

seit 1977

Sattelfest

3/2013/September

Nr. 143



VeloClubAllschwil





Gemeinsam Spitzenleistungen schaffen.

Gemeinsam erreicht man Ziele schneller.
Deshalb unterstützen wir mit Freude den
Radsport. Und den Nachwuchs erst recht.
www.raiffeisen.ch

Wir machen den Weg frei

RAIFFEISEN

Ernst Gürtler AG

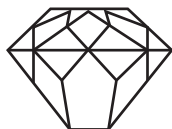
Elektrotechnische Unternehmung

Ihr Expertenteam für Energie

Binningerstrasse 53
CH-4123 Allschwil
Telefon 061 481 22 00
Telefax 061 481 21 42
info@guertler-elektro.ch

macquat & co allschwil

Binningerstrasse 179
Telefon 301 34 78



Edelsteine und
Schmuck
aus eigener
Werkstatt

Inhaltsverzeichnis

Der Vorstand im 2013	5
Vorwort	7
Ein- und Austritte	9
Beitrittserklärung	9
Der Vorstand informiert	11
Neue VCA Banner	13
Trainingsweekend Sumiswald	13
Der Spiezathlon 2013	15
Bergzeitfahren Gempfen	20
Gänsehaut in Roth	21
Agenda 2013	24
Trainingskalender 2013	25
Weltcup Wochenende in Meran	27
Biker unterwegs	28
Weltcup Spanien	29
Kids Velo	30
DM Paracycling Elzach	32
Manche mögen's heiss	33
1. August Bike- und Wander-Weekend	37
Jung und Alt beim Rundstrecken Rennen Möhlin	40
Ranglisten Velo	41
Ranglisten Bike / Laufen	44
Ranglisten Laufen	45
Ranglisten Laufen / Triathlon	46



Firmenporträts | Events | Werbe- und Produkteshooting
Fotoshooting für Privatpersonen | Hochzeitsreportagen | Fotokurse

www.fotodesign-indlekofer.ch

Patrick Indlekofer | 079 786 06 77 | info@fotodesign-indlekofer.ch

Der Vorstand im 2013

Funktion	Name	Adresse	Telefon / E-Mail
Präsidentin	Ariane Gutknecht	Langenhagweg 29 4123 Allschwil	061 302 56 41 mayer.gutknecht@vtxmail.ch
Vize-Präsident	Matthias Prétot	Blumenweg 23 4123 Allschwil	061 481 19 41 maetthe@hotmail.ch
Aktuarin	Sandra Schelbert	Erlenhof 63 4153 Reinach	061 711 49 58 sandra.schelbert@gmx.ch
Kassierer	Daniel Wälchli	Thiersteinerallee 83 4053 Basel	061 331 60 31 daniel_waelchli@hotmail.com
Obmann Velo	Gregor Lang	Heuwinkelstr. 20 4123 Allschwil	076 345 76 71 gregor.lang@gmx.ch
Obmann MTB	Rolf Moll	Im Rosenrain 4 4123 Allschwil	moll@balcab.ch bike@velocluballschwil.ch
Obleute Triathlon	Déborah Prisi	-	061 361 15 27 deborah.prisi@gmail.com
	Reto Baltermia	Baslerstr. 332 4123 Allschwil	061 481 78 11 balterbach@hispeed.ch
	Markus Schelbert	Erlenhof 63 4153 Reinach	061 711 49 58 m.schelbert@erlenhof-jugendheim.ch
Redaktion	Fränzi Rombach	Baslerstr. 332 4123 Allschwil	061 481 78 11 info@velocluballschwil.ch

VeloClubAllschwil
Postfach 1340
4123 Allschwil
info@velocluballschwil.ch
www.velocluballschwil.ch



tutti.ch



VELOS UND MEHR

Gratis kaufen und verkaufen!

FLÜCKIGER GARTENBAU

inhaber peter + dunja schlachter
eidg. dipl. gärtnermeister + gartenarchitektin

info@flueckigergarten.ch
neuweilerstrasse 28, ch 4123 allschwil,

www.flueckigergarten.ch
telefon 0041 61 481 15 82

*Der ideale Ort für
Familie & Verein*



~ AMBIENTE ~

Ristorante Italiano



AMBIENTE - Ristorante Italiano Parkallee 7 4123 Allschwil
Tel. 061 485 33 99 Fax 061 485 30 01 ambiente@az-ambachgraben.ch
www.az-ambachgraben.ch/Ambiente

(ehemals Restaurant Muesmatt)

Vorwort

Liebe Mitglieder, Freunde und Inserenten

Dieses Vereinsjahr ist ein Wahljahr. An der GV wird der Vorstand neu gewählt oder bestätigt. Ich habe meine Vorstandskollegen schon informiert, dass ich zurücktreten werde, wenn wir einen Nachfolger/In finden. Es ist mir bewusst, dass ich auf diese anonyme Weise keinen Nachfolger/In finden werde. Es wird sich niemand angesprochen fühlen, dieses Amt zu übernehmen.

Trotzdem werde ich mein Amt abgeben entgegen meiner Ankündigung, dass ich es nur niederlege, wenn ein/e Nachfolger/In gefunden ist.

Ich habe den Eindruck, im Verein läuft es zurzeit sehr gut und es ist „Schwung“ hereingekommen in den Verein. Die Vorstandsmitglieder machen einen super Job und es tut mir persönlich leid sie zu verlassen. Deshalb wünsche ich mir nichts



sehnlicher, als dass sich jemand findet, der mich ersetzt. Dass ich weiterhin in der Redaktion mithilfe und am Klausenlauf Helfer suche und selber als Helfer im Einsatz bin, steht für mich allerdings nicht in Frage.

Wer ist bereit für das Präsidentenamt?

Ariane Gutknecht

NICHT VERGESSEN! Generalversammlung VCA am 08.11.2013!

Tragt den Termin heute schon in eure Agenden ein!

VON AUSDAUERSPORTLER FÜR AUSDAUERSPORTLER
Ein Klick der sich lohnt... ganz besonders für VCA-Mitglieder!
Jetzt anmelden unter "Member" mit dem
Vermerk "Mitglied VCA" und von 25% Rabatt profitieren!

www.trishop.ch



Sanitäre - Anlagen
Neu- und Umbauten
Reparaturen
Boilerservice

M. Christen

Sanitär

Kurzelängeweg 19, 4123 Allschwil Tel. 481 84 44
P. 481 84 45

Hier könnte Ihr Inserat stehen

1/4 Seite CHF 75.–
1/2 Seite CHF 125.–
1/1 Seite CHF 200.–

4-mal jährlich mit einer Auflage von 300 Exemplaren

Ein- und Austritte

Eintritte Velo

Michele Coco
 Fabienne Bloch
 Francesco Pieri
 Jared Ditzler
 Simon Bonetti

Eintritte Triathlon

Anke Blechschmidt

Eintritte Kids

Xavier Nighof

Beitrittserklärung

.....
Anschrift: VeloClubAllschwil, Postfach 1340, 4123 Allschwil 1



Der / Die Unterzeichnete möchte dem Velo-Club Allschwil als

Aktivmitglied oder als Passivmitglied beitreten

Name/Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Beruf: _____

Strasse/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon/Fax: _____

E-Mail: _____

Untersektion: RadrennfahrerIn MTB-FahrerIn TriathletIn
 TourenfahrerIn DuathletIn

Verbandsmitglied: Swiss Cycling Swiss Triathlon

Ja Nein Ja Nein

Datum: _____ Unterschrift: _____

Laufsport
Training
Physio



VELO-CLUB Allschwil Aktion



MEM-Laufsport

Ausschneiden und einlösen

Gutschein im Wert für CHF 20.–

beim Einkauf von CHF 100.– bis 150.–

Gutschein im Wert für CHF 30.–

beim Einkauf von CHF 150.– bis 200.–

Telefon 061 281 11 45 | www.membewegt.ch



DILL OPTIK

eidg. dipl. Augenoptiker SBAO

Wir brauchen keine
Lockvögel,
wir sind immer verlockend!

Brillen und Kontaktlinsen

Binningerstrasse 5 • 4123 Allschwil

Tel. 061 481 74 64

www.dilloptik.ch



**Stiftung LBB Lehrbetriebe Basel
Gärtnerei**

Bungestr. 75, CH-4055 Basel
Tel 061 321 00 21, Fax 061 321 00 31
gaertneri@lbb.info
www.lbb.info

Öffnungszeiten:
Di – Fr 7.30 – 12.00h, 13.30 – 17.30h
Sa 8.00 – 16.00h

Der Vorstand informiert

Neue Vorstandsmitglieder sind gesucht...

Präsidentin

Interessierte Personen melden sich bei einem Mitglied des Vorstands oder direkt bei der Präsidentin

Mitglied des Redaktionsteams

Für Katharina Schaufelberger wird per Ende Jahr ein/e Nachfolger/-in im Redaktionsteam gesucht. Interessierte Personen melden sich bei einem Mitglied des Vorstands oder direkt beim Redaktionsteam.

Nachfolge am Crêpe-Stand ist gefunden

Wir bedanken uns bei Rosmarie Harke für ihren langjährigen Einsatz am Crêpe-Stand und freuen uns mitteilen zu können, dass ihre Nachfolge sichergestellt ist.

Der Crêpe-Stand wird neu neben Marcia Eicher von Barbara Lehmann und Sandra Schelbert betreut. Wir wünschen den Dreien viel Spass beim Crêpe-Verkauf am Ängelmarkt und Klausenlauf.





Roomplan GmbH
Schützenmattstrasse 10
4051 Basel
www.roomplan.ch

roomplan.
ARCHITEKTUR – INNENARCHITEKTUR – LADENBAUPLANUNG

Hier könnte Ihr Inserat stehen

1/4 Seite CHF 75.–

1/2 Seite CHF 125.–

1 Seite CHF 200.–

4-mal jährlich mit einer Auflage von 300 Exemplaren

Senden Sie Ihre Vorlage oder Anfrage an:

VeloClubAllschwil

Postfach

4123 Allschwil

oder

info@velocluballschwil.ch

Neue VCA Banner

Der VC Allschwil hat neu zwei Banner erworben, um noch mehr auf sich aufmerksam zu machen an Rennen, Klausenlauf etc. Sollte je-



mand an einen Anlass reisen, kann er gerne einen oder zwei Banner beim Vorstand ausleihen und Werbung machen für unseren Verein.



Trainingsweekend Sumiswald

24.-26-05.2013

Unsere Organisatoren Markus Schelbert und Reto Baltermia haben dem winterlichen Wetter getrotzt und ein tolles Trainingsweekend auf die Beine gestellt.

Die Teilnehmerzahl von rund 20 Mitgliedern (Nachwuchs nicht mitgerechnet) zeigt die Beliebtheit dieses Weekends.

Unser Gast Gregor Lang hat uns am Freitagabend in die Geheimnisse von VO2max eingeführt und zu Dis-

kussionen angeregt. Am Samstag nach dem Morgenttraining im Wasser mit Gunther konnte dann ein kleiner praktischer Teil ins Velotraining einfließen.



sen. Damit wir auf vier Trainingseinheiten kamen, war noch ein Lauf- und nochmals Schwimmtraining auf dem Programm.

Am Abend wechselten wir dann alle die Sportart und wurden zu Coachpotatoes, um das Championsleague Finale BVB Dortmund - Bayern München zu schauen. Wir waren alle froh, kam es nicht zu einer Verlängerung, denn das Schwimmtraining am Sonntagmorgen um 8 Uhr wäre deswegen nicht verschoben worden.



Markus und Reto, nochmals vielen Dank für die Organisation. Gunther und Gregor, vielen Dank für die Unterstützung und das Gelingen des Weekends.

Allen MitgliederInnen, vielen Dank für die Teilnahme.

Ariane Gutknecht



Nach dem Schwimmen beugten wir uns dem Wetter und stiegen unter der Leitung von Reto eine Runde aufs Spinningvelo. Danach stand das Specialtraining Bauch-Beine-Po mit René an, bevor es zum abschliessenden Lauf rund um Sumiswald ging.



Der Spiezathlon 2013 aus der Sicht eines Novizen

Da blieb kein Auge (und auch sonst nichts) trocken.

„Es lächelt der See, er ladet zum Bade“ – Nun ja, so schön hätte es sein können, aber das Wetter bei meinem ersten Teileinsatz bei einem Triathlon inspirierte eher zu apokalyptischen als zu idyllischen Gedanken. 10C°, strömender Regen und ein mausgrauer Thunersee mit einer Wassertemperatur von 13,5C° – so begrüßte uns der Wettergott vom Berner Oberland zum Spiezathlon 2013. Ein ganz tolles Erlebnis war's trotzdem. Aber fangen wir doch von vorne an.

Am „Bündelitag“ trafen sich eine Handvoll VC Allschwil Triathleten zu diesem Rennen über die olympische Distanz. Tina und Alexandra bestritten tapfer das Einzelrennen, während Pascal Léo Widmer unsere

Farben schon am Morgen beim Schülerrennen vertrat. Ich selbst war Teil einer Staffel zusammen mit Daniel Wälchi und Matthias Prétot. Eine zweite Staffel mit Gunti, Martin Rausch und seiner Freundin Anke fiel leider sprichwörtlich in Wasser. Sie unterstützten uns jedoch tatkräftig als Fotografen (Martin) und Anpeitscher (Gunti).

Und nun also zum Rennen aus meiner ganz eigenen und persönlichen Perspektive als Novize bei einem Triathlon – obwohl ich ja bloss schwamm. Nach meinem subjektiven Empfinden trat ich in recht guter Form an und brachte sogar meinen eigenen Fanclub, aka Familie, mit. (Böse Zungen behaupten meine Kids wollten ihren Vater bei diesem Drama einfach nicht untergehen sehen, sich aber doch ein bisschen über ihn amüsieren.) Aber dann kam



ALLES IM EIMER?



Wir helfen Ihnen Ihre Ideen zu visualisieren und umzusetzen.

POPDESIGN

Agentur für visuelle Kommunikation

Sichternstrasse 49
4410 Liestal
info@popdesign.ch
T. 061 422 05 44
www.popdesign.ch



schon die erste „Überraschung“ noch vor dem eigentlichen Wettkampf: aufgrund der nicht ganz tropischen Wassertemperaturen wurde die Schwimmstrecke auf 750m verkürzt. „Gut“ dachte ich mir, „750m sind ja fast wie ein Sprint, das kann ich“. Eine Fehleinschätzung, wie sich noch zeigen wird ☺.

Nachdem mir meine Kolleginnen und Kollegen geduldig erklärt hatten, wie man um die fetten Bojen zu schwimmen hat, stand ich also nervös und erwartungsvoll an der Spieziger Hafenpromenade und fragte mich, ob ich nun wirklich in dieses graue Eiswasser springen soll. „Nicht lange überlegen und rein“, war das Motto. So fand ich mich nach ein paar gesitteten Zügen zwecks „Einschwimmen“ an der Startleine zum Rennen. PÄNG (oder war's TUUT?) – ich legte los wie die Feuerwehr, hatte ich mir doch sagen lassen, dass Tria-Schwimmen am Anfang zu Vollkontakt-Karate ausarten kann. Ich fand schnell einen rasigen Rhythmus und bevor mein Hirn bei all dem Adrenalin und diesem Eiswasser einen vernünftigen

Gedanken fassen konnte, fand ich mich schon vor einem grossen, orangenen Punkt – 1. Boje. Und ja wirklich – plötzlich war da auch noch ein ganzer Schwarm anderer K(r)aulquappen. Also Piranha-mässig um diese Boje herumgeschwommen und dann das erste Mal freundlicher Hand-Kopf Kontakt mit einem Mitstreiter. „Macht nichts, einfach weiter volle Pulle!“. Und schon wieder: „the future is bright, the future is Orange“ – die 2. Boje. Aber jetzt: Hammermann und die endgültige Erkenntnis: „das Wasser ist wirklich sch***kalt!“. Leider gab's aber noch ein paar Meterchen (gefühlte Seemeilen!) zurück in den Hafen zu schwimmen. Auf diesem Rückweg machte ich eine nette Bekanntschaft mit einem sehr schönen Segelboot, da ich kurzfristig etwas die Orientierung verlor. „Macht nichts, Andi! Deine Kollegen warten auf Dich und wollen das Rennen gewinnen“, dachte ich mir. Also weiter in einem nicht mehr allzu eleganten Schwimmstil, hin zur Zielrampe und rauf. Aber dann noch dies: die längsten 200m Laufen meines Lebens. Der Kopf wollte eigentlich ge-



Pascal Léo (9. Rang bei den Kids und Clubmeister!), Tina (4. Rang und Clubmeisterin) und Alexandra (6. Rang). Unserer Staffel reichte es letztlich zum 2. Platz, weil unsere härtesten Konkurrenten einen Läufer à la Haile Gebreselassie aufbieten konnten, der sogar die sehr schnelle Laufzeit von Matthias zu toppen vermochte.

Nach dem Wettkampf fand dieser denkwürdige Tag einen wunderbaren Abschluss beim gemeinsamen Grillabend und anschließenden „Schlafen im Stroh“ auf dem Bauernhof. Als ich dann also so auf dem Stroh lag und die Geräusche im Masselager langsam mit den Geräuschen aus dem darunterliegenden Stall verschmolzen, kamen mir

radeaus, aber die Füße gingen irgendwie in alle Richtungen. Mit Ach und Krach schaffte ich's dann doch noch bis zu Dani, der Moto GP-mässig auf seinem Velo davonzog. Geschafft!!! – aber auch völlig geschafft VOM Rennen.

Zu den Resultaten: mein vollster Respekt gilt allen Athletinnen und Athleten, die bei diesen Bedingungen das ganze Rennen bestritten. Herzliche Gratulation insbesondere an





Erlebnis. Der Wettkampf war eindrücklich. Aber am schönsten war das freundschaftliche Zusammensein mit allen VC Allschwilern rund um diesen Anlass. Ich freue mich schon auf's nächste Mal!

Andi Langlotz

dann doch noch ein paar idyllische Gedanken. Obwohl es mir – gelinde gesagt – nicht super lief, war der Spiezathlon 2013 ein ganz tolles



Bergzeitfahren Gempen



Gänsehaut in Roth

Schon vor Beginn unserer noch jungen Triathlon Karriere war klar, dass wir einmal in Roth starten wollten.

Der vierte Langdistanz Start sollte in Roth sein. Wer aber in Roth starten will, muss sich sputen, die 3500 Einzel- und 800 Staffel-Startplätze sind nach einer Stunde ausverkauft. Es ist unglaublich, welche Anziehungskraft das Rennen hat, nicht nur für Triathleten sondern auch für Zuschauer.

Aber nun der Reihe nach. Geschwommen wird im Main-Donau Kanal. Einmal hoch, Wendeboje und zurück zur nächsten Boje und ab ins Wechselzelt. Der Schwimmstart in Gruppen von 400 Leuten, Claudia kurz nach den Pros und ich in Startgruppe 11.

Ich bin wohl im trüben Wasser ziemlich im Zickzackkurs geschwommen und erst nach 1:20 rausgekommen, Claudia nach 1:08. Schon am Schwimmstart hatte es tausende von Zuschauern inkl. Stau auf den Strassen, um halb sechs Uhr morgens.

Die Radstrecke geht über 2 Runden mit total 1200 Höhenmeter. Kurze,

heftige Anstiege und lange Abfahrten zum bolzen. Leider kam gegen Mittag recht viel Wind dazu. Was aber den Mythos Roth ausmacht, ist sicher auch die Stimmung an der Strecke.

In Hilpoltstein, am Solarer Berg, stehen die Zuschauer so dicht, dass die Strasse kaum zu sehen ist. Im



Qualität im Erlenhof

**In unseren Betrieben bieten wir
hohe Qualität und Effizienz**

★ **Gärtnerei**

★ **Schreinerei**

★ **Schlosserei & Metallbau**

★ **Küche (Catering)**

★ **Pferdestall & Landwirtschaft**

Erlenhof

Sozialpädagogisch geführte Angebote
für Neuorientierung, Entwicklung und
Ausbildung von Jugendlichen

4153 Reinach, T. 061 716 45 45
www.erlenhof-jugendheim.ch

letzen Moment geht eine kleine Gasse auf. Das ist wirklich ein unglaubliches Feeling dort hochzufahren. Aber auch in allen anderen Dörfern – eine riesen Volksfeststimmung mit begeistertem Publikum. Soviel Gänsehaut hatte ich noch bei keinem Rennen.

Claudia stellte ihr Velo nach 5:37, ich nach 5:31 in die Wechselzone. Die Laufstrecke führt am Main-Donau Kanal entlang, mit einigen Abstechern in umliegende Dörfer.

Auch an der Laufstrecke herrschte wieder eine super Stimmung und eine tolle Unterstützung, hier wird wirklich jeder angefeuert. Den Marathon beendete Claudia in 4:07 und ich in 4:28. In Roth war definitiv die beste Stimmung von allen Triathlons, an denen ich gestartet bin.

Die Sonne brannte vom Himmel und 220 000 Tausender Zuschauer säumten die Strecke. Eigentlich ist es schon fast Pflicht, einmal in Roth zu starten. Aber man muss sich beeilen, um einen Startplatz zu bekommen, 1200 Plätze wurden am Montag nach den Rennen schon verkauft.

Und ja, unser Family internes Ranking bleibt bestehen: Claudia war schneller. Wie schon immer....



Claudia Spychiger 10: 59: 29
Martin Spychiger 11: 25: 12

Martin

Agenda 2013

Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch

Allgemeine Termine

08. November	36. Generalversammlung
07. Dezember	Ängelimärt
08. Dezember	34. Klausenlauf (alle helfen mit!)
11. Dezember	Vorstandssitzung

Monats-Treffen - Triathlon - MTB - Velo

Am ersten Donnerstag des Monats treffen wir uns nach dem Schwimmtraining im Restaurant Zick-Zack (Allschwil), um dort gemeinsam einen Schlummertrunk einzunehmen.

Redaktionsschluss Sattelfest

Ausgabe Nr. 144 15. November 2013

Bitte gebt Eure Berichte, Fotos etc. nicht erst 2 Tage vor Redaktionsschluss an uns ab. Eure Beiträge sendet Ihr bitte an:

info@velocluballschwil.ch

oder via Brief an:

Fränzi Rombach
Baslerstr. 332
4123 Allschwil

Trainingskalender 2013

Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch

Schwimmtraining

Montag	19.45 - 21.00 Uhr	Andy Langlotz
Dienstag	12.00 - 13.00 Uhr	eine Bahn ist reserviert
Mittwoch	12.00 - 13.00 Uhr	eine Bahn ist reserviert
Donnerstag	20.00 - 21.00 Uhr	Gunther Frank
Samstag	11.00 - 13.00 Uhr	Andy Langlotz

Hallenbad
Neuallschwil

Rennvelo Ausfahrten

Samstag	13.00 Abfahrt	ca. 2.5 Std.
Sonntag	10.00 Abfahrt	ca. 2.5 Std.

Abfahrt Feuerwehr-
magazin Allschwil

Bike Ausfahrten

Sonntag	10.00 - 13.00
---------	---------------

Treffpunkt:
Neuweilerplatz

Genauere Daten siehe Seite 28



Versicherung ist Sache der Teilnehmer

Schwimmen, Freuen, Laufen.



timemachine TM01 Gelb in Paris. Weltrekord in Roth. Das TM01 hat eine Menge zu bieten. Eine wegweisende Aerodynamik und das System zur Perfektion Ihrer Sitzposition: Vmax=P2PxSubA. Infos und Händlerverzeichnis auf www.bmc-racing.com

BMC
swiss cycling technology

BMC wünscht den Mitgliedern des VCA eine tolle Velo & Triathlon Saison!
Testfahrt in der Region Basel? Schwarzbarth Velos – Allschwil; Cyclingemotion – Basel;
Veloemotion – Riehen; Radag - Liestal

Weltcup Wochenende in Meran

Velo

Letztes Wochenende fand der erste Paracycling-Weltcup der Saison in Meran statt. Es war das erste große Kräftemessen seit den Paralympics in London. Am Mittwoch fuhren wir nach Meran. Am Donnerstag ging es dann zur Streckenbesichtigung.

Das Zeitfahren fand auf einem winkligen Kurs durch die Obstplantagen von Meran statt. Der letzte Kilometer war ansteigend mit circa 8 % im Schnitt. Ich habe mich in den letzten Monaten schon intensiv auf den Weltcup vorbereitet und auch spezielles Zeitfahrtraining gemacht. Bei Sonnenschein

und 25°C ging ich als einer der letzten Fahrer meiner Klasse auf den Zeitfahrkurs. Im Ziel war ich Erster und diese Zeit konnte auch vom Amerikaner Joseph Berenyi dem Paralympicssieger in der 3000m Verfolgung nicht mehr geschlagen

werden. Dieser wurde Zweiter vor dem Russen Alexey Obydenov.

Es war mein erster Weltcup Sieg im Zeitfahren. Ich war selbst schon ein wenig überrascht über dieses Ergebnis, da ich im Zeitfahren bisher

noch nie einen Weltcup gewinnen konnte und erst einmal im Zeitfahren auf dem Podest stand. Doch die Strecke kam mir sehr gut entgegen und das Training der letzten Monate hat sich ausgezahlt.

Am nächsten Tag startete das Straßenrennen auf einem winkligen Kurs durch die Innenstadt

von Meran. Da ich im Zeitfahren schon den Sieg davontragen konnte, hielt ich mich beim Straßenrennen am Anfang ein wenig zurück. Auf dem winkligen Kurs musste sehr konzentriert gefahren werden, gab es doch auch einige Stürze. Einige



Fahrer versuchten immer wieder auszureißen, konnten aber wieder vom Feld gestellt werden. Auf dem letzten Kilometer konnte ich mich ganz gut positionieren und bog als Dritter auf die Zielgerade ein. Diesen Platz konnte ich im Sprint verteidigen. Gewonnen hat der belgische Weltmeister Kris Bosman vor dem italienischen Newcomer Fabio Anobile.

Durch meinen Sieg im Zeitfahren am Tag zuvor erhielt ich das Trikot des Weltcupführenden. Das ist auch das erste Mal, dass ich dieses Trikot tragen darf. Es war ein sehr erfolgreiches Wochenende in Südtirol und diese Woche geht es gleich weiter mit dem nächsten Weltcup in Segovia (Spanien).

Steffen

Biker unterwegs

Treffpunkt ist der **COOP** am **Neuweilerplatz** in Basel, die Fahrdauer beträgt ca. 3 Stunden.

Termin	Ausfahrt	Zeit
29. September	Ausfahrt	10.00 Uhr
13. Oktober	Ausfahrt	11.00 Uhr
27. Oktober	Ausfahrt	11.00 Uhr
10. November	Ausfahrt	11.00 Uhr
24. November	Ausfahrt	11.00 Uhr
08. Dezember	Ausfahrt	11.00 Uhr
22. Dezember	Ausfahrt	11.00 Uhr

Tourenteilnahme und -leitung siehe Doodle-Liste:
<http://www.doodle.com/hi9uwyhtkbignexk>

Weltcup Spanien

Zurück vom Weltcup in Meran hieß es kurz auspacken, Wäsche waschen und dann die Tasche wieder packen für das nächste große Paracycling Rennen. Das Weltcuprennen in Segovia.

Der Flieger nach Madrid hatte leider ein paar Stunden Verspätung, da die Fluglotsen in Frankreich streikten. Zum Glück sind wir schon am Mittwoch geflogen, da konnten wir die paar Stunden Verspätung ganz gut verkraften. Unsere Räder gingen per Transporter direkt von Italien nach Spanien und waren daher schon bereit, als wir im Hotel eintrafen. Das Zeitfahren war am Freitag, daher konnten wir uns am Donnerstag noch ein wenig die Beine freifahren und uns auf das Zeitfahren vorbereiten.

Das Zeitfahren wurde auf einem fast komplett flachen Kurs ausgetragen und es waren 22 km zu absolvieren. Als Weltcupführender startete ich als Letzter meiner Klasse. Ich konnte einen ganz guten Rhythmus finden und spulte die 22 km ziemlich gleichmäßig ab. Als ich durch das Ziel fuhr, hatte ich soweit ein gutes Gefühl, was die Zeit anbelangte. Ich war im Klassement Sechster mit nur



6 Sekunden Rückstand auf den dritten Rang. Zum einen war es schade, dass der Rückstand so knapp war, zum anderen war ich froh, bei einem flachen Zeitfahren so nah an der Spitze zu sein.

Am nächsten Tag hatten wir frei und nutzten die Zeit für eine lockere Kaffeetour nach Segovia. Dort machten wir, wie in den letzten Jahren auch, ein obligatorisches Foto vor dem Aquädukt.

Am Sonntag war das Straßenrennen. Den Kurs kannten wir schon vom letzten Jahr. Es sind erst 10 flache Kilometer, dann geht es 1 km bergab und einen weiteren flach und schnell dahin. Das Finale ist ein ca. 700 Meter langer Anstieg über Kopf-



steinpflaster. Das Rennen lief wie schon so oft. Es wurde oft im flachen attackiert, die Spanier wollten vor ihrem Heimpublikum ebenso wie die Italiener wegfahren. Das Feld reagierte aber fast immer und so konnte keine Gruppe wegfahren. Ich selbst fuhr auch ab und zu ein paar Fahrern nach, die sich absetzen

wollten. In der letzten Runde setzte sich dann ein kleine Gruppe ab, die sich ca. 15 Sekunden Vorsprung erarbeiten konnte. In der Abfahrt positionierte ich mich gut und ich fuhr als erster in die letzte Kurve und den Schlussanstieg, hier gab es nur noch eines: Vollgas und schon zur Hälfte des Anstiegs hatte ich die Ausreisser eingeholt. Als Erster überquerte ich die Ziellinie und konnte dadurch die Führung im Weltcup noch weiter ausbauen.

Die zwei Weltcups liefen richtig gut und somit habe ich auch die Qualifikation für die WM Ende August in Kanada so gut wie in der Tasche. Nach dem Rennen ging es direkt zum Flughafen und wieder heim.

Steffen

Kids Velo

Erste Saisonhälfte

Nach den Frühlingsferien hat unsere erste Kids-Velo-Stunde stattgefunden. Bei strömendem Regen standen 8 motivierte Kinder sowie Gregor und ich als Leiter beim Feuerwehrmagazin. Die Kinder mussten einen Geschicklichkeitsparcours bewältigen und bei nasser, abfallender Strasse punktgenau bremsen. Vor dem Start zur ersten, kleinen Runde gab es Anweisungen über das Fahrverhalten in der Gruppe.

Die ersten fünf Ausfahrten fanden im Regen statt. Die Kinder waren uns ein echtes Vorbild an Wetterfestigkeit. Als es mir selber zu nass



wurde, organisierte ich kurzerhand einen Veloflickkurs auf unserer überdachten Terrasse, samt YouTube-Anschauungsunterricht von Massenstürzen an Velorennen. Zum Schluss gab es einen Fussballmatch.



Danach waren wir aber gerüstet, um unsere Saison so richtig zu starten. Einige Kids rüsteten auch ihr Material auf und wer uns jetzt am Freitagabend beim Feuerwehrmagazin starten sieht, staunt. Zu staunen

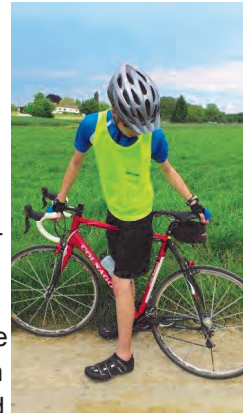


geben aber vor allem die Leistungen der Kinder, die Freude und der Stolz darüber, die Berge hochzufahren

und die schnellen Abfahrten sicher gemeistert zu haben.

Ein Highlight war dann die Fahrt zum Planetenweg und über Folgensbourg wieder nach Hause. Oben angekommen, fanden wir auch endlich die Sonne. Ich denke, jeder hat gemerkt, was er/sie für riesen Fortschritte auf dem Velo gemacht hat. Wir genossen die Landschaft und die (noch nicht ganz reifen) Kirschen auf den Bäumen.

Die älteren Kinder nahmen am Gempenrennen teil. Da dieses Rennen zur Clubmeisterschaft zählt, fuhren wir zusammen an den Start, was für die Kinder sicherlich sehr motivierend



war. Wir montierten die Startnummern und gaben noch einmal wichtige Tipps auf den Weg. Oben haben alle gestrahlt und ich glaube, es wurde ihnen bewusst, was das Schöne am Wettkampf ist.

Nach den Sommerferien können alle beim Rundstreckenrennen in Möhlin starten. Dort werden wir erfahren, was es heisst, im Feld zu fahren. Ich bin gespannt.

Die Kids Velotrainerin Marcia

DM Paracycling Elzach

Am 22./23. Juni fand in Elzach die deutsche Paracycling Meisterschaft statt. In Elzach bestritt ich vor vier Jahren mein erstes Paracycling-Rennen und starte daher immer gerne dort.

Am Samstag fand das Zeitfahren statt. Dort wurde im Faktor gefahren. D.h. alle



Soloräder fahren gegeneinander im Faktor, welcher von der UCI vorgegeben wird. Das Zeitfahren führt von Elzach hinauf Richtung Schonach und es sind auf 18km fast 600 hm zu überwinden. Beflügelt von den Erfolgen im Weltcup in den letzten Wochen gab ich alles und konnte im Zeitfahren deutscher Vizemeister werden. Gewonnen hat der mehrmalige Paralympics-Sieger im Zeitfahren Michael Teuber.

Am nächsten Tag stand dann das

Straßenrennen an. Der Kurs durch Elzach ist sehr winklig und daher sind zum einen gute Fahrtechnik gefordert und auch starke Antritte, um immer wieder zu beschleunigen. Vom Start weg versuchte ich das Tempo hoch zu halten und so bildete sich ziemlich schnell eine vierköpfige Spitzengruppe. Diese bestand aus meinen Nationalmannschaftskollegen Michael Teuber, Pierre Senska und Tobias Graf. Wir waren uns einig und konnten uns gemeinsam vom Rest des Feldes konstant absetzen. Wir arbeiteten sehr gut zusammen. Da wir oft bei Rennen und Trainingslagern gemeinsam unterwegs sind, kennen wir uns gegenseitig sehr gut und da wir ein gemeinsames Ziel hatten, die anderen zu distanzieren, hat das sehr gut geklappt. In der vorletzten Runde dann attackierte der Berliner Senska und ich konnte folgen. Zusammen



konnten wir ein paar Sekunden Vorsprung vor den anderen herausfahren. Im Sprint konnte ich dann Pierre schlagen. Nachdem ich schon zweimal deutscher Vizemeister im Straßenrennen war, konnte ich nun das Trikot erringen.

Das Rennen in Elzach war super organisiert und ich wurde von Freunden und der Familie aus Tübingen angefeuert.

Bald werde ich eine Rennpause einlegen, bevor die intensive Vorbereitung auf den Weltcup in Kanada beginnt, bei dem ich versuchen werde, das Weltcuptrikot zu verteidigen. Ebenso findet im kanadischen Baie-Comeau der Saisonhöhepunkt, die Straßen-WM, statt.

Steffen

Manche mögen's heiss

Die Schwarzwaldtour rund um den Kandel heizt bei 41°C gut ein

Als ehemaliger Schwarzwälder ist es für mich immer eine besondere Freude, die Genussfraktion unter den Allschwiler Velofahrern durch die nördlicheren Regionen dieser herrlichen Landschaft zu führen. Am vergangenen Samstag (27. Juli) haben wir diese Kandelrunde nun schon zum 3. Mal gedreht, was sie laut Velo-Obmann Greg schon mindestens zu einer Tradition erhebt. Er weiß, wovon er redet.

Am Samstag wird's heiss! - weshalb wir schon eine Stunde früher als geplant aufbrechen. Um 6 Uhr aufstehen, gerade am Samstag, ist nicht jedermanns Sache. Aber um viertel vor 8 fahren 9 gutgelaunte VCAler (Daniel, Dominic, Eric, Gio-

vanni, Gregor, Jonas, Markus, Stefano und ich) im Zug nach Freiburg. Die Räder gut versorgt und unsere Mitreisenden angenehm kooperativ. (Das habe ich auch schon anders erlebt). Tiefenentspannt in Freiburg eingetroffen, deponieren wir zuerst unser Gepäck in meiner alten Arbeitsstätte (Merci an den Ex-Chef). Daniel muss noch seinen Höhenmeter tunen, dann kann's losgehen.

Es ist kurz nach 9 – Freiburg schläft noch und bei angenehmen 28 Grad pilgern wir gen Norden, wo wir bald im Osten den Kandel (1241m) erblicken. Manch einer mag schon an Tony Martin denken, der dort dereinst in 32 Minuten oder so hochkurbelte.

Ich beschäftige mich eher mit der Frage, warum ich eigentlich die ganze Zeit vorne fahre. Wer nicht nur aufs Hinterrad des Vordermanns schaut sieht auch Hochburg und Kloster Tennenbronn (Giovanni!).

oder anderen Baum, oder man fährt links, da hat's noch Schatten. 33°C, 13%. Durch den Wald, noch die Traverse und am Bauernhof haben wir's fast geschafft. Km 40.



Zum 1. Mal freie Fahrt hoch auf den Allmendsberg dann auf einer Hochebene durchs Freiamt, runter ins Keppenbachtal und hinter dem Follerenhof die zweite links und hoch zur ersten knackigen Bergwertung ...

Moment – Dominic hat Durst. Erst gerade 30km in den Beinen, aber gut es sind 30 Grad und man weiß ja nie, was noch passiert. Also füllen alle ihre Flaschen beim freundlichen Landwirt und los geht's. Vorne ziehen die Gracks von dannen – Markus, Dominic und ich machen ein Gruppetto auf. Es ist heiss – es ist steil. Es bräuchte noch den einen

Oben kein Mensch zu sehen. Sie kauern wie Diebe hinterm Wäldchen. Jetzt grüßt auch der Kandel wieder, diesmal von Süden. Wir füllen noch mal die Flaschen mit Schwarzwälder Quellwasser und stürzen uns in steiler Abfahrt in Richtung Elztal. Km 50.

Jetzt gilt's: Wer hat die besten Beine? Ich erklär's noch mal: 11 km 900 hm – stand ja auch im E-Mail. Hopp – auf geht's. Ich sehe Eric noch eine Weile vor mir und auch noch Stefano; dann bin ich mit dem Berg allein. Nicht hetzen – ist doch schön hier. Es ist zwar heiss, aber der Anstieg ist komplett im Wald und

die Bidons noch gut gefüllt. Bin wohl zu schnell angegangen und freue mich jetzt über mein Dreifach vorne.

KH = Bad Kreuznach, WI = Wiesbaden, Sch.-Töffs.

Da klingelt das Telefon: Markus ist die Nummer doch zu heiss geworden und fährt die Abkürzung durchs Tal nach Oberried. Oben am Kandel drängen sich die VCAler im schmalen Schatten eines Gasthofs und warten auf die Nachzügler.

Dann geht's zu unserem alten Bekannten, dem Berliner, in den Berg-

recht weich an. Wer erinnert sich noch an Joseba Beloki? Ich nehme also raus und werde sogar vom Wälchli überholt. Kurz vor St. Peter finden wir uns wieder zusammen und es geht noch mal 400m nach oben zum Thurner.

Wir haben abgesprochen, dass wir zusammen bleiben. Bei Sonne und Seitenwind (von rechts) ist das leichter gesagt als getan, denn der eine oder andere ist schon etwas mürbe. Daniel geht nach vorne und ich ahne schon böses. Doch mit gutem Cappucino-Tempo geht's voran und jeder schiebt sich links neben



gasthof, um Kohlenhydrat- und Wasserspeicher aufzufüllen. Die Abfahrt in Richtung St. Peter ist schön zu fahren. Der Asphalt knirscht merkwürdig und fühlt sich

das nächste Hinterrad. Stefano macht eine Dreier-Reihe auf – ok dann muss ich halt rechts fahren. Unter Daniels Führung (merci) kom-

men wir gemeinsam am Thurner an.

Jetzt sind wir aus dem größten raus. Es hat noch den einen oder anderen Stich, wir nehmen noch mal Wasser auf, dann geht's hinab nach Hinterzarten und wieder rauf zum Rincken (1200m). Irgendwie kriegen wir diesen Berg auch noch klein. In

kühle Nass! Ich bleibe hart, weil mir Schnitzel und Weizen wichtiger sind. Auf direktem Weg ins Portofino und wir haben's geschafft. Ein Paar Kugeln Eis als erste Belohnung. „Ciao Daniel!“ Der Rest geht Duschen und zum regenerieren ins Vorderhaus.

Wir hatten es dann noch recht lustig



steiler Abfahrt hinunter ins Zastlertal finden wir am Mederlehof unseren verlorenen Sohn Markus und fahren die letzten 20km „gruppo completo“ nach Freiburg.

Wir fühlen uns wie getrocknete Datteln, während die Dreisam rechts mit kühlem Versprechen lockt. Anhalten oder nicht? Einmal die Füße ins

und das Programm dann noch im Zug und im ZicZac fortgesetzt. Danke an alle, die mitgemacht haben. Im nächsten Frühling könnten wir mal eine Kaiserstuhl/Streitberg Runde machen – mit anschließendem Forellenessen.

Henry

1. August Bike- und Wander-Weekend

Anreise:

Wir sind um 16:37 pünktlich vom Bahnhof SBB in Richtung Klosters losgefahren. Wie immer vor einem längeren Wochenende oder wie in unserem Fall vor dem Nationalfeiertag, der auf einen Freitag fiel, sind die Züge übervoll. Dazu kommen das Reisegepäck, Kinderwagen und natürlich die Bikes. Die SBB ist nicht wirklich für einen solchen Ansturm gerüstet. Nichts desto trotz konnten wir alles rein moschten. In Zürich dann Chaos pur: Velos raus, umsordern, neue Velos rein. Das ganze brauchte eine ordnende Hand. Also versperrte ich den Stürmische kurzerhand den Weg. Trotz dieses Intermezzos konnten wir die Reise fortsetzen. immer noch bei strahlendem Sonnenschein trafen wir in Klosters ein. Als erstes wurden wir mit verschiedenen Coupons und Vouchers eindeckt. Dies sollte sich später noch als schwieriges Unterfangen herausstellen. Dann Zimmerbezug und z'Nachtesen. Unser Quartier, die Sportlodge, erwies sich als gut gewählt – schön sauber und wohl organisiert, mit einem reichlichen Z'Morge Buffet.

Tag 1

Ich stellte mich, schon als wir die Coupons erhielten, auf das „Rauf-

shuttlen“ ein, doch dann ging es wieder erwarten zuerst runter. Mir sollte es recht sein. Doch dieser „Traum“ währte nicht lange und es ging richtig zur Sache in Richtung Gotschna Boden. Dann folgte, nachdem die anvisierte Baiz geschlossen hatte, eine Schieb- und Trag-Passage und zu guter Letzt noch ein schöner Singletrail. Zurück in Klosters genehmigten wir uns ein Bierli, ein Monstein, und – wie es sich herausstellte – eines mit abgelaufenem Datum. Natürlich nahmen wir auch einen Happen zu uns. Speziell zu erwähnen war Andrés Heusuppe, passend zu seiner Ernährungsweise als Vegetarier. Allerdings wollte er das Heu dann doch nicht essen. Die Beilage war etwas sehr spartanisch, aber unsere Suppe, die wir genüsslich auslöfelten, eine Klasse für sich! Übrigens verscherzte sich's der Baizer zwischendurch mit uns, überhörte er doch unsere Hinweise auf das abgelaufene Bier geflissentlich. Die Überraschung kam dann zum Schluss beim Zahlen. Bier zum halben Preis! Später gesellten sich noch Gianni und Michèle, die gerade in Bergün in den Ferien weilten, zu uns. „Ändlig mit glatte Sieche zämme sii“. Abends fand in einem grossen Zelt die 1. August Feier

statt mit Schwyzer Örgeli und österreichischem Hudigäggeler. Dies goutierten einige Einheimische gar nicht. Trotzdem war alles auf den Beinen was kreuchte und fleuchte.

Tag 2

Ähnlicher Beginn, rauf und runter, diesmal aber Richtung Rinerhorn. Dort trennten sich die Wege. Die ganz Harten fuhren auf der Strasse den Berg hoch und wir Weicheier liessen uns mit der Gondelbahn hochtragen. Oben durften wir dann längere Zeit auf die Hochstrampler warten. Nach dem Z'Mittag fuhren wir auf einem schönen Trail Rich-

es folgte noch ein schöner Singertail zurück Richtung Klosters.

Tag 3

Nach intensivem Karten-Studium – geplant war ursprünglich eine beinharte Tour – entschieden wir uns für einen Softtrail, unverständlicherweise, da zusätzliche Cracks angekommen waren. Robi und Sulzi schlossen sich uns an. Inzwischen waren wir schon heimisch geworden: wiederum fuhren wir Richtung Rinerhorn. Jetzt liessen sich aber etliche mit dem Gondeli hoch bringen. Beim anschliessenden Trail trafen wir auf sehr viele Wanderer, die den Flow



tion Monstein, LAST BEERSTOP BEFORE HEAVEN! Anschliessend ging's flugs runter nach Davos Glaris zum Davoser See, wo ein paar ganz verwegen im See entschwandten. Sogar ohne Badehose und nicht mehr erkenntlich ob Männli oder Wyybli. Anschliessend fuhren wir zum Wolfgang „Pass“ hoch und

aber nur unwesentlich störten. In Sertig Dorf fand eine Hochzeitsfeier statt mit einer schönen, alten 6-Spänner-Kutsche und wir wollten uns kurzerhand beim Apéro anschliessen, mischten uns dann aber doch unter die anderen Restaurantgäste. Gut gestärkt traversierten wir dann den Bergkamm entlang, das

war super! In Davos gingen wir wieder im See, Koscher-Corner, baden. Anschliessend durften wir noch einmal den vorher erwähnten Singletrail Richtung Klosters geniessen.

Tag 4 und Heimreise

Wie an den letzten Tagen gab es wiederum eine Wandergruppe, die sich heute aus Roger, Diana, Ines, Jenny mit Jamie im Buschwagen und mir zusammensetzte. Die Bikers, gekennzeichnet von drei harten (na ja...) Touren, hatten sich als Ziel die Alp Novai via Zwärewägli vorgenommen. Das traf sich gut, zur Alp Novai kommt man auch mit dem Poschi und zu Fuss. Also nahmen wir den Weg unter die Füsse und merkten schon bald, dass es so weit gar nicht war, dass wir also locker die ganze Strecke wandern konnten. Irgendwann verpassten wir allerdings einen Abzweiger und die breite Piste verwandelte sich langsam in einen nicht ganz Buschwagentauglichen Singletrail. Jamie wurde ordentlich durchgeschüttelt, aber das störte sie nicht in ihrem gesunde,

tüfte Schlaaf. Auf der Alp Novai angekommen, sassen die Biker schon am Tisch bei Bier und Grillwurst. Uns verblieb eine knappe halbe Stunde für die Stärkung (der Quarkkuchen war eine Offenbarung), dann mussten wir wieder aufbrechen, um das Postauto zu erwischen. Unterwegs bekam nun Jamie Hunger, die bis zu diesem Zeitpunkt ganz friedlich war. Mit der Friedlichkeit war es jetzt erst mal vorbei, so dass wir eine „Schöppele-Buschwagen-Schotse-Team-Aktion“ starteten. Zurück in Koster – das Postauto hatten wir locker erreicht – waren nur noch François und Patrik da. Von Hans Heiri und Andy hatten wir uns am Morgen schon verabschiedet und die restlichen Bikers hatten sich spontan entschieden, den früheren Zug zurück zu nehmen. So fuhren wir gestaffelt nach Basel, angesichts der prekären Platzsituation (siehe Hinfahrt), vielleicht nicht die dümmste Sache.

Rolf (Tag 1-3) und Käthi (Tag 4)



Jung und Alt beim Rundstrecken Rennen Möhlin

Wow! Zehn Allschwiler starteten am 17. August beim Rundstreckenrennen in Möhlin! Neben den "Piccolos" und zwei Startern bei den U15 bzw. U13 versuchten sich auch die "alten Hasen" an der welligen Strecke im "Chilli". Bei sommerlichen Temperaturen kahmen alle gesund und der Nachwuchs sogar mit einem Lächeln ins Ziel.

Stefan und Fabrizio konnten das sehr hohe Anfangstempo des U15/ U13 Feldes nicht mitgehen, hielten sich aber beide tapfer über die 27 Kilometer und kamen mit nur wenig Rückstand hinter der starken Spitzengruppe ins Ziel. Stefan setzte auf den letzten Metern sogar noch zum Sprint an und unterlag seinem Konkurrenten nur knapp.

Auch die Jüngsten aus dem VCA Kids-Training hatten von den Rennenerfahrungen und Tipps Marcias profitieren können und setzten bei ihrem 2,4 Kilometerrennen das Gelernte in die Praxis um. Kaum hatte das hochmotivierte Fahrefeld die letzte Kurve verlassen, wirbelten auch schon viele Piccolo-Beine, angefeuert von den Eltern, in einem erstaunlich hohen Tempo der Ziellinie entgegen. Xavier, Nick, Tim und Fabio hatten dabei sichtlich Freude

und meisterten ihren Einstieg ins Renngeschäft mit Bravour.

Steffen und ich "durften" uns bei den Elite-/Amateurfahrern einreihen. Für Steffen war es der letzte Formtest vor Weltcup und WM. Für mich war es sehr schwer, nach einer Sommerpause das hohe Tempo der Elite mitzugehen. Trotzdem wurde ich zweitschnellster A-Gentleman, woberüber ich mich sehr freute.

John, unsere "Neuverpflichtung" aus den USA, sprintete im Schlusspurt bei den Gentleman B auf einen fantastischen 3. Platz, während sich Marcia im selben Rennen im Hauptfeld halten konnte, was sie wohl selbst am meisten überraschte.

Dank des schönen Wetters und vielen Fans im Zielbereich war dieses gut organisierte Rennen ein tolles Erlebnis, bei dem nicht nur der Nachwuchs viel gelernt haben dürfte. Glückwunsch an alle Teilnehmer und ein grosses Dankeschön an Marcia für die Organisation der Teilnahme!

Greg



Ranglisten

Velo

CM Gempen Berg-Zeitfahren

5.2 km / 310 Hm

08.06.2013

Rang	Name	Zeit	Punkte
1.	Gregor Lang	13.39	100
2.	Daniel Wälchli	13.56	90
3.	Jonas Baumgartner	15.24	80
4.	Eric Zechner	15.47	70
5.	Markus Schüpbach	15.57	65
6.	Stefan Durante	16.02	60
7.	Marcia Eicher	16.10	55
8.	Patrick Schaub	16.31	50
9.	Dominic Hofmann	16.33	45
10.	Gianni Bedon	16.41	40
11.	Gianni Olivieri	17.03	37
12.	Patrik Roth	19.01	34
13.	Ian Billingham	19.08	31

CM Gippingen Strassenrennen

81.5 km / 1200 Hm

09.06.2013

Rang	Name	Zeit	Runden	Punkte
1.	Gregor Lang	2:02.57,7	7	100
2.	Daniel Wälchli	2:10.31,4	7	90
3.	Patrick Schaub	2:18.09,2	7	80
4.	Eric Zechner	2:03.30,1	6	70
5.	Markus Schüpbach	1:02.41,7	2	65
6.	Stefan Durante	1:03.09.8	2	60
	Jonas Baumgartner	DNF		

BHFM Einzelzeitfahren Laufen-Delémont-Laufen

28 km / 84 Hm

16.06.2013

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Daniel Wälchli	38.49,76	M50
8.	Eric Zechner	42.04,32	M40

Ranglisten

Velo

CM Einzel-Zeitfahren Folgensbourg

10.4 km

25.06.2013

Rang	Name	Zeit	Punkte
1.	Daniel Wälchli	14.25,54	100
2.	Steffen Warias	14.59,61	90
3.	Randy Koch	15.12,54	80
4.	Erich Zechner	15.15,33	70
5.	Markus Schüpbach	15.42,67	65
6.	Patrick Schaub	15.42,70	60
7.	Dominic Hofmann	15.51,70	55
8.	Jacques Butz	16.19,11	50
9.	Steven Aherne	16.45,08	45
10.	Jan Beck	16.45,92	40
11.	Ian Billingham	16.59,48	37
12.	Peter Harke	18.09,08	34
13.	Fabrizio Gamboni	19.05,45	31

Jolidon Classique

116 km / 1860 Hm

07.07.2013

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Daniel Wälchli	3:34.37,20	M50
9.	Jonas Baumgartner	3:41.39,72	M30
13.	Randy Koch	3:50.22,62	M30
13.	Markus Schüpbach	4:02.27,10	M50

BHFM Bergrennen Dornach Hochwald

3 km / 300 Hm

22.07.2013

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Gregor Lang	12.25,90	M30
1.	Daniel Wälchli	13.08,60	M50
3.	Martin Rausch	14.34,52	M40
4.	Markus Schüpbach	14.07.06	M50
8.	Ian Billingham	18.23.54	M50

Ranglisten

Velo

Gran Fondo San Gottardo

28.07.2013

Rang	Name	Zeit
100.	Patrick Stöckli	3:43.29

Züri Metzgete

106 km / 1080 Hm

13.08.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
9.	Daniel Wälchli	2:46.06,5	Sen3 / 1.
27.	Jonas Baumgartner	2:47.08.5	Hauptkl. / 12.
57.	Markus Schüpbach	2:52.48,9	Sen2 / 13.
85.	Francesco Pieri	2:56.56,2	Sen1 / 31.

CM Blochmont

5.3 km / 200 Hm

15.08.2013

Rang	Name	Zeit	Punkte
1.	Steffen Varias	10.43,0	100
	Alain Maier	10.43,1	ausser K.
	Philipp Grosheny	10.43,2	ausser K.
2.	Jonas Baumgartner	10.43,3	90
3.	Randy Koch	10.43,4	80
4.	Daniel Wälchli	10.43,5	70
5.	Patrick Schaub	10.52,0	65
6.	Markus Schüpbach	10.52,1	60
7.	Eric Zechner	11.16,0	55
8.	Marcia Eicher	11.37,0	50
9.	Gianni Bedon	11.37,1	45
10.	Dominic Hofmann	11.45,0	40
11.	Stefan Durante	11.57,0	37
12.	Francesco Pieri	12.02,0	34
13.	Patrick Pensa	12.18,0	31
14.	Giovanni Olivieri	12.25,0	28
15.	Simon Bonetti	12.33,0	25
16.	Knut Sonne	14.33,0	23
17.	Peter Harke	15.26,0	31
18.	Ian Billingham	gefahren	19

Ranglisten

Bike / Laufen

Black Forest Ultra Bike Marathon

88.6 km / 2300 Hm

23.06.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
102.	Peter Sulzer	4:30.41,9	Sen1 / 38.

Black Forest Ultra Bike Marathon

51.6 km / 1180 Hm

23.06.2013

Rang	Name	Zeit	AK
172.	Patrik Roth	2:47.48,8	Sen2 / 40.

Dreiländerlauf

21,1 Km

26.05.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
10.	Matthias Prétot	1:16.45	M40 / 3.

Laguna Phuket International Marathon

41.2 Km / 240 hm

09.06.2013

Rang	Name	Zeit
10.	Sven P. Schär	3:15.24

Grenchenberglauf

12 km / 800 hm

16.06.2013

Rang	Name	Zeit
18.	Urs Lüthi	1:12

10 Meilen Laufen

16 km

15.06.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
8.	Matthias Prétot	1:01,07	M40 / 1.

Ranglisten

Laufen

Swiss Jura - Nature Trail

50km / 2000 hm

29.06.2013

Rang	Name	Zeit
1.	Ariane Gutknecht	5:37.10
2.	René Mayer	5:37.12

Swiss Jura - Nature Trail

50km / 2300 hm

30.06.2013

Rang	Name	Zeit
1.	Fränzi Rombach	6:24.10
2.	Ariane Gutknecht	6:29.43
6.	René Mayer	6:29.42
11.	Reto Baltermia	7:05.33

Swiss Jura - Nature Trail

50+50 km / 4300 hm

29. und 30.06.2013

Rang	Name	Zeit
1.	Ariane Gutknecht	12:06.53
1.	René Mayer	12:06.54

Swiss Alpin Marathon

C42

27.07.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
3.	Sven P. Schär	3:27.24	M35 / 1.

Swiss Alpin Marathon

K30

27.07.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
7.	Peter Sulzer	2:03.38	M35 / 2.

Ranglisten

Laufen / Triathlon

Mountainman

80 km / 5000 Hm

17.08.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
17.	Fränzi Rombach	13:46.44,9	F40 / 6.

Spiezathlon

1.5 - 40 - 10

29.06.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
9.	Tina In-Albon	2:13.44,9	W35 / 4.
10.	Alexandra Mungenast	2:14.20,9	W20 / 6.

Spiezathlon - Team

1.5 - 40 - 10

29.06.2013

Rang	Name	Zeit
2.	Andi Langlotz, Daniel Wälchli, Matthias Prétôt	1:49.34,3

Gigathon

2-Day Single

08. - 09.07.2013

Rang	Name	Zeit
14.	Urs Lüthi	22:04.12

Challenge Roth

3.8 - 180 - 42

14.07.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
71.	Claudia Spychiger	10:59.29	W40 / 14.
1337.	Martin Spychiger	11:25.12	M45 / 261.

Ironman Zürich

3.8 - 180 - 42

28.07.2013

Rang	Name	Zeit	AK
62.	Urs Lüthi	11:05,20	M50

Inferno Triathlon

3.1 - 97 - 30 - 25 / 5500 Hm

17.08.2013

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
27.	Marco Eglin	10:22.27,0	AK 1 / 10.
113.	Urs Lüthi	12:04.21,5	AK 1 / 61.

EBM

Sport ist Energie



D.O.C.

Das Velo aus Basel

Bike Jucker
Morgartenring 107
4054 Basel
Telefon 061 301 33 00

info@juckerbike.ch
www.juckerbike.ch