

seit 1977

Sattelfest

4/2011/Dezember

Nr. 136



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



**Kunden-
maurer**

**Über 40 Jahre fachgerechte
Maurerarbeiten**

Passivmitglied

Reparaturen,
Umbauten
aller Art

Richard Fux, Baugeschäft AG
Baslerstrasse 18, 4123 Allschwil
Telefon 061 481 38 95 Natel 079 644 54 47

macquat & co allschwil

Binnerstrasse 179
Telefon 301 34 78



Edelsteine und
Schmuck
aus eigener
Werkstatt

Inhaltsverzeichnis

Der Vorstand im 2012	5
Vorwort	7
GV 2011	8
Ein- und Austritte	9
Beitrittserklärung	9
Jahresbericht GV 2011 Präsidentin	11
Jahresbericht GV 2011 Velo	15
Jahresbericht GV 2011 Triathlon	21
Agenda 2012	24
Trainingskalender 2012	25
VCA Bekleidung	27
Schneebummel	29
Biker unterwegs	31
Trainingsweekend Triathlon. Sumiswald	33
Transalpine Run. September 2011	34
Rothaus Riderman	36
Paracycling WM. Roskilde	37
Grundlagen und Bahntrainingslager. Montichiari (Italien)	38
Rangliste Clubmeisterschaft Velo	40
Ranglisten. Velo	41
Ranglisten. Velo und Triathlon	44
Ranglisten. Triathlon und Laufen	45



www.fotodesign-indlekofer.ch

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

Der Vorstand im 2012

Funktion	Name	Adresse	Telefon / E-Mail
Präsi- dentin	Ariane Gutknecht	Langenhagweg 29 4123 Allschwil	061 302 56 41 mayer.gutknecht@vtxmail.ch
Vize- Präsident	Matthias Prétôt	Blumenweg 23 4123 Allschwil	061 481 19 41 maettthe@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	079 345 76 71 gregor.lang@gmx.ch
Obmann MTB	Rolf Moll	Im Rosenrain 4 4123 Allschwil	061 481 93 00 bike@velocluballschwil.ch
Obleute Triathlon	Déborah Prisi	Solothurnerstr. 77 4053 Basel	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



Ihr Partner für
Höchstleistungen.



Die Basellandschaftliche Kantonalbank – Ihr persönlicher Fitness-Trainer für einen
gesunden Vermögensaufbau.

www.blkb.ch



Heizung Lüftung Sanitär

H. Rudin

Im langen Loh 28, 4123 Allschwil
Telefon 061-302 98 64

Das Spezialunternehmen für den Einbau und die Sanierung von:
Zentralheizungen in bewohnten Liegenschaften; Gas- und
Fernheizung, MULTIBETON-Fussbodenheizungen, Öltanks,
Sonnenheisanlagen, Energieberatung.

Vorwort

Liebe Mitglieder, Freunde und Inserenten

Ein ereignisreiches Vereinsjahr geht dem Ende entgegen. Wir durften die neuen Vereinskleider in Empfang nehmen und diese ausfahren und auslaufen. Ich hoffe, ihr habt nochmals rege Gebrauch gemacht von der Möglichkeit zum Nachbestellen von Kleidern bis zur GV. Ich bin überzeugt, dass die neuen Kleider sehr gut angekommen sind bei den Mitgliedern und wir sicher schon einige bewundernde Blicke bekommen haben.

Im Vorstand mussten die Posten des/der Veloobmanns/frau, Bikeob-



manns/frau, Triathlonobmanns/frau neu besetzt werden. Diese Aufgabe raubte mir dann auch die eine oder andere Stunde Schlaf. Ich war kurz davor, den ganzen "Bettel" hinzuschmeissen, denn wie hätte der Veloclub weiter bestehen können mit einer Präsidentin, einem Vizepräsidenten, einer Aktuarin und einem Kassier? Gar nicht. So war ich dann wirklich erleichtert, dass es Mitglieder gibt, die sich für den Verein engagieren wollen.

Nun bleibt mir nur noch, Euch allen eine schöne Weihnachtszeit zu wünschen, alles Gute im 2012 und viel Freude beim Sport und in unserem Verein. Und immer daran denken: Auch nächstes Jahr darf man wieder Berichte schreiben, Fotos schicken und sich engagieren für einen lebendigen VeloClubAllschwil.

Ariane Gutknecht
Präsidentin

GV 2011



Die GV des Veloclubs ist am 11.11.2011 abgehalten worden. Rund 50 Mitglieder sind dem Aufruf gefolgt und konnten den Jahresberichten, Kassenberichten, Wahlen und Geschäften des Vereins beiwohnen.

Zu Beginn gab es eine Schweigeminute für unser kürzlich verstorbenes Mitglied Roger Herzig. Danach folgte der offizielle Teil unter anderem auch mit den Wahlen in den Vorstand und am Schluss waren alle zum Essen und gemütlich Beisammensein eingeladen.

An dieser Stelle begrüßen wir unsere neuen Obmänner/Frauen:

Velo: Gregor Lang



Mountain Bike:
Rolf Moll



Triathlon: Déborah Prisi, Markus Schelbert (zusammen mit dem bestehenden Obmann Reto Baltermia)





Sportartikel
tripower

www.tripower.de

ZOGGS Ihr Triathlon-Partner



ZXU
HUMAN PERFORMANCE. MULTIPLIED.



Mizuno
SERIOUS PERFORMANCE



blueseventy



KUOTA
BICYCLE COMPOSITE TECHNOLOGY



**Ständig Sonderangebote
im Programm!**

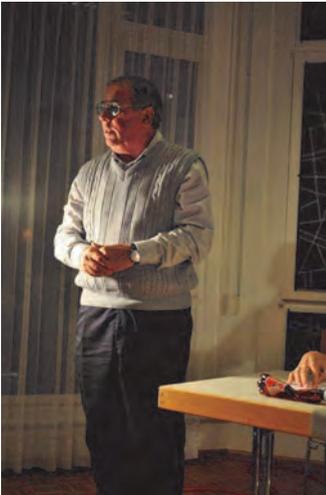


Sportartikel Tripower
Basler Str 7
79639 Grenzach-Wyhlen

Tel. +49(0)7624/98 24 22
Fax +49(0)7624/98 05 72
info@tripower.de

Jahresbericht GV 2011 Präsidentin

Ich weiss nicht recht, wo ich anfangen soll. Es ist so viel passiert im letzten Vereinsjahr auf Sport- oder Vereinsebene. Ich muss ehrlich sein, wenn wieder ein ruhigeres Jahr folgt, dann habe ich nichts dagegen.



Wie immer folgte auf die GV der Ängelimärt und der Klausenlauf. Dabei

war wiederum der Ängelimärt am Samstag vor dem Klausenlauf ein voller Erfolg. An dieser Stelle schon mal ein herzliches Dankeschön an

die unermüdlichen Engel, die den Crêpes-Stand betreiben. Solltet ihr nicht selber schon als Helfer involviert sein, dann kommt doch vorbei, am besten in Begleitung und profitiert vom leckeren Angebot der Engel am Stand rund um Marcia und Rosmarie. Fränzi und Murielle sind wieder am Klausenlauf engagiert bei der Streckensicherung. Die Helfersuche haben sie an René, Hansheiri und mich delegiert, was, glaube ich, eine gute Idee war, denn so konnten wir zu Dritt mehr Leute erreichen und sie motivieren zu helfen. Der Erlös des Helfereinsatzes kommt z. B. der Subventionierung der neuen Trikots, dem vom VCA gesponserten Essen an der GV, oder dem Trainingsbetrieb zugute.

Als nächster Vereinsanlass stand der Schneebummel an. Rosmarie und Peter führten eine illustre Grup-



Gartenunterhalt
Grabpflege

Umänderungen
Neuanlagen

FLÜCKIGER T GARTENBAU

Inhaber P.+D. Schlachter
Neuweilerstrasse 28
info@flueckigergarten.ch

4123 Allschwil
Tel. 061 481 15 82
Fax 061 481 15 75

*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

verena's restaurant (Mütschli)

Sanitäre - Anlagen
Neu- und Umbauten
Reparaturen
Boilerservice

M. Christen

Sanitär

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

ANDY'S SPORTLADE

MO geschlossen
DI-FR 9:00-12:30 h und 13:30-18:30 h
SA 9:00-15:00 h

Orthopädische Beratung
(Fussanalyse)
Joggingkurse
Tennisstunden
Massage

Andy Werdenberg
Dorfplatz - CH-4123 Allschwil/BL
Tel. +41 (0)61 481 26 50
andywerdy@gmx.net
www.andyssportladen.ch

pe von Reinach in die Aescher Klus. Sie leisteten eine grosse Vorbereitung mit Voessen und Peter mit Abfahren der Strecke per Bike. Somit war die Strecke auch richtig vermessen und die Marschzeit konnte berechnet werden. Vielen Dank an dieser Stelle schon mal für eure Arbeit und ich bin gespannt, wo es nächstes Jahr wieder hingeht.

Dann war es auch schon vorbei mit Vereinsanlässen. Die Mitglieder schwärmten aus in Trainingslager, bereiteten sich für die Saison vor und rüsteten vielleicht auch materialtechnisch auf.



Die Geschichte mit den neuen Vereinstrikots fand dann Mitte Jahr auch einen Abschluss. Bei der Präsentation im Frühjahr fanden sich viele Mitglieder ein, um ihre neuen Kleider zu bestellen. Nachdem die Lieferung erfolgt war und die Ersten von uns die Kleider auf Ausfahrten oder beim Joggen trugen, stieg die Nachfrage an und wir entschieden uns, nochmals eine Bestellung auszulösen. Wir beschlossen, den Mitgliedern nochmals Zeit bis zum heutigen Datum zu geben, um eine weitere Bestellung zu tätigen. Es

war ein langer Prozess bis zu den jetzigen Kleidern, aber auch ein erfolgreicher. Leider haben wir mit den neuen Vereinskleidern nicht nur Freude ausgelöst, sondern auch den Rücktritt unseres Bikeobmanns zur Kenntnis nehmen müssen.

Neben dem Veloobmann und dem Triathlonobmann war nun also auch noch die Stelle des Bikeobmanns neu zu besetzen. Ich habe diesen Herbst ganz neidisch die langen Listen der Kandidaten für die National- und Ständeratswahlen gelesen. Leider verhält es sich im Veloclub Allschwil nicht gleich. Die Listen blieben lange leer, obwohl bekannt war, dass es neue Leute braucht. Ich war schon froh, als ich wenigstens einen Namen auf die Liste setzen konnte. Diese Namen wollen wir euch später dann auch verkünden und hoffen, dass ihr unsere Wahl unterstützt, denn Nachrücker auf der Liste haben wir keine. Ich muss gestehen, dass ich einige Zweifel am Fortbestehen unseres Vereins hatte. Wie soll der Trainingsbetrieb funktionieren ohne Obmänner oder Obfrauen? Gar nicht.

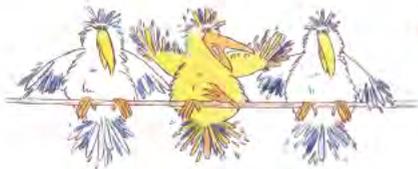
Aber abgesehen von Nachfolgersuche, Helfersuche und Vorstandssitzungen, wurde auch noch Sport betrieben. Dies konnte man oft nachlesen auf der Homepage oder im Cluborgan. Ich finde es erfreulich, dass sich wieder mehr Mitglieder die Zeit nehmen, ihre Resultate oder



www.membewegt.ch

laufsport
training
physio

wir bewegen in Basel und Liestal



Wir brauchen keine
Lockvögel,
wir sind immer verlockend!

DILL+FIESSER

eidg. dipl. Augenoptiker SBAO

Brillen und Kontaktlinsen

Binnerstrasse 5
4123 Allschwil
Tel. 061 481 74 64
www.dill.fiesser.ch.vu



Gärtnererei
Berufsbildung **LBB**
für Jugendliche

Bungestr. 75, CH-4055 Basel
Tel 061 321 00 21, Fax 061 321 00 31
www.lehrbetriebe-basel.ch

Berichte weiterzuleiten. Und ich hoffe, das bleibt auch so.

Ein Bundesrat zieht Bilanz nach hundert Tagen im Amt, um bei der Politik zu bleiben. Ich mache das nach zwei Jahren. Wie in allen Vereinen ist es bei uns anscheinend auch nicht anders, dass sich immer etwa die gleichen Personen engagieren. Das wäre auch nicht weiter schlimm, wenn es öfter auch zu Ablösungen käme. Es wäre schön, wenn wir die anfallenden Aufgaben auf mehr Schultern verteilen könnten. Die Suche nach den Nachfolgern hat mich manchmal ziemlich frustriert und ich habe an unserem Verein gezweifelt. Mein Rücktritts-

schreiben war schon als Worddokument gespeichert, aber nicht abgeschickt. Ich konnte den Verein dann doch nicht im Stich lassen und meine Rücktrittsgedanken verfloßen dann auch, als wir fündig wurden bei der Nachfolgersuche.

So, nun ist aber genug gejamert. Ich gratuliere allen Mitgliedern zu den tollen Resultaten dieses Jahr und bedanke mich bei meinen Vorstandskollegen für die Unterstützung und bei allen Vereinsmitgliedern, die sich in irgendeiner Weise für den VCA engagiert haben.

Ariane Gutknecht

Jahresbericht GV 2011 Velo

Nach einem passablen Winter, wo einige wieder ihre Kilometer auf dem Fix-Gear Velo abgekurbelt haben, trafen wir uns im Februar voller Tatendrang zur Saisonplanung. Wir haben unsere gemeinsamen Ausfahrten festgelegt und die diesjährigen Rennen, die zur Clubmeisterschaft zählen. Wir haben uns entschieden, zwei Rennen mit Massenstart in die Wertung zu nehmen. Neu kam zum Kriterium in Riehen die Zürimetzgete. Unser Ziel war es, mehr Vereinsfahrer für ein Openren-

nen zu animieren.

Einige holten ihre Form in Mallorca und andere mühten sich hierzulande ab unter anderem mit der legendären Frühlingstour von Randy im Schwarzwald.





Mit über 130km und etlichen Höhenmeter für manchen Wintermuffel eine echte Herausforderung.

Der Frühling war für uns Velofahrer wirklich gut, auch für die Ausfahrt am Gründonnerstag entlang dem Canal gab es herrliche Temperaturen.

Eine etwas andere Vorbereitung machte dieses Jahr Daniel Wälchli, der nach

einem Zusammenstoss mit einer Autotüre lange eine Halskrause tragen musste.

Wie man ihn kennt, weiss man, dass er nicht lange auf der faulen Haut liegt. Selbst mit Halskrause hat er die Kilometer abgspult und zwar auf dem Home-Trainer. Aber ich kann euch versichern, er hat nichts von seiner Form eingebüsst.

Eine schöne zweitägige Tour hat diesmal Heinz Widmer organisiert und durchs Gebiet um den Col de Mosses geführt. Schade nur, dass sich nicht mehr darauf einliessen.

Wie schon seit einigen Jahren denkt

sich Dominic sehr schöne Sonntagsausfahrten aus und wir warten immer ganz gespannt auf seine Tourenvorschläge. Danke Dominic.

Auch die Dienstags-, Donnerstags- und Samstagsausfahrten wurden rege besucht. Und so waren einige dann richtig fit für die Openrennen, die Hobbymeisterschaft und die Clubrennen.



Hervorheben möchte ich dabei den ersten Platz von Gregor Lang in der Kategorie Open, in Bern-West.

Bei der

Berner Rundfahrt fuhr Gregor auf den hervorragenden 4. Platz und Bea Bürgi bei den Frauen auf Rang 7.

Beim Grand Prix Bad Zurzach Einzelzeitfahren waren in ihrer Kategorie

1. Daniel Wälchli M50+
13. Markus Schüpbach M20+
11. Peter Harke M50+.

Seit Anfang März ist Paracycling Weltmeister Steffen Warias Mitglied vom Veloclub. Steffen, der im Behin-

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

erten-Radsport seit zwei Jahren aktiv ist, wurde letztes Jahr bei seiner ersten Paracycling WM in Kanada auf Anhieb Strassenweltmeister.

Zahlreiche Einsätze für die deutsche Nationalmannschaft folgten. Unter anderem die Paracycling WM auf der Bahn in Montichiari/Italien, wo er in der 3000 Meter Verfolgung Neunter wurde. Das große Ziel für Steffen sind die Paralympischen Spiele 2012 in London.



Steffen konnte in diesem Jahr zahlreiche Podestplätze einfahren. Unter anderem ein zweiter Platz beim Weltcuprennen in Spanien.

Ein Highlight aus unserer Sicht war die zweite Saison-

hälfte. Nach den Sommerferien konnten wir endlich unsere neuen Vereinskleider in Empfang nehmen. Über 40 Vereinsmitglieder haben vom breiten Angebot profitiert. Es war eine Herausforderung, bei dieser Stückvielfzahl die richtigen Bündel zu packen. Unser Garten glich einem Bazar, aber ich glaube, bis zum Schluss hat jeder das bekommen, was er bestellt hat. Jeder hat sich auf die erste gemeinsame Aus-

fahrt im Vereinsdress gefreut und die Resonanz war wirklich gut. Mit dem Design haben wir versucht, die Vielfalt an Vorstellungen, wie ein Vereinstrikot auszusehen hat, unter einen Hut zu bringen. Da war zum Beispiel der Wunsch nach blau und gelb, das unsere Vereinsfarbe ist und der Wunsch nach modernem Aussehen und der Wunsch nach Retro Look und der Wunsch, kein blaues Trikot zu haben, der Wunsch kein schwarzes Trikot zu haben, der Wunsch, dass das Trikot zu schwarzen Hosen passen sollte, der Wunsch nach Identifikation und viele Wünsche mehr.

Die Vorgaben waren, wie Ihr sieht so vielfältig, wie auch unser Verein es ist.

Wir konnten natürlich nicht jeden Wunsch erfüllen aber wir denken, es ist uns gelungen, ein Trikot zu entwerfen, das nicht nur schön aussieht, sondern auch unseren Club repräsentiert und zum Schluss doch alle Wünsche perfekt vereint.

Wir von der Trikotkommission sehen unsere Vision jetzt Realität werden und freuen uns über das Erscheinungsbild.

Die Kleider sind von der Marke Sugoi und von der Qualität mit der Marke Assos vergleichbar.

Heute Abend habt Ihr die Möglichkeit, nochmals zu bestellen.

EBM

Sport ist Energie



Wir haben natürlich in unserer Velo-sektion noch einen weiteren Fahrer, den ich gerne erwähne. Er ist schon seit Jahren dabei und hat sich bis zum Profi-Velorennfahrer gearbeitet. Ja, ich meine Nicolas Winter. Er konnte dieses Jahr von seiner über Jahre erarbeiteten Form profitieren und bei den Rennen vorne mitfahren. Zum Beispiel gab es bei der Tour du Jura einen 8. Etappenplatz und zum Schluss den 19. Gesamtrang.

Bei der Tour d'Eure et Loire gelang ihm ein 9. Rang und im TT ein 15. Rang. In Ehrendingen wurde er 5. an der Berg SM 6. In Bulgarien war er im Gesamten sogar 3. der U23 Kategorie.

Ich habe Nicolas gebeten, mal ein kleines Exposé über sich selber zu wagen.

Paul Meyer

Jahresbericht GV 2011 Triathlon

Sehr geehrte Mitglieder, Sehr geehrter Vorstand, Sehr geehrte Frau Präsidentin

Dieses Vereinsjahr unterlag nicht nur den sportlichen Leistungen, es unterlag auch der wirtschaftlichen Lage und dem gesamten wirtschaftlichen Verlauf der Schweiz, sowie der angrenzenden Länder.

Diese Lage hat mich als Obmann der Triathlon Sektion zu der Überzeugung gebracht, dass eine genauere Strukturuntersuchung und Optimierung der Sektion Triathlon in diese wirtschaftlich schwere Zeit passen würde. Stimmt die innere Gliederung der Sektion mit der Wirtschaftsgeometrie überein, die unsere Sportler bei länderübergreifenden Wettkämpfen erwartet? Kann uns

eine unerwartete Wirtschaftssoziologie eventuell zu personellen Konsequenzen zwingen... ist ein Stellenabbau von vornöten? Fragen über Fragen, die eine Abklärung verlangen.

Gespräche mit Ernst + Young und weiteren führenden Wirtschaftsprüfungsfirmen haben leider keinen



Erfolg versprochen, ich bin dank eines Insider Tipps zu der führenden Triathlon Überprüfungsfirma McCormack + Badmann + Al Sultan gestossen. Ohne unsere Mitglieder bei den Untersuchungen zu stören, hat das Team eine Bestandsaufnahme angefertigt.

Die Beobachtungen beim Trainingsweekend in Sumiswald sind, so wie ich weiss, niemandem aufgefallen. Das schöne Wetter ist nicht nur für die Athleten von Vorteil gewesen, auch das Team von McCormack + Badmann + Al Sultan begrüsst es, da sie einen Beobachtungsposten im Wald aufgebaut hatten. McCormack + Badmann + Al Sultan lobten die gut besuchten Trainings im Wasser, sowie die Leistungen bei den Lauf- und Radtrainings. Es sei aufeinander geachtet worden und die Gruppen harmonisierten sehr gut. Es wurde als herausragend hervorgehoben, dass der Spitzen Schwimtrainer Gunther Frank

auch ein Spitzen Rad Coach ist und sich vorbildlich um die Lady-Gruppe gekümmert hat. Als einziger etwas auffällender Punkt wurde angemerkt, dass die Apéro-Kultur etwas zu fest gepflegt wird bei der Triathlon Sektion.

Die McCormack + Badmann + Al Sultan Beratungsfirma scheute auch keine Kosten und Mühen an der Clubmeisterschaft in Spiez anwesend zu sein, um die Gesamtsituation zu Analysieren. Zu diesem Zweck wurde extra ein U-Boot gemietet, das die Schwimmsituation im See beobachtete, um eventuelle Probleme sofort erkennen zu können. Doch auch diese Überprüfung verlief gut und die Schwimmleistungen wurden als gut bis sehr gut vermerkt. Es sei kurz erwähnt, dass bei dieser Bewertung Gunther Frank nicht eingebunden wurde, denn dann wäre das Urteil eventuell etwas anders ausgefallen. Die Beobachter von McCormack + Badmann + Al Sultan liessen es sich nicht nehmen, als Strohhallen verkleidet, unsere Übernachtungsstätte auf dem Bauernhof zu begutachten. Es wurde von McCormack + Badmann + Al Sultan erwähnt, dass der Bauer noch einen Nachschlag an Bier bringen musste, um die tobende Meute zu beruhigen. Dies wurde aber nicht im Bericht von McCormack + Badmann + Al Sultan niedergeschrieben, da es sich ja an diesem abendlichen Anlass auf dem Bauernhof



um eine Siegesfeier handelte, für die neuen Clubmeister und für den ersten Platz der Tria VC Allschwil Staffel. Dieser erste Platz ist von grosser Wichtigkeit, da bei der Übergabe vom Rad aufs Laufen der Läufer der Staffel noch friedlich unter dem Baum döste. Das Dösen aber mit einem Spitzenlauf wieder wettmachte.

Im Stroh friedlich über dem Kuhstall schlafend, wurde die Feier dann beendet. Aufgestanden sind alle erstaunlich früh, lag wahrscheinlich an den Kuhglocken, die unter der Schlafstätte bimmelten.

Während der Hochsaison der Ausdauersportler konnten die Analysten von McCormack + Badmann + Al Sultan aus dem Vollen schöpfen. Sie waren während der Saison auf ihren Beobachtungsposten in all den unterschiedlichsten Sparten anzutreffen. Im In- und Ausland wurde akribisch das Verhalten der Allschwiler untersucht und analysiert. Es wurde festgestellt, dass die Tri Allschwil Athleten einen immensen Aufwand auf sich nehmen, um an diversen Wettkämpfen aller Arten teilnehmen. Der Triathlon alleine reicht nicht mehr, der Gigathlon und der Berglauf und der Ultralauf kamen alle noch dazu. Es wurden Höhenmeter gekillt am Infer-

no Triathlon im schönen Berner Oberland und am hammerharten Gigathlon. An diesem lobten die Spezialisten von McCormack + Badmann + Al Sultan vor allem die herausragende Leistung von Ariane Gutknecht, vor allem Herr McCormack war von den Socken ab ihrem Raddruck und ihrer Freude am Schwimmen...

Beobachtet wurde auch am Powerman und am X-Terra, wo einmal mehr Claudia Spychiger schön Gummi gab und ein paar Männer das Fürchten lehrte... zu diesem



Thema wird noch später vorgetragen. Die paar wenigen Allschwiler die einen Ironman mit Gütesiegel "M" absolvierten, sind alle in sehr guten Zeiten ins Ziel gekommen. Wie Frau Badmann und Herr Al Sultan vermerkten, fehlte nicht viel für eine Hawaii Qualifikation.

(Fortsetzung auf Seite 26)

Agenda 2012

Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch

Allgemeine Termine

08. Januar	Drey Keenig Usfahrt
09. Januar	Triathlon Sitzung Jahresplanung
13. Januar	Bike Hock, Saisonplanung
04. Februar	Schneebummel
03. Marz	Vorstandssitzung
20. Juni	Vorstandssitzung
19. September	Vorstandssitzung
10. November	35. Generalversammlung
02. Dezember	33. Klausenlauf (alle helfen mit!)
12. 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. 137	10. Februar 2012
Ausgabe Nr. 138	11. Mai 2012
Ausgabe Nr. 139	10. August 2012
Ausgabe Nr. 140	16. November 2012

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 2012

Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch

Schwimmtraining

Montag	19.45 - 21.00 Uhr	Erasmus
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	Simone Aschwanden

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	11.00 Abfahrt	ca. 3 Std.
---------	---------------	------------

Treffpunkt:
Neuweilerplatz

Genauere Daten siehe Seiten 31

Laufen Andy's Lauftrüff

Dienstag	19.15 - 20.30 Uhr
----------	-------------------

Turnhalle Garten-
strasse in Allschwil

Longjogg

Sonntag	10.00 - 12.00 Uhr
---------	-------------------

Vita - Parcours
Allschwilerwald

(Fortsetzung von Seite 23)

Logistisch wurden die Prüfer von McCormack + Badmann + Al Sultan im September nochmals richtig gefordert, als vier Allschwiler den Transalpine Run unter ihre Füsse nahmen. Die acht Tage durch vier Länder und über mehr als die sieben Berge... machten den Analytisten schwer zu schaffen. Sie beklagten sich darüber, dass es sehr mühsam war im Anzug und mit der Lap-top-Tasche durch die Alpen zu gondeln.

Das Abschlussgespräch mit McCormack + Badmann + Al Sultan verlief durchaus positiv, die einen oder anderen kognitiven Dissonanzen sollen wir noch in Griff kriegen, meinten sie... sonst aber seien wir auf einem guten Weg aber wir sollen nicht rasten sondern uns weiter bewegen... eben ein Verein in Bewegung...

Die Prüfer der McCormack + Badmann + Al Sultan AG wünschten, dass heute Abend nochmals ein wichtiges Thema zur Sprache kommt... und zwar die neusten Tendenzen im Club der geschlagenen Männer... den Club im Veloclub.

Nach einer internen Besprechung haben wir uns vom Club der geschlagenen Männer zu einer neuen Orientierung entschlossen. Wir wollen nicht mehr gegen unsere geliebten Frauen kämpfen, nein wir wollen mit ihnen kämpfen. Diese Idee wur-

de dann mehr oder weniger in zwei Arten umgesetzt. Die einen Männer des Clubs beschlossen, die letzte ultimative Waffe zu gebrauchen, die ihre Frauen sportlich ein wenig kürzertreten liess... Sie machten ihre Frauen schwanger... Dies ist klar nur eine temporäre Lösung, aber gibt ein wenig Zeit zum verschlafen.

Da die Lösung mit schwanger werden nicht für alle funktionierte — auf genaue Details wird verzichtet — wählten zwei Männer des Clubs der geschlagenen Männer eine andere Möglichkeit, um ihre geliebten Herzensdamen zu zähmen. Sie dachten, wir machen einfach ein Rennen zusammen. Im Zweierteam müssen sie dann ja bei einem bleiben und können nicht wegrennen. Doch dieser Schuss ging für uns Herren einmal mehr nach hinten los. Sie blieben zwar bei uns, doch während wir mit unseren Höchstleistungen kämpften, war es für die Damen eine Bergwanderung mit schönen Aussichten... Wir arbeiten an neuen Lösungen... Versprochen.

Habe geschlossen...

Reto Baltermia

VCA-Bekleidung

Der Verein hat sich neu eingekleidet! Die Sportbekleidung der Marke Sugoi ist von hoher Qualität, der Schnitt sehr sportlich und modern. Der Verein gewährt einen grosszügigen Rabatt und macht ein Set Angebot:

Velokleider

Set Preis für Hosen und Trikot kurz für nur	CHF	100.-
Trikot kurzarm	CHF	80.-
Trägerhose Kurz	CHF	80.-
Trikot langarm	CHF	90.-
Thermal Tight	CHF	110.-
Windblockgilet	CHF	77.-

Tria Bekleidung

Laufshirt	CHF	42.-
Tri Tank Männer / Frauen	CHF	61.-

Die Kleider können bezogen werden bei: Marcia Eicher, Schönenbuchstrasse 51 A, 4123 Allschwil, marcia.eicher@gmx.net, 061 482 04 13.



Ernst Gürtler AG ...

Allschwil - Therwil
Elektrotechnische Unternehmung

Binningerstrasse 53
CH-4123 Allschwil

... ihr Elektriker.

Telefon 061 481 22 00
Telefax 061 481 21 42
info@guertler-elektro.ch

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

Sattelfest

VeloClubAllschwil since 1977



Schneebummel

Samstag 04. Februar 2012

Was findet traditionell am ersten Samstag im Februar statt? Natürlich der **SCHNEEBUMMEL**

Beginn: ca. 9.00 Uhr / Schluss: ca. 18.00 Uhr

Nach einer Anreise mit den ÖV werden wir zuerst unseren „Kaffi und Gipfeli“ Halt machen und dann ca. 1 bis 1 ½ Std. gemütlich wandern.

Den Mittagshalt verbringen wir in einem gemütlichen Restaurant, da gibt es ein Einheits-Menü für ca. CHF 30.00. (Sonderwünsche bitte bei der Anmeldung vermerken)

Nach einem kurzen Rückweg, zu Fuss und dann mit den ÖV, schlies-

sen wir den Tag mit einem unbegrenzten Abschiedstrunk ab.

Wenn Du dich bis am **22. Januar 2012** bei:

Rosmarie + Peter Harke

Birsmattstrasse 29

4106 Therwil

Tel. 061 721 76 33

E-Mail: prharke@bluewin.ch

angemeldet hast, erhältst Du alle weiteren Informationen.

Über eine zahlreiche Teilnahme freuen wir uns, auch „Neubummler“ sind herzlich willkommen.

Peter und Rosmarie



Macht Rennen nicht kürzer. Sie sind nur schneller vorbei.



+ teamelite TE01

Dank seiner rennerprobten Geometrie und seinem steifen und trotzdem ultimativ leichten Karbonrahmen garantiert das teamelite TE01 nicht nur Schnelligkeit, sondern auch eine optimale Kraftübertragung. Mehr Informationen und Händlerverzeichnis auf www.bmc-racing.com

BMC
swiss cycling technology

BMC wünscht den Mitgliedern des VCA eine tolle Velosaison!

Biker unterwegs

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

Termin	Ausfahrt	Zeit
8. Januar	Drey-Keenigs-Usfahrt	12.00 Uhr
22. Januar	Ausfahrt	11.00 Uhr
5./ 19. Februar	Ausfahrt	11.00 Uhr
4. / 18. März	Ausfahrt	11.00 Uhr
1. April	Ausfahrt	11.00 Uhr

Tourenteilnahme und -leitung siehe Doodle-Liste:

<http://www.doodle.com/hi9uwyhtkbignexk>



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

Trainingsweekend Triathlon

Sumiswald – ein sportreiches Wochenende

Los geht's am Freitagabend im Bus mit einer Ladung Rennvelos im Gepäck. Schon nach einer Stunde sind wir in Sumiswald. Wir werden sehr freundlich begrüsst, es gibt Abendessen, Bier, und alle gehen früh schlafen – am nächsten Tag will niemand schon zur ersten Trainingseinheit erschöpft auftauchen. Die findet vor dem Frühstück statt, das Becken wird schnell noch von 20 auf 25 Meter verlängert und Gunther hetzt uns durch die Bahn. Das Frühstück danach schmeckt allen! Das Wetter ist das ganze Wochenende wunderbar und wir schwingen uns auf unsere Räder für die erste Ausfahrt. Markus hat mir Sandras Rad geliehen. So kommt es zu meiner ersten Tour auf einem Rennrad! Gunther ist zur Abwechslung Rennvelo-Trainer und so bekomme ich einen ersten Einblick ins Rennvelofahren und auch mehr vom schönen Emmental zu sehen. Im Anschluss daran geht es sofort weiter mit Lauftraining, die Strecke fängt gemein steil an, aber wir lassen uns davon nicht unterkriegen. Nach einer kurzen Pause gibt es das 2. Schwimmtraining, man spürt schon die vorigen Trainingseinheiten, und dann ist das Samstagprogramm geschafft. Wir treffen uns auf einen Apéro,

danke fürs Ausgeben, Oliver! Das Abendessen schmeckt wieder mal allen gut nach dem Training. Es bleibt auch weiter spannend, denn Marlene führt uns ihre Diashow von der Besteigung des Himlung in Nepal vor. Die Fotos sind eindrücklich und die Strapazen scheinen ganz andere als die eines Tages im Trainingslager! Die Müdigkeit ist noch nicht gross genug und wir gehen auf ein Bier oder ein Dessert nach Sumiswald ins Dorf. Am Sonntag dann noch ein Schwimm-, ein Velo- und ein Lauftraining, womit das Programm geschafft ist! Mit dem Bus geht es zurück nach Basel. Ich denke, alle haben an diesem Wochenende genug Sport getrieben und einige werden wohl auch ihre Muskeln gespürt haben. ☺ Für mich war das Wochenende ein Erlebnis, auch deshalb, weil ich so freundlich aufgenommen wurde, obwohl ich gar keine Triathletin bin; und den unterschiedlichen Leistungsstandards wurde immer Rechnung getragen. Ein dickes Dankeschön an Gunther für die Trainings, an Marlene für die Diashow und an die Organisatoren Markus und Reto! Schade nur, dass von der doch recht grossen Anzahl Aktiver im Velo-Club Allschwil nicht ein paar mehr mitgekommen sind!

Transalpine Run September 2011



Wie es die Überschrift schon sagt: Es geht in diesem Bericht ums „seggle“ und damit ums „seggle“ während 8 Tagen, 270 km, 15'000 Höhenmeter hinauf und unwesentlich weniger Höhenmeter wieder hinunter. Wieso macht man das? Gute Frage. Ich habe darauf aber leider keine Antwort. „Schuld“ an diesem Unternehmen waren eigentlich Reto und Fränzi, die uns letztes Jahr schon von diesem Rennen erzählten und uns die Herausforderung schmackhaft machen wollten. Letztes Jahr war letztes Jahr und wer denkt da schon an das kommende Jahr. So sagten wir zu, meldeten uns an und gingen von da an fast jedes Wochenende in die Berge um unsere Muskeli auf die Belastung vorzubereiten. Als das Datum

näher kam, da fragte man sich manchmal schon (ich zumindest) zu was man da vor einem Jahr, als man noch nicht an das kommende Jahr dachte, zugesagt hatte.

Der Tag X kam und wir Vier standen an der Startlinie in Oberstdorf (D). Es versprach ein heisser Tag zu werden, dafür „nur“ 27km lang und 1'800 Höhenmeter. Die Hitze

forderte ihren Tribut und unsere Männer waren am leiden. Die Bedenken nicht aussprechend, munterten wir unsere Partner für die kommenden sieben Etappen wieder auf. Nur, wie macht man das bei jemandem, der alle 100 Meter stehenbleiben muss, von Krämpfen geplagt und mit der Aussicht auf die kommende 53 km lange Etappe mit 2'500 Höhenmetern am nächsten Tag? Auch darauf habe ich keine Antwort, doch irgendwie muss es trotzdem geholfen haben, denn auch am nächsten Tag standen wir wieder an der Startlinie. Das Motto für diesen Tag war: Ruhig bleiben, die Kräfte einteilen, denn es folgen noch 6 weitere Etappen. So haben wir die Königsetappe gut aber müde überstanden. Reto hatte am Abend

noch etwas mit der Belastung während dem Tag zu kämpfen und verzichtete freiwillig auf das feine 4-Gang Menu im Hotel und begnügte sich mit einem Sandwich auf dem Zimmer. Und damit kommen wir wieder zu der Frage von vorhin. Wie muntert man jemanden auf, der gerade 11 Stunden auf den Beinen war und es am nächsten Tag weiter geht? Ich weiss es nicht.

Die letzten drei Etappen sind rasch erzählt. Mit dem Ziel in Laatsch (I) vor Augen kämpften unsere Männer tapfer gegen Knieschmerzen und Entzündungen am Schienbein. Sie kämpften wie Löwen und ermöglichten unseren beiden Mixed Teams den Zieleinlauf in Laatsch. Dort folgte eine Party am Abend, der wir ausdauernd bis kurz vor Mitternacht beiwohnten.



Das Regenwetter und der Kälteeinbruch haben uns am nächsten Tag gerettet, nämlich deshalb, weil die Strecke verkürzt wurde und wir „nur“ noch 42km und 1'800 Höhenmeter zu absolvieren hatten. Der folgende Tag war fast ein Ruhetag mit dem Bergsprint in Scuol mit 900 Höhenmetern. Dies liess uns genügend Zeit für einen Besuch des Bogn Engiadina um unsere langsam müde werdenden Muskeli wieder zu lockern.

Was bleibt? Schöne Landschaften, tolle Wege und Singelis, guter Kampfgeist, super Organisation, harmonisierende Teams, Schmerzen, Müdigkeit, Bekanntschaften, Finisher T-shirt und immer wieder die Frage: Wieso? Ihr erratet es selber. Auch zum Schluss gibt es keine Antwort. (Wobei ich hier nur für mich spreche. Fragt doch Reto oder Fränzi, vielleicht haben sie eine Antwort).

Ariane Gutknecht

Rothaus Riderman

Ich muss ein Geständnis ablegen. Zwischen dem 16.9 und 18.9 bin ich mit einem anderen Team beim Rothaus Riderman „Fremdgefahren“! Das cycle-basar.de Team aus meiner alten Heimat Köln hat mich als Gastfahrer angeheuert. Ich kann euch aber versichern, dass ich natürlich mit dem Herzen alle drei Etappen nur für den VC Allschwil gefahren bin ;-)



Nach der ersten Etappe – einem Zeitfahren über 16 KM – konnte ich sogar unser neues VCA-Trikot auf dem Podium als dritter der Master I präsentieren. Etappe II und III waren mit je knapp 1000 Höhenmetern und teils verwinkelten Passagen recht hart und knifflig. Bei der dritten Etappe war wegen Dauerregen mehr schwimmen als Velofahren angesagt und da ich ein unfassbar schlechter Abfahrer bin, hätte ich

fast den Anschluss an die Spitze verloren. Mit viel Druck aufs Pedal und einem Laktatspiegel bis in die Fingernägel hab ich es aber trotzdem geschafft, mit der Spitzengruppe ins Ziel zu fahren und somit den 8. Platz in der Gesamtwertung zu belegen. Das ist mehr, als ich mir je erhofft hätte.



Jetzt freue ich mich auf ein schönes Herbst- und Wintertraining mit euch!

Gregor



Paracycling WM

Roskilde



Steffen Warias war bei der Paracycling WM in Roskilde / Dänemark im Einsatz. Die Strecke war schon sehr flach und auch sehr windig. Die 15 Kilometer lange Runde wurde im Einzelzeitfahren einmal und im Straßenrennen viermal befahren. Im Zeitfahren lief es für Warias leider nicht sehr gut und er konnte keine top-ten Platzierung einfahren. Ein wenig enttäuscht vom Zeitfahren nahm er sich im Straßenrennen um so mehr vor. Er war in diesem Rennen der Gejagte, ging es doch um sein Trikot. Im sechzig Mann starken Starterfeld durfte er aus der ers-



ten Reihe starten. Die Klassen C1-3 starteten zusammen. Am Anfang des Rennens hielt Warias sich immer im vorderen Teil des Feldes auf, um auf eventuelle Attacken und Tempoverschärfungen reagieren zu können, war der Kurs doch teilweise relativ schmal. Gegen Ende der ersten Runde wurde eine Welle von der rechten Seite der Straße auf die lin-



ke Seite gefahren und dadurch kamen circa 15 Mann zu Fall. Darunter auch Warias. Zum Glück gab es nur einige Abschürfungen. Das Rad jedoch war in das eines anderen Fahrers verkeilt und musste erst wieder entwirrt werden. Nach einigem hin und her mit Lenker und Schaltung zurecht biegen sowie einem neuen Vorderrad wollte er weiterfahren, jedoch blockierte nun das Hinterrad.

Mit einem neutralen Rad des Materialservices konnte er dann endlich weiterfahren, hatte aber viele Minuten in dem Chaos verloren. Jedoch gab er nicht auf und fuhr weiter. Er fuhr auf einige andere Fahrer auf, unter anderem auf einen deutschen C1-Fahrer. Im Sprint der Gruppe ging es dann für den C1 Fahrer, Pierre Senska aus Berlin, um die Bronze Medaille. Warias spannte sich vor seinen Teamkollegen und konnte ihm somit zu einem Podestplatz verhelfen. Nach dem Rennen, welches er auf dem 18. Platz beendete war er schon sehr enttäuscht, wurde aber von seiner Freundin und seinem Bruder, die auch nach Dänemark gekommen sind, getröstet. Die WM war für Warias sehr enttäuschend und kein erfolgreicher Saiso-

nabschluß. Jetzt wird Warias erst mal die Sturzfolgen auskurieren und dann im Oktober eine radfahrerische Pause einlegen, bevor dann die Vorbereitung auf die Saison 2012 anfängt. Das Ziel von Warias sind nach wie vor die Paralympischen Spiele 2012 in London. Im Jahr 2011 konnte Warias im Weltmeistertrikot einige Podiumsplatzierungen bei Europacup und Weltcuprennen einfahren und hatte im Großen und Ganzen bis auf die WM eine sehr gute Saison.

Steffen Warias

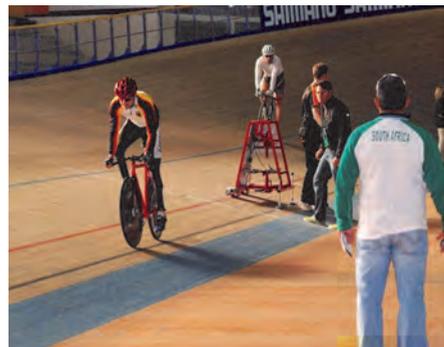


Grundlagen und Bahntrainingslager

Montichiari (Italien)

Grundlagen und Bahntrainingslager in Montichiari (Italien)

Mitte November war ich im Grundlagen training in Montichiari Italien. Hier trainierte ich mit dem Paracycling Team Germany für die Saison 2012. Wir legten die Grundlagen auf der Bahn sowie auf der Straße, um uns fit für die lange Saison des nächsten Jahres zu machen. Auf der Bahn trainieren wir neben Starts



und allgemeinem Bahntraining auch unseren runden Tritt. Auf der Bahn

zu fahren ist schon sehr unterschiedlich zum Fahren auf der Straße. Draußen auf der Straße fahren wir nach dem morgendlichen Training auf der Bahn dann auch noch für circa 1,5 Stunden. Zum Glück ist es mit 13 Grad und Sonne auch nicht allzu kalt und die Gegend um den Lago de Garda ist sehr schön.



Auf der einen oder anderen Tour hatten wir dann auch noch Zeit für eine kleine Kaffeepause und genossen einen italienischen Cappuccino. Leider war auf einigen Straßen sehr viel Verkehr aber ansonsten machte das Training wieder sehr viel Spaß, nachdem ich im Oktober eine radle-



rische Pause eingelegt hatte. Die Trainingsgruppe war relativ klein und so konnte sich der Trainer aus-

reichend Zeit für jeden einzelnen Athleten nehmen. Der erste Saisonhöhepunkt wird die Paracycling Weltmeisterschaft auf der Bahn in Los Angeles im Februar nächsten Jahres sein. Dafür bereiteten wir uns hier vor. Auch die Paracycling Nationalmannschaft von Italien sahen wir auf der Bahn. Die Konkurrenz trainiert auch. Die ersten Basics konnte ich hier legen um danach weiter aufzubauen. Dafür werden wir im Januar nochmals nach Montichiari kommen, um dann schon schnelle Einheiten zu fah-



ren. Der Bahneuropacup in Prag Ende Januar ist dann die Generalprobe für LA. Nächstes Jahr sind die Paralympischen Spiele in London mein großes Ziel. Um dort dabei zu sein, kann ich in LA noch weitere wichtige Qualifikationspunkte sammeln. Aber zuerst muss die Grundlage in vielen Trainingskilometern gemacht werden um dann nächste Saison voll durchzustarten.

Steffen Warias

Rangliste

Clubmeisterschaft Velo

VCA - Clubmeisterschaft Velo 2011

Rang	Name	Punkte
1.	Eric Zechner	530
2.	Daniel Wälchli	510
3.	Markus Schüpbach	470
4.	Patrik Schaub	465
5.	Gregor Lang	440
6.	Dominic Hofmann	375
7.	Peter Harke	325
8.	Ian Billingham	315
9.	Patrik Roth	275
10.	Mike Meysner	230
11.	Simon Steiner	165
12.	Oliver Bolliger	125

Ranglisten

Velo

CM Blochmont

5.3 km / 200 Hm

18.08.2011

Rang	Name	Zeit	Punkte
1.	Steffen Warias	10.41	100
2.	Eric Zechner	10.47	90
3.	Daniel Wälchli	10.49	80
4.	Felix Winterling	10.56	70
5.	Markus Schüpbach	11.23	65
6.	Simon Steiner	11.27	60
7.	Patrik Schaub	11.54	55
8.	Patrik Roth	12.12	50
9.	Dominic Hofmann	12.26	45
10.	Oliver Bollinger	12.55	40
11.	Jacques Butz	12.56	37
12.	Gianni Olivieri	12.57	34
13.	Ian Billingham	13.03	31
14.	Peter Harke	14.29	28

CM Kriterium Riehen

27 km

21.08.2011

Rang	Name	Zeit	Punkte
1.	Gregor Lang	40.41	100
2.	Eric Zechner	40.42	90
3.	Dominic Hofmann	40.43	80
4.	Markus Schüpbach	40.44	70
7.	Anselm Jakob	DNF	

Ranglisten

Velo

BHFM Bergrennen Oberbölichen

4.4 km / 320 Hm

24.08.2011

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Daniel Wälchli	14.45,0	M50
2.	Gregor Lang	14.13,2	M30
8.	Markus Schüpbach	17.52,4	M40
9.	Eric Zechner	17.59,7	M40

BHFM Bergrennen Dornach Hochwald

3 km / 300 Hm

28.08.2011

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Daniel Wälchli	13.07,94	M50
2.	Markus Schüpbach	15.45,15	M40
3.	Ian Billingham	17.14,46	M40

CM ZH-Metzgete

106 km / 1100 Hm

04.09.2011

Rang	Name	Zeit	Overall Punkte	
1.	Gregor Lang	2:42.51,9	51.	100
2.	Daniel Wälchli	2:44.05,8	59.	90
3.	Patrik Schaub	2:44.20,9	63.	80
4.	Eric Zechner	2:45.49,5	68.	70
5.	Markus Schüpbach	2:53.43,7	178.	60

Züri Metzgete

53 km

04.09.2011

Rang	Name	Zeit	AK
116.	Peter Harke	1:35.18,7	Sen4 (1.)

Ranglisten

Velo

BHFM Zeinigen-Schupfart

9 km

11.09.2011

Rang	Name	Punkte	AK
2.	Daniel Wälchli	16.44,56	M50
3.	Gregor Lang	15.52,57	M30
3.	Peter Harke	21.15,28	M60
9.	Markus Schüpbach	18.17,46	M40
13.	Eric Zechner	18.23,40	M40

GP Bad Zurzach

24.7 Km / 300 Hm Einzelzeitfahren

17.09.2011

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Daniel Wälchli	37.42	M50
11.	Peter Harke	45.38	M50
13.	Markus Schüpbach	42.01	M20

Omnium Genevois

Scratch 6km, Eliminatoire 2.5km, Course aux Points 10km

30.10.2011

Rang	Name	Zeit	AK
5.	Heinz Widmer	27.26	Pistards Jun

Ranglisten

Velo und Triathlon

Baslermeister 2011

Basler Hobbyfahrer-Meisterschaft

Rang	Name	Punkte
2.	Gregor Lang	14
5.	Daniel Wälchli	28
16.	Eric Zechner	88
17.	Markus Schüpbach	88
26.	Ian Billingham	132

Kategorienwertung 2011

Basler Hobbyfahrer-Meisterschaft

Rang	Name	Punkte	AK
1.	Daniel Wälchli	5	50-59
2.	Peter Harke	9	ab 60
3.	Gregor Lang	10	30-39
16.	Markus Schüpbach	30	40-49
17.	Eric Zechner	33	40-49
26.	Ian Billingham	47	40-49

Zürich Triathlon

500 - 20 - 5

18.07.2011

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
190.	Katrin Michalk	1:13.28	W20 / 24.

Schaffhauser Triathlon

500 - 20 - 5

13.08.2011

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
57.	Katrin Michalk	1:16.17,3	W20 / 24.

Ranglisten

Triathlon und Laufen

Inferno Triathlon

(3.1) - 97 - 30 - 25 / 5500 Hm

20.08.2011

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
155	Tom Bachmann	11:11.53,5	AK1 / 77.
209.	Marcel Bachmann	11:58.30,8	AK1 / 98.

Triathlon Malterdingen

2 - 80 - 21

21.08.2011

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
31.	Raphael Kennel	04:46	M40 / 6.

Scheidegg Triathlon

800 - 32.5 - 5.5

21.08.2011

Rang	Name	Zeit
21.	Boris Wächter	2:04.10

Uster Triathlon

1.5 - 40 - 10

28.08.2011

Rang	Name	Zeit	AK
19.	Hans-Ueli Küng	2:11.23	HK
69.	Peter Schulthess	2:39.60	AK2

Gore Tex Transalpine Run

274,73 km / 15436 hm

3. - 10 09.2011

Rang	Name	Zeit	AK
15.	Team Salomon VC Allschwil Ariane Gutknecht und Rene Mayer	40:04.30,3	Mixte
57.	Team Balterbach Fränzi Rombach Reto Baltermia	52:49.46,8	Mixte

Ranglisten

Triathlon und Laufen

Triathlon de Gérardmer XL

1.9 - 95 - 21

03.09.2011

Rang	Name	Zeit	AK
11.	Marie-Noël von Allmen Widmer	7:41.10	V1

Powerman Zofingen

10 - 150 - 30

04.09.2011

Rang	Name	Zeit
19.	Sven Schär	8:27.10,8

Locarno Triathlon

500 - 20 - 5

04.09.2011

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
25.	Katrin Michalk	1:14.16,4	W20 / 13.

XTERRA Switzerland

1.5 - 35 - 10

10.09.2011

Rang	Name	Zeit	AK
2.	Claudia Spychiger	3:19.46	W40
7.	Oliver Lehmann	2:55.45	M35
16.	Martin Spychiger	3:26.46	M45
17.	Raphael Renz	3:13.53	M45

Run to the beat - Halbmarathon

21.1 Km

11.09.2011

Rang	Name	Zeit	AK / Rang
125	Tina Schäfer	2:06.15	W30 / 42.
7.	Matthias Prétot	1:20.27	M30 / 5.
18.	Sven Schär	1:27.43	M30 / 8.
51.	Gianni Bedon	1:34.56	M55 / 1.

4. Rang?

Bei uns stehen Sie immer auf dem Podest.

Wir machen Ihnen das Leben einfacher.
Profitieren Sie von flexiblen Versicherungslösungen für Private und Unternehmen.

Tel. 0800 455 455
www.sympany.ch



VON AUSDAUERSPORTLER FÜR AUSDAUERSPORTLER

Mitglieder des VCA erhalten auf alle Produkte 20% Rabatt

www.trishop.ch



trishop.ch

Bike Jucker
Morgartenring 107 4054 Basel
Tel 061 301 33 00
www.juckerbike.ch

z.wilp@pfeil.ch

A U F U N D D A V O N Z I E H E N