drei Gruppen eingeteilt: gesättigte, einfach ungesättigte und mehrfach ungesättigte. Die gesättigten gehören zu den „Bösen“ und sollten wenn möglich niedrig gehalten werden (weniger als ein Drittel der gesamten Fettaufnahme). Die mehrfach ungesättigten sind die „Guten“, sie sind zum Beispiel im kaltgepressten Sonnenblumenöl (nicht erhitzt) enthalten.

Den Proteinen muss als Energielieferant keine grosse Beachtung geschenkt werden. In der Schweiz liegt die automatische Proteinaufnahme bereits über den Empfehlungen.

Nahrungsmittelzusatzpräparate

Diese Präparate sollten etwas Zusätzliches sein. Sie können und werden niemals eine sinnvolle Basisernährung ersetzen.

Kohlenhydrathaltige Getränke, Koffein und Kreatin sind von der grossen Auswahl solcher Präparate am besten wissenschaftlich untersucht worden. Kohlenhydrathaltige Getränke und Koffein können sowohl bei Ausdauerbelastungen wie bei hochintensiven Belastungen von Vorteil sein; Kreatin spielt bei hochintensiven, sich wiederholenden Belastungen eine Rolle.

Die Zufuhr von Mineralstoffen und Vitaminen nach den empfohlenen Richtwerten verhindern mit Sicherheit das Auftreten von Mangelerscheinungen. Ein Mangel dürfte aber auch bei einer ausgewogenen und den Energiebedarf deckenden Basisernährung eher unwahrscheinlich sein. Als Faustregel gilt: niemals ohne fachliche Abklärung mehr als einen Tagesbedarf in Form eines Mineralstoff- oder Vitaminsupplementes einnehmen.

Dieses Thema wird sehr oft angesprochen, aber ich hoffe, dass Ihr Euer Wissen wieder etwas auffrischen konntet. Dies ist eine Zusammenfassung aus der Zeitschrift „FIT for LIFE Nr. 6/00“.

Nun wäre es auch interessant, wie sich unsere Athletinnen und Athleten ernähren, oder auch ehemalige ernährt haben. Wir haben Roger Burri, 19, Hano Vontobel, 36, Jürg Kunz, 18, Conny Porrini, 24, Michi Hollenstein, 16, Sylvia Honnegger, 32 und Remo Fischer, 19 einige Fragen gestellt und danken vielmals für ihr mitmachen:

1. Dein Lieblingessen und Dein Lieblingsgetränk ?

Roger: Zigeunergeschnitzeltes mit Nudeln / Wasser

Hano: Pizza, Piadina, Wasser, Rotwein (zum Essen), Bier zum Anstossen

Jürg: Pizza und Lasagne / Rivella

Conny: Spätzli / Wasser

Albert Kuster



Rütistrasse 17
8734 Ermenswil

Tel. G 055/282 12 37
Tel. P 055/282 19 21
Fax 055/282 13 18

Strassen+Tiefbau

SCHOCH + HIRZEL AG

8330 Pfäffikon ZH 8497 Fischenthal

01 950 38 38

055 245 18 28

*Besuchen Sie den
Skilift Fischenthal*

055 245 13 27



Michi: Pizza / Rivella
Sylvia: Curryreis mit Früchten / ein feines Glas Rotwein oder Mineral
Remo: Wodkaspaghetti / Rivella blau

2. Hast Du eine spezielle Ernährungsweise, welche?

Roger: Wenn ich Kohlenhydrate koche, muss unbedingt frisches Gemüse wie Karotten, Salat, Tomaten usw. daruntergemischt werden. Die darin enthaltenen Enzyme helfen für eine bessere Verdauung. Ich esse ziemlich fettreich. Fleisch, Olivenöl, Butter finde ich eine gute Energiequelle. Somit muss ich nicht so viele Kohlenhydrate essen. Ebenfalls schaue ich darauf, dass ich nicht zu viel Salz esse. Ketchup, Pommes-Frites, Pommes-Chips, Salzgebäcke, Suppe usw. esse ich ziemlich selten. Meine Speisen verfeinere ich am liebsten mit Kräutern und Gemüse. Während oder kurz nach dem Essen trinke ich in der Regel nichts. Pro Tag trinke ich aber 4 - 5 Liter Wasser. Es gibt Tage, an denen ich gar nichts esse oder nur Früchte zu mir nehme.

Hano: Ich versuche bis zum Mittagessen auf die geliebten Süssigkeiten zu verzichten, und trinke am Morgen nach dem Aufstehen und zwischendurch Wasser. Einmal pro Jahr mache ich eine Fastenwoche (nur Wasser und Fruchtsäfte).

Jürg: Abwechslungsreich essen. Ab und zu esse ich auch gerne einige Gummibärli oder Schoggi.

Conny: Nein. Aber genug Kohlenhydrate und Vitamine gehören dazu und darauf achte ich auch.

Michi: Keine.

Sylvia: Eigentlich überhaupt nicht, einfach alles mit Mass.

Remo: Normal, was die Mutter kocht.

3. Was isst Du vor einem Wettkampf?

Roger: Im Normalfall esse ich sehr viel am Abend vor dem Wettkampf (bis es mir fast schlecht wird). Am Wettkampftag nehme ich entweder Früchte oder wenige Konfibröte zu mir, damit mein Magen völlig unbelastet ist.

Hano: Vor Wettkämpfen, die länger als zwei Stunden dauern, mache ich eine "Schwedendiät". Das heisst: Vom 7. bis zum 4. Tag vor dem Wettkampf keine Kohlenhydrate zu sich nehmen und mit kurzen intensiven Trainings die Depots komplett entleeren. Die letzten 3 Tage bis zum Wettkampf esse ich vermehrt Kohlenhydrate und eine doppelte Portion Spaghetti am Vorabend. Das Frühstück besteht aus Brot und Honig, nicht zuviel, damit die Verpflegung während dem Wettkampf gut aufgenommen werden kann.

Jürg: Müesli oder Kindergrissibrei.

Conny: Grissibrei und Weissbrot mit Gumfi.

Michi: Normal.

Sylvia: Zu meiner aktiven Zeit habe ich vorallem 1 Tag vor dem Wettkampf auf kohlenhydratreiche Nahrung und viel Flüssigkeit geachtet.

Remo: Genug Kohlenhydrate (Brot und Müesli)

4. Wie füllst Du Deine Reserven nach dem Wettkampf wieder auf?

- Roger: Das Wichtigste für mich ist zuerst einmal viel Wasser zu trinken. In der Regel trinke ich einen Shake gleich nach der sportlichen Belastung. Erst dann kommt auch langsam ein Hungergefühl, das ich mit einem Flapjack (Haferflockenriegel) dämpfe. Bald darauf gibt's Kohlenhydrate.
- Hano: Nach dem Wettkampf trinke ich sehr viel Wasser. Leider sind die Energiereserven sehr schnell wieder voll und die "Linie" soll ja beibehalten werden!
- Jürg: Mit einer normalen Mahlzeit oder mit Riegeln.
- Conny: Verofit Regenerationsdrink und später Spaghetti o.ä.
- Michi: Getreideriegel.
- Sylvia: Meistens habe ich sofort nach dem Wettkampf oder harten Trainings einen Verofit „Regi-Shake“ zu mir genommen (vor dem Auslaufen)!
- Remo: Mit Verofit Regenerationsdrink.

5. Wie verpflegst Du Dich im Wettkampf oder im Training?

- Roger: Sportgetränke wie Isostar, Sponser, Alcofit usw. vertrage ich nicht. Im Training trinke ich nur Wasser, im Winter warmen Tee ohne Zucker. Als Energielieferant bei Trainings über 2 Stunden esse ich meistens einen Flapjack.
- In Wettkämpfen, die länger als eine Stunde dauern trinke ich Wasser oder Tee und bei Triathlon-, Duathlonrennen über 2 Stunden presse ich eine Orange und verdünne mit Wasser. Feste Nahrung nehme ich erst für Wettkämpfe ab 2 Stunden, hier entweder Früchte oder Flapjack und Powerbar, zu mir.
- Hano: Stark Zuckerhaltige Getränke, Energiegel und Wasser. Bouillon wenig isotonische Getränke.
- Jürg: Isostar und Balistoriegel im Training, im Wettkampf nichts oder sonst nur Wasser.
- Conny: Mit Tee oder Sirup und Dörrfrüchten wenn nötig.
- Michi: Getreideriegel.
- Sylvia: Ich habe mich nur über 30 km oder mehr verpflegt und das immer nur flüssig (Tee mit Maltodextrin (reines Kohlehydrat)).
- Remo: Mit Isostar- oder Sponserprodukten.

6. Nimmst Du Zusatzpräparate?

- Roger: Ja. Ich schaue auf Produkte, die völlig natürlich hergestellt werden. Es geht mir darum, dass der Körperhaushalt durch Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente gefüllt ist. Calcium muss ich nicht mehr zusätzlich nehmen, da ich durch meine bewusste Ernährungsweise, wenig Zucker aber viel Gemüse, das bessere Resultat erreiche. Herbalife und Optapro sind zwei Zusatzpräparate, die ich persönlich am besten finde.
- Hano: In der Wettkampfzeit Magnesium und Eisen. Ansonsten genügt nach meiner Meinung normale Kost mit Gemüse und Salat.
- Für Jugendliche im Wachstum finde ich Präparate mit Mineralstoffen empfehlenswert.
- Jürg: Ja, Vitamine und Eiweiss.

Conny: Ja. Burgerstein Multivitamin und Eisen.

Michi: Eisenpräparat (wegen Mangel)

Sylvia: Seit ich regelmässig Verofit-Produkte verwendete, hatte ich auf jegliche weitere Zusätze verzichtet und hatte bei Laboruntersuchungen gute Werte (Magnesium / Eisen usw.)!

Remo: Multivitamin, Magnesium, beides von Burgerstein.



lieber Wäch.
lieber Vorstand
liebe Skiklubler



Wir danken Euch herzlich
für den blumigen Empfang
nach unserer Ziviltrauung.



Es ist schön, trotz diesem
Wetter von sonnigen Ski-
klublern empfangen zu
werden!



Herzliche Grüsse



Roby + Carolin



IHR KLEINBAUUNTERNEHMEN
BURGERMEISTER AG

STEINWIESSTRASSE 19
8330 PFÄFFIKON / ZH
TEL. 01/950 36 54
FAX 01/951 08 64
NATEL 079/663 24 34

HAUSPLÄTZE
NEUBAU
GRABARBEITEN
AUSBESSERN
ENTWÄSSERUNGEN
REPARIEREN



Honegger
CONFISERIE WALD

Tösstalstrasse 5 · 8636 Wald ZH
Telefon (055) 246 13 18 · Fax (055) 266 26 20
www.honegger-wald.ch

s t e u e r n
buchführungen
unternehmens-
beratungen

tirega consulting ag

Rolf Scherrer & Erika Bosshard

Fon **055 246 62 63**

STV/USP Mitglied des Schweizerischen Treuhänder-Verbandes

www.treuhandpartner.ch

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

Langlauf

Swiss Ski-Kader

Herren Nationalmannschaft
Junioren-Nationalmannschaft

Reto Burgermeister
Remo Fischer, Thomas Suter



ZSV-Kader

Andrea Honegger, Nathalie Kessler, Cornelia Porcini, Claudio Böckli, Claudio Bolt, Reto Burgermeister, Roger Burri, Boris Fischer, Remo Fischer, Gabriel Huber, Urs Kunz, Cédric Messikommer, Pascal Messikommer, Mario Müller, Florian Rüegg, Hans-Heiri Spoerry, Thomas Suter

ZSV-JO-Kader

Nasdia Burlakova, Anna-Lena Fankhauser, Theres Kläsi, Vroni Lattmann, Simon Bohli, Dima Burlakov, Patrik Eris-mann, Roger Gerber, Adrian Hollenstein, Christian, Marco Suter, Michi Suter, Simon van-Beek, Stefan Vontobel



Nordische Kombination

Swiss Ski-Kader

Michi Hollenstein, Fabian Gerber
Nicola Bay, Marco Gerber
Felix Kläsi

Junioren-Kader
Nachwuchs-Kader
Sichtungs-Kader

ZSV-Kader

Michi Hollenstein, Fabian Gerber, Marco Gerber, Nicola Bay, Felix Kläsi, Ueli Zumbach, Christian Zumbach, Michi Zumbach, Thomas Eichenberger, Corinne Bamert, Louis Frei

Biathlon Suisse

Anja Burgermeister, Cyrill Gross, Jürg Kunz, Claudio Böckli



!!! Herzliche Gratulation !!!

VERANSTALTUNG... *Züri Oberländer Duathlon*

Von Werner Brunner

Rückschau und Ausblick

Als ich vor ein paar Tagen darauf aufmerksam gemacht wurde, dass ich noch einen Bericht über den Duathlon schreiben müsse, fielen mir sofort zwei Themen ein, die mich beschäftigten.

Grandioser Erfolg

Natürlich kommt man so kurz nach den olympischen Spielen nicht darum herum, von den grossartigen Erfolgen der beiden Triathletinnen Brigitte Mc Mahon und Magali Messmer zu schwärmen. Ich weiss nicht, ob ihr das Rennen auch live am Bildschirm mitverfolgt habt. Ich jedenfalls, in der festen Hoffnung auf eine Medaille, blieb an jenem Samstagabend vor dem Fernseher sitzen und habe es nicht bereut. Da war zuerst einmal die fantastische Ansicht von Sydney mit Opernhaus, Hafen und Harbourbridge. Danach fielen einem schon bald die erwartungsvollen Zuschauer und die tolle Atmosphäre auf. Und zuletzt wurde man für das Aufbleiben mit einem bis zum letzten Meter spannenden Rennen belohnt, mit der überraschenden Goldmedaille für Brigitte Mc Mahon und der bronzenen Auszeichnung für Magali Messmer. Obwohl ich bisher immer ein Gegner des - bei unserem Duathlon verbotenen - Windschattenfahrens war, habe ich mich nach dem Wettkampf gefragt, ob diese Form für die Zuschauer spektakulärer ist. Eine Frage, die sich das OK für die zwölfte Austragung des Züri Oberländer Duathlons einmal stellen sollte.

Schwerer Unfall von Christian Wenk

Das zweite Thema, das mich in den letzten Wochen bewegt hat, ist der schwere Trainingsunfall von Christian Wenk in Japan. Ich kann mich erinnern, dass uns Roland Staub, einer unserer grossen Sponsoren am Duathlon (McDust, McJob), schon vor Jahren ankündigte, dass Christian Wenk der Schweizer Duathlet der Zukunft sein würde. Tatsächlich sind diesem sympathischen jungen Mann aus Greifensee dieses Jahr grossartige Erfolge gelungen. Nach seinem zweiten Platz dieses Jahr in Wald war er froh, dass er endlich einmal an „seinem Heimrennen“ die in ihn gesetzten Erwartungen erfüllen konnte.

Inzwischen weiss man, dass Christian Wenk querschnittgelähmt ist. Was dies für einen Profisportler bedeutet, kann sich jeder selber vorstellen. Ich hoffe, er findet Kraft und Mut, dieses schwere Schicksal zu meistern.

Züri Oberländer Duathlon

Rückblickend auf die 11. Austragung kann man sagen, dass das OK sein Versprechen, einen Spitzenanlass zu organisieren, eingehalten hat, auch wenn einzelnen Mitgliedern das Kribbeln des internationalen Anstrichs fehlte. Der Kassier wird mit seinen Zahlen bestätigen, dass der „Schritt zurück“ richtig war und ein schöner Gewinn für den Skiclub übrig bleibt. Dass auch ohne Europacup die gesamte italienische Nationalmannschaft und einige weitere Ausländer am Start



**Zürcher
Kantonalbank**

waren, ist sicher auf die guten langjährigen Beziehungen zurück zu führen. Die Viertplatzierte des Damenrennens, Claudia Hille aus Deutschland, hat mir bereits versprochen, auch nächstes Jahr wieder zu kommen. Für den 12. Duathlon wünsche ich mir als Presseverantwortlicher, dass wir für Claudia Hille Gegnerinnen wie Brigitte Mc Mahon, Magali Messmer, Nicola Spierig und Natascha Badman präsentieren können. Wenn wir dies erreichen, können auch mir die grossen ausländischen Stars gestohlen bleiben.

☐ Ich werde dort hingehen! Kommst du mit?	
☐ Ich möchte dich mit dieser Karte nach Mallorca einladen? See you there!!	
☒ Ich war da. Es war mega!	
☒ Sonne, Sand und Sport.....!	
Die Chroniken Party... gänge Pasi Suti (Wings) Fly	

(infing unter e-mail: ml@mlva.ch)

Herr
Präsident SCB
Walter Hanselmann

Blattenbach

8636 Wald



Zürcher
Kantonalbank

... Vorstand Skiclub am Bachtel

Siehe vordere Umschlagseite

... Vorstand Panoramaloipe

Siehe vordere Umschlagseite

... Telefonbeantworter

055 / 246 42 22

... Internet

www.skiclub-bachtel.ch

... Stiftung Bachtel zur Förderung des nordischen Skisports

Dr. Martin Schneider, Präsident, Angelstr. 1, 8635 Oberdürnten, Tel. 055 / 241 19 17

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, Bernhard Inderbitzin, Riedtwies 1211, 8636 Wald, Tel. 055 / 246 66 81, gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Für Ihr Interesse bedanken wir uns im voraus.

Vorstand Hunderterclub

... Infos zu „Sport und Ausbildung“

Walter Hanselmann, Blattenbach, 8636 Wald, Tel. 055 / 246 14 07

... Redaktion des „Bachteler Schii“

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

Doris Stalder-Kunz, Sunneraistr. 40, 8636 Wald, Tel. + Fax 055 / 246 41 68, e-mail: dr.stalder@bluewin.ch

Vom Sponsorchef

Möchten Sie Ihre Werbebande oder Firmmentafel in der kommenden Wintersaison 2000/2001 beim Suppenwagen auf der Amslen platzieren?



Auskunft erteilt: Felix Vontobel
 Chräzenweg 3
 8335 Dürstelen-Hittnau
 Tel. P: 01/951 10 01
 G: 01/931 81 14
 E-Mail : fvontobel@seitz.ch

Möchten Sie unabhängig sein?

Die Panoramaloipe vermietet im Sommer zwei Chemikaltolietten.
 So können Sie jedes Fest an jedem Ort durchführen. Sie können, wenn Sie müssen,
 und einen dicken Hals gibt es erst mit der Rechnung.

Auskunft erhalten Sie bei R. Vontobel unter Tel. 055 / 246 40 25.

Sponsoren 11. Züri Oberländer Duathlon

Peter Abderhalden	Baugeschäft	8637	Laupen
Allglanz	Reinigungs-Service	8040	Zürich
Alpina Optik+Sport AG		8123	Ebmatingen
Angelacoiffure	Rüti-Hinwil-Wetzikon	8620	Wetzikon
Apotheke Quinter		8636	Wald
Architekturbüro	Walter Fischli AG	8712	Stäfa
ARTHO PAN AG		8636	Wald
Athleticum Sportmarkets AG		8340	Hinwil
Augen auf	Menzel Optik & Foto	8636	Wald
Bachtel-Garage		8636	Wald
Bachtel-Ranch	Western-Saloon	8342	Wernetshausen
Martin Bärtschi	Gärtnerei	8636	Wald
Baumann Federn AG		8630	Rüti
Besmer AG	Sanitär, Heizung, Spenlerei	8636	Wald
Bettio & Partner GmbH	Reisebüro	8636	Wald
Arnold Bieri	Landmaschinen	8496	Steg
Bijouterie Engeler	Rüti-Wald	8636	Wald
Biscioni	Industriebedarf	8340	Hinwil
Bleichibeiz GmbH		8636	Wald
Esther Blöchliger	Lebensmittel	8636	Wald
Blumen Waser		8636	Wald
August Böckli	Antiquitäten + Restaurationen	8607	Seegräben
Boka Print	Schnelldruck AG	8630	Rüti
H. u. W. Brunner AG	Küchenbau	8636	Wald
Bürke-Reisen		8632	Tann
Burri-Moden	Modehaus	8340	Hinwil
Liboria Calamia	Autospenglerei	8637	Laupen
Cathrein Lebensmittel		8636	Wald
Coiffure Filo		8637	Laupen
Coop Zürich-Linth	Public Relations	8021	Zürich
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
EBLA AG	Sandstrahl-Reinigungen	8637	Laupen
Egli Getränkehandel		8636	Wald
Egli Nutzfahrzeug AG		8622	Wetzikon
Peter Egli AG	Sägerei + Holzhandel	8344	Bäretswil
EPA Super-Discount		8636	Wald
Eristra-Druck AG	Offset- und Buchdruck	8630	Rüti
EW Wald	Elektrizitätswerk Wald	8636	Wald
Ferag AG	Förder- und Verarbeitungssyst.	8340	Hinwil
Fly Center	Gleitschirm - Flugshop	8498	Gibswil
Forellenzucht Rieterhalde	Familie Lazzarotto	8498	Gibswil
Frei Automobile		8637	Laupen
Fritsch, Meier + Co. AG	Treuhandberatungen	8636	Wald

Sponsoren 11. Züri Oberländer Duathlon

Gafner Maschinenbau AG		8637	Laupen
Ganz Installationen AG		8604	Volketswil
Garage Kaiser	Volvo Vertretung	8636	Wald
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
Käthi + Walter Hanselmann	Confiseriewaren	8636	Wald
Hänsli Gartenbau AG		8632	Tann
Robert Helbling	Soft-Jce Verkauf	8646	Wagen
Hess AG	Transporte	8637	Laupen
Hermann Hess	Schreinerei-Innenausbau	8498	Gibswil
Anna Hiestand	Coiffeur-Salon	8636	Wald
Hanspeter Hiltbrand	Bettwaren und Bodenbeläge	8636	Wald
Andreas Hofmänner	Langlaufsport	7270	Davos
Holzbau Mettlen GmbH		8636	Wald
Honegger Elektro	Elektro - Telecom - TV	8636	Wald
Heinrich Honegger	Confiserie	8636	Wald
Heinz Honegger	Bauabdichtungen AG	8637	Laupen
Honegger Transporte		8636	Wald
Hösli, Blättler + Wiegand	Architekturbüro	8636	Wald
Hotel Freihof		8638	Goldingen
Hotel-Restaurant	Laufenbach	8630	Rüti
Albert Hubmann	Kühlanlagen	8344	Bäretswil
IKI	Informationsberatung AG	8636	Wald
Jucker Farmart		8607	Seegraben
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
Klinik Breitlen		8634	Hombrechtikon
Koch Furniere		9303	Wittenbach
Konkordia Schweiz.	Kranken- und Unfallversicherung	8640	Rapperswil
Kosmetik Studio	Karin Looser	8637	Laupen
Kündig AG Holzbau		8630	Rüti
Fritz Kunz	Schuhhaus Reitsport	8636	Wald
Künzi Treuhand AG		8630	Rüti
Kuster & Maduz AG	Heizung Oelfeuerung	8636	Wald
Landi Bachtel	Landw. Genossenschaft	8635	Dürnten
Landi Bäretswil	Haus + Garten	8344	Bäretswil
Rolf Lange	Innendekorationen	8636	Wald
Roland Lätsch	Autofahrschule	8636	Wald
Edith Looser	Steuerberatungen	8636	Wald
Marchese AG	Gipsergeschäft	8637	Laupen
Massagepraxis	Klosterhof	8630	Rüti

Sponsoren 11. Züri Oberländer Duathlon

Erwin Maurer	Plattenbeläge	8636	Wald
Mc Job AG	Banker's Karriere Klick	8002	Zürich
Ernst Meier AG	Garten-Center	8630	Rüti
Werner Meister	Velos-Motos	8630	Rüti
W. + A. Mesmer		8636	Wald
Werner Messikommer	Architekturbüro	8607	Aathal-Seegräben
Metzgerei Hirschen	Robert Holderegger	8630	Rüti
Andrea Michael	Mike-Bike Velo-Aufhängesystem	8630	Rüti
Migros Ostschweiz	Kulturelles	8401	Winterthur
Milz Autoshop	Autozubehör	8637	Laupen
Karl Minnig	Metzgerei	8636	Wald
Möbel Fry AG	Einrichtungshaus	8636	Wald
Montana Sport AG		6371	Stans
Müller + Rauner	Plattenbeläge	8754	Netstal
MZO AG	Versicherungsbüro	8636	Wald
Naef AG	Flugmechanik	8497	Fischenthal
Nähcenter	Feldmann	8636	Wald
Naturlade	Ursula Sobota	8636	Wald
Albert Neff	Molkerei Spittel	8636	Wald
Niro Optik		8636	Wald
Reto Noser	Waffen und Munition	8634	Hombrechtikon
Oberhof - Garage GmbH		8497	Fischenthal
G. Oberholzer	Holzbau	8733	Eschenbach
OGS Beratungsteam AG	Informatik und Personalfragen	8606	Nänikon
Panolin AG	Schmierstoffe	8322	Madetswil
Papeterie-Buchhandlung	Müller	8636	Wald
Bruno Pfister	Käserei	8498	Gibswil
Pflegeheim Grünegg		8636	Wald
Philosoft AG	Ewald Schoeller	8707	Uetikon a. See
Physikalische Therapie	Urs Rohrbach	8636	Wald
Plattenvertriebs AG		8852	Altendorf
Pneu Muggler AG		8340	Hinwil
Pneuhaus Thalegg		8496	Steg
Dr. med. vet. J. Prevost		8636	Wald
Pronto Garage		8637	Laupen
Josef Rava	Maurergeschäft u. Cheminéeabau	8636	Wald
U. Rechsteiner AG	Metall- und Stahlbau	8637	Laupen
Reichle + De-Massari AG	Elektro- + Kommunikation	8620	Wetzikon
Reichmuth & Rüegg AG	Metallbau	8637	Laupen
HCH. Reimann AG	Werkzeugbau	8630	Laupen
Reisebüro	Bachmann & Spitzer AG	8630	Rüti
Reisebüro Sonnenberg		8636	Wald
Renault (Suisse) AG	Service Publicité	8105	Regensdorf
Restaurant Bahnhof		8636	Wald
Restaurant Blume		8636	Wald
Restaurant Frohsinn		8498	Gibswil
Restaurant Gibswilerstube		8498	Gibswil

Sponsoren 11. Züri Oberländer Duathlon

Restaurant Hohes Schloßli		8342	Wernetshausen
Restaurant Kantonsgrenze	Oberholz	8636	Wald
Restaurant Löwen		8636	Wald
Restaurant Mühle		8498	Gibswil
Restaurant Ohrüti		8496	Steg
Restaurant Schwert		8636	Wald
Restaurant Sonnengarten		8636	Wald
Restaurant Sonnenhof		8630	Rüti
Restaurant Talhof		8636	Wald
Restaurant Toggenburg		8636	Wald
Restaurant Zollhaus		8636	Wald
Rivella AG		4852	Rothrist
Rochat Sport		8636	Wald
Bruno Röthlin	Bäckerei-Konditorei	8637	Laupen
Rutz Maschinenbau		8637	Laupen
Albert Kuster	Sägewerk	8734	Ermenswil
Werner Schaufelberger	Schreinerei	8636	Wald
Dr. med. Martin Schneider		8620	Wetzikon
Schneider Fitness GmbH		8630	Rüti
Bruno Schläpfer	Motorgeräte	8636	Wald
Schoch & Co. GmbH	Malergeschäft	8636	Wald
Schoch Holzbau AG	Raad	8498	Gibswil
Gebrüder Schraner AG	Fensterfabrikation	8637	Laupen
Schuh-Toni	Sportgeschäft	8636	Wald
Schumacher AG	Sanitäre Anlagen	8636	Wald
Dr. med. Peter Schüpbach		8636	Wald
Arnold Schweizer	Radio-TV Haushaltgeräte	8636	Wald
Eugen Seitz AG	Ventiltechnologie	8623	Wetzikon
Sincrodata	Treuhandbüro	8637	Laupen
SKS AG	Kunststoffe Werkzeugbau	8637	Laupen
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-STUDIO WALD		8636	Wald
Sport Schmid AG		8623	Wetzikon
Sport-Trend-Shop		8340	Hinwil
Sportcars Schaufelberger	Ford-Vertretung	8636	Wald
Stachel-Endlos AG	Computerformulare	8714	Feldbach
A. Stalder AG	Bauunternehmung	8733	Eschenbach
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

Sponsoren 11. Züri Oberländer Duathlon

Tirega Consulting AG		8636 Wald
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
Veloatelier		8037 Zürich
Verago AG		8706 Meilen
Paul Vogt AG	Schreinerei	8636 Wald
Peter Wäckerlin	Motorengeräte & Carrosseriew.	8636 Wald
Wädi's Gartenbau natürl		8498 Gibswil
Rolf Walti AG	Architekturbüro	8636 Wald
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
Marlies Zafrini	Fusspflege	8636 Wald
Willi Zangerl	Baugeschäft	8498 Gibswil
Ruedi Zumbach	Erdarbeiten	8636 Wald
Zürcher Kantonalbank	Sport-Sponsoring	8010 Zürich
Zürcher Oberland Medien AG		8620 Wetzikon

Allen Sponsoren ein herzliches Dankeschön!!!

Vom SC am Bachtel und der Panoramaloipe

24. November 2000	Winterversammlung SCB, Rest. Bahnhof, Wald
13./14. Januar 2001	Elvia Trophy, Amslen
21. Januar	Fanreise SM Langis, Verfolgungsrennen
10./11. Februar	KPT Trophy, Amslen
17./18. Februar	Biathlon SM, Amslen
4. März	Clubrennen Langlauf
10. März	Clubrennen Alpin
18. Mai	Generalversammlung SCB
19. Mai	Papiersammlung SCB

Weiterhin ...

... FIT with FUN

Auch weiterhin ist am Samstag das FIT with FUN Training. Treffpunkt ist um 14.00 Uhr bei den Parkplätzen hinter dem Bahnhof. Wir gehen zu Fuss, mit dem Bike, mit den Langlaufskis oder mit irgend etwas anderem trainieren.

Damit Du aber weisst, was Du mitnehmen musst, telefoniere mir einfach am Freitag Abend oder am Samstag Vormittag (01/930 15 37).

Träg d'Sunnä im Herzä!

Beat

... Frauenlauffreff

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

... Turnen / Spiele

Jeden Montag, 20.00 Uhr, in der Turnhalle Ried: Spiel, Spass und Plausch für alle!!!

Nächster Redaktionsschluss
24. März 2001

Rennläufer SC am Bachtel

24. Nov.	Winterversammlung SCB	alle
1. - 3. Dez.	FIS-Rennen Ulrichen, KPT-Cup Sa. D 5K, H 10K, H jun. 10K So. Sprint	ZSV-Kader
8. - 10. Dez.	Continentalcup Campra Sa. / So.	qualifizierte
17. Dez.	Unterschächen D 8F, H 15F, H Jun. 10F	alle
17. Dez.	Wiggis	alle
20. Dez.	WC Davos D 15K, H 30K	qualifizierte
26. Dez.	Vättis D 7,5F, H Jun. 10F, H 15F	alle
27. - 28. Dez.	Campra, KPT-Cup Do. D 10K, H 15K, H Jun. 15K	ZSV-Kader
26. Dez. - 02. Jan.	Trainingslager in Davos	alle
31. Dez.	Shorts-Skating-Rennen Einsiedeln	
2001		
7. Jan.	ZSV-Meisterschaften Unteriberg alle 30F	alle
13. Jan.	ELVIA-Trophy Swiss-Ski am Bachtel D 5K, H 15K, H Jun. 10K	alle
17. - 21. Jan.	Schweizermeisterschaften Langis Do. D 15 F, H 30F, H Jun. 30F, H Jug. 15F Sa Sprint So. D 10K+F, H Jun. 15K+F, H 20K+F	qualifizierte
28. Jan.	KPT-Cup Marbach D 10K, H 15K, H Jun. 15K	ZSV-Kader
3. Febr.	Toggenburger-LL	alle
10. Febr.	KPT-cup Int. Bachteler Skitage, ZSV-Meisterschaften D 10K, H 15K, H Jun. 15K	alle
11. Febr.	KPT-Cup Int. Bachteler Skitage D 5F, H 10F, H Jun. 10F	alle
17. - 18. Febr.	JO-Schweizermeisterschaften	

Rennläufer SC am Bachtel

23. - 25. Febr.	KPT-Cup Lötschental Sa. D 5F, H 10F, H Jun. 10F So. D 10F, H 15F, H Jun. 15F	ZSV-Kader
4. März	Clubrennen Langlauf	alle
10. März	Clubrennen Alpin	alle
11. März	Engadiner Skimarathon	
23. - 25. März	KPT-Cup Silvaplana Sa. Sprint So. D 10K, H 15K, H Jun. 15K	ZSV-Kader
30. März - 1. April	Schweizermeisterschaften Langis Sa. alle Staffeln So. D 30F, H 50F	qualifizierte
7. April	Langis Goldsprint, KPT-Cup	alle
8. April	Hoch-Ybrig Américaine	
14. April	Spirstock LL alle 6F	alle

Weitere Termine ab November auf unserer Homepage.

*Wettkämpfe Biathlon**Jugend Trophy*

28. Okt.	Alt St. Johann	Qualifikation
2./3. Dez.	Obergoms, Wallis	Qualifikation
17. Dez.	Gantrisch/Gurnigel, Bern	Qualifikation
27. Jan.	La Lecherette, Waadt	Qualifikation
Im März	Obergoms, Wallis	Finale

Swiss Cup

02./3. Dez.	Obergoms, Wallis	
17. Dez.	Gantrisch/Gurnigel, Bern	
27. Jan.	La Lecherette, Waadt	
16. - 18. Febr.	Gibswil, Zürich	1. Teil Schweizermeisterschaft
23. - 25. März	Grindelwald, Bern	2. Teil Schweizermeisterschaft

Europa Cup

07. - 10. Dez.	Rosenau-Windischgarsten / AUT
12. - 16. Dez.	Hyperlink „ http://www.obertilliach.at “ Obertilliach / AUT
04. - 07. Jan.	Forni Avoltri / ITA
09. - 13. Jan.	Ridnaun / ITA
01. - 04. Febr.	Clausthal-Zellerfeld / GER
06. - 10. Febr.	Hyperlink „ http://www.todtnauer-ferienland.de “ Sachrang / Ger
01. - 4. März	Hyperlink „ http://www.nscg.ch “ Gurnigel / SUI
06. - 10. März	Hyperlink „ http://www.champex.ch “ Champex-Lac / SUI

Europameisterschaften

22. - 28. Jan.	Haute-Maurienne / FRA
----------------	-----------------------

Junioren Weltmeisterschaften

19. - 25. März	Khanty-Mansiysk / RUS
----------------	-----------------------



Hallenbad Wald

Telefon 055 / 246 38 00

Wasser 29°C/Luft 31°C

während der Wintersaison
an Samstagen und Sonntagen
Wasser 31°C/Luft 33°C

Sonntag ab 10 Uhr offen

JAHRESABONNEMENTE WINTERABONNEMENTE

Unterwasserstrahlmassage

Ergoline Solarium

Anfängerschwimmkurse für

Kinder

Aquafitkurse

Moderne Wasseraufbereitung

Oeffnungszeiten

	Sommersaison ca. 20.5. bis 15.9. Freiluftbadsaison	Wintersaison ca. 16.9. - 20.5.
Montag	17.00 - 21.30 Uhr	15.00 - 21.30 Uhr
Dienstag	17.00 - 21.30 Uhr	15.00 - 21.30 Uhr
Mittwoch	13.30 - 21.30 Uhr *	13.30 - 21.30 Uhr
Donnerstag	17.00 - 21.30 Uhr	13.30 - 21.30 Uhr
Freitag	17.00 - 21.30 Uhr	13.30 - 21.30 Uhr
Samstag	10.00 - 17.30 Uhr *	10.00 - 17.30 Uhr
Sonntag	13.30 - 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 A1/552

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

**Viel
Vergnügen.**

www.sbb.ch

Filiale Wald Tel. 055/ 256 55 55

Die nahe Bank.



**Zürcher
Kantonalbank**