

Sattelfest

2/2006/Juni

Nr. 114



[www.velocluballschwil.ch]





UHREN - BIJOUTERIE

Steinbühlweg 2/
Ecke Fabrikstrasse
CH-4123 Allschwil

Telefon 061 481 10 44
Telefax 061 481 13 84



**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**

PEYER
PAPETERIE

E. Peyer Nachf. Rickli & Co.
Baslerstrasse 310 / Lindenplatz
4123 Allschwil
Telefon 061 481 62 11
Fax 061 481 62 37

**Grosse Auswahl an
Glückwunschkarten**

**Bastel- und
Geschenkartikel**

**Ziele setzen.
Ziele erreichen.**

Wir machen den Weg frei.

Baslerstrasse 70
4123 Allschwil
Tel. 061 487 80 80


Dorfbank
Allschwil-Schönenbuch

RAIFFEISEN


www.dorfbank.ch



Inhaltsverzeichnis

VORSTAND SAISON 2006	3
DES VICE-PRÄSIDENTEN WORT	5
VELO-CLUB ALLSCHWIL	6
• <i>Ein Verein in Bewegung</i>	6
EIN- UND AUSTRITTE	7
BEITRITTSERKLÄRUNG	7
DER VORSTAND INFORMIERT	8
RÄGE RÄGE-TRÖPFLI...	9
NEUE WANDERHOSEN BY JUCKER BIKE	11
DIE SIERRA NEVADA	13
LANZAROTE 2006	15
Agenda 2006	16
• <i>Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch</i>	16
Trainingskalender 2006	17
• <i>Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch</i>	17
VCA-BEKLEIDUNG	18
• <i>Unsere Preise</i>	18
VCA-BEKLEIDUNG	19
• <i>Unsere Kollektion</i>	19
NIKOLAS PAGE	21
• <i>Provisorische Saison-Planung 2006</i>	21
RANGLISTEN	22
• <i>Laufen und Velo</i>	22
RANGLISTEN	23
• <i>Velo, Laufen und Bike</i>	23
RANGLISTEN	25
• <i>Velo</i>	25
VCA TRAINING	27
• <i>Ardèche</i>	27
VELO- UND BIKEFERIEN	29
• <i>in Tossa de Mar 03. bis 14.05.06</i>	29
TRAININGSLAGER ALASSIO	31
• <i>24.- 29.04.2006</i>	31

Aluminiumrolladen
Sonnenstoren
Lamellenstoren
Fensterladen in
Holz und Aluminium



Holzrolladen

Innenbeschattung
elektr. Antriebe
Reparaturservice

O. Mensch AG
Feldstrasse 43

Rolladenfabrik
4123 Allschwil

Tel 061 481 03 88 Fax 061 482 00 55

*Sanitäre - Anlagen
Neu- und Umbauten
Reparaturen
Boilerservice*

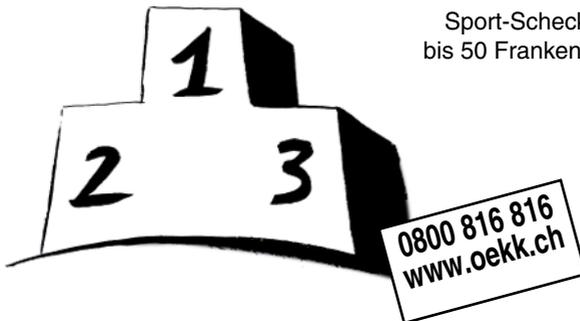
M. Christen

Sanitär

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

Für sportliche Leistungen. ÖKK.

Sport-Scheck für ÖKK-Sportkanonen:
bis 50 Franken an Ihren Vereinsbeitrag.



Jung und unkompliziert.

Vorstand Saison 2006

Präsident:	PATRICK C. PFISTER	Alemannenweg 11 4148 Pfeffingen E-Mail: info@velocluballschwil.ch	061 751 63 31
Vize-Präsident:	ROGER JÖRIN	Sichternstrasse 49 4410 Liestal E-Mail: info@velocluballschwil.ch	
Aktuarin:	ROSMARIE KIRMSE	Dorfmatzstrasse 5 4132 Muttenz E-Mail: rosmarie.kirmser@bluewin.ch	061 461 06 79
Kassierer:	RENÉ MAYER	Langenhagweg 29 4123 Allschwil E-Mail: mayer.gutknecht@tiscalinet.ch	061 302 56 41
Obmann Velo:	PAUL MEYER	Beinwilerstrasse 13 4053 Basel E-Mail: japame@gmx.ch	079 757 32 62
Obmann MTB:	ROBI SCHMIDT	Strengiweg 8 4123 Allschwil E-Mail: robinterglobal@tiscalinet.ch	061 481 01 83
Obmann Triathlon:	RETO BALTERMIA	Spitzwaldstrasse 5 4123 Allschwil E-Mail: fraenzi.reto@tiscalinet.ch	061 481 78 11
	MICHEL HÄNGGI	Erlenstrasse 23 4127 Birsfelden E-Mail: haenggimichel@teleport.ch	061 311 84 54

Weitere Funktionen

Redaktion:	DANIELA JÖRIN	Sichternstrasse 49 4410 Liestal E-Mail: info@velocluballschwil.ch	
Stammlokal:	RESTAURANT CENTRAL	Baslerstrasse 200 4123 Allschwil	061 481 02 63

Postcheck 40-11706-1

Postfach 1340

4123 Allschwil 1

Gründungsjahr 1977

Mitglied Swiss Cycling und Tri Suisse

E-Mail: info@velocluballschwil.ch

Internet: www.velocluballschwil.ch



Hören ist individuell

Hörprobleme erfordern persönlich angepasste Lösungen. Dafür setzen wir unser ganzes Fachwissen und unsere langjährige Erfahrung ein.

Wir legen Wert auf die persönliche Beratung. Denn jeder hört auf seine Weise.

Wir bieten:

- modernste Hörgeräte aller Marken
- individuelle Beratung während 6 Tagen in der Woche
- langjährige Erfahrung
- Gratis-Hörtest nach Vereinbarung

Hörberatung Basel



Ch. Schwob AG
Nadelberg 13
4051 Basel
Telefon 061/261 08 80
e-Mail:
hoerberatung@datacomm.ch
Internet:
www.hoerinfo.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.

Des Vice-Präsidenten Wort

Der Wechsel bringt das Rad zum Drehen

Liebe Leser/innen

Wie beim Radfahren, der Wechsel der Kräfte (Druck- Zugphase) das Rad erst zum Drehen bringt, sollte ein Wechsel in einem Vorstand neue Ideen, neue Impulse bringen. Damit dieser Wechsel möglich ist, stelle ich meinen Platz neben dem Präsidenten auf die nächste GV für eben neue Ideen und Impulse zur Verfügung. 9 Jahre sind, denke ich, eine lange Zeit, in denen ich als Junioren-Obmann und als Vize, jeweils an der GV in der ersten Reihe sitzen durfte.

Für das Vertrauen und die vielen schönen Stunden und Erlebnisse möchte ich mich bei allen sehr herzlich bedanken.

Die Redaktion braucht frischen Wind

Da ich mit meiner Frau Daniela in den letzten Jahren auch noch das Club-Organ, Vereinszeitschrift und neu Sattelfest layouts und gestalten durfte, wird auch hier ein Platz in der ersten Reihe frei.

Durch den Wegzug nach Liestal ist örtlich eine grössere Distanz zum Velo-Club Allschwil entstanden. Aus diesem Grund haben wir uns entschieden, dass der VCA zwei neue Macher braucht.

Mit sportlichen Grüßen

Daniela und Roger Jörin

Fusschmerzen ? www.memsport.ch

Velo-Club Allschwil

Ein Verein in Bewegung

Seit der Gründung im Jahre 1977 pflegen wir die Kameradschaft und das gemeinsame Interesse am Sportgeschehen.

Sinn und Zweck

Seit der Gründung im Jahre 1977 pflegen wir die Kameradschaft und das gemeinsame Interesse am Sportgeschehen.

Aktivitäten

Im Mittelpunkt stehen natürlich die sportlichen Aktivitäten. In allen Sparten stehen pro Woche mehrere Trainingsmöglichkeiten zur Wahl.

Nebst zahlreichen Wettkämpfen wird die Vereinsmeisterschaft zu Leistungsvergleichen und zur persönlichen Standortbestimmung genutzt.

Ausser am wöchentlichen Hock treffen wir uns einmal pro Monat zum so genannten „Monats-hock“. Dort werden u.a. anstehende Aktionen geplant, es wird über vergangene oder bevorstehende Wettkämpfe diskutiert oder über ganz andere Themen geplaudert. Kurz gesagt: Es herrscht reger Gedankenaustausch.

Doch das ist noch längst nicht alles. Traditionelle gesellige Anlässe und spontan organisierte Ausflüge bilden den gesellschaftlichen Ausgleich zu den vielen sportlichen Events.

In den verschiedenen Untersektionen fühlen sich von den Plausch- über die ambitionierten Hobby- bis zu den Elite-Sportler/innen alle wohl und zufrieden.

Velo

Unsere Trainings und Ausfahrten sind in diverse Stärkegruppen gegliedert, so dass sich jede/r das Passende auswählen kann.

Mountain Bike

In unseren Ausfahrten und Trainings in kleinen Gruppen steht vor allem der Spass am Biken im Vordergrund. Doch keine Bange, auch Cracks kommen voll auf ihre Kosten.

Triathlon / Duathlon

Den Triathlet/innen und Duathlet/innen bieten wir unter fachkundiger Leitung beste Trainingsmöglichkeiten für Velo, Schwimmen und Laufen.

Der Vorstand informiert

Neue Vorstandsmitglieder sind gesucht...

Vizepräsident

Durch den Rücktritt von Roger Jörin als Vize-Präsident ist dieser Posten wieder neu zu besetzen.

Interessierte Personen melden sich bei einem Mitglied des Vorstandes oder direkt beim Präsidenten.

Redaktion

Redaktion

Durch den Rücktritt von Daniela Jörin als Redaktorin ist dieser Posten wieder neu zu besetzen.

Da die aktuelle Version von Sattelfest in einem modernen Layout-Programm erstellt wird ist ein wenig Vorkennntnis sicher von Vorteil. Aber vielleicht sucht ja gerade da jemand seine Herausforderung.

Interessierte Personen melden sich bei einem Mitglied des Vorstandes oder direkt beim Präsidenten.

Redaktion

Räge Räge-Tröpfli...

„Spieglein, Spieglein an der Wand; wer ist des „Günunclers“ grösster Feind im Land?“

„Der Berg!“

„Aber nein, das ist doch eine Frage der Kondition und des Trainings“.

„Die Autofahrer!“

„Ja, die können einen schon manchmal nerven, nicht? Aber mit Rücksicht und gutem Willen sollte man eigentlich aneinander vorbei kommen.“

„Dann halt der Pannenteufel!“

„Aergerlich, stimmt. Aber einen passionierten Radfahrer bringt das doch nicht aus der Fassung, Ersatzschlauch und Flickzeug sind ja immer auf Rad, oder?“

„Väterchen Frost etwa?“

Für diesen Fall besitzt der wahre «Gümmeler» doch eine Trainingsrolle. Nein, nein es ist der Regen! Dieses unberechenbare, fiese Nass von oben, das euch Velorennfahrer so unsicher macht. Dann schaut ihr jeweils so verstört fragend in den wolkenverhangenen Himmel und denkt; Soll ich jetzt gehen oder lieber doch nicht? Denn wenn ich jetzt gehe. fängt es sicher an zu regnen.

„Ja Spieglein genau so ist es. Aber was soll ich denn machen?“

...äs rägnet uf mis Chöpfli

Welche Antwort wird der Spiegel unserem „Gümmeler“ wohl geben? Der/die geeignete Leser/In wird es ahnen, denn im Spiegel

sieht man/frau sich mit der unbarmherzigen Wahrheit konfrontiert. Gehen! Regentaugliche Ausrüstung ist da natürlich Voraussetzung aber nicht alles, denn ich denke, es ist vor allem eine Kopfsache. Mann/Frau wird halt nicht als Regenfahrer/In geboren. Eine superschnit-tige, hochatmungsaktive, leichte und klein verpackbare Regenjacke wirkt aber unterstützend, motivierend und gibt dem Rennradler die Sicherheit auch bei Regenwetter gut über die Runden zu kommen.

Wer wagt gewinnt! (jedenfalls meistens)

Ein Dienstagabend im Juni 2005. Stehe allein vor dem Feuerwehrmagazin in Allschwil und frage mich, wer wohl gewinnen wird? Ich oder meine Vereinskollegen, die es allesamt vorgezogen haben zu Hause zu bleiben angesichts den schweren, dunklen Regenwolken. „Passer entre les gouttes“ würde der Elsasser sagen und ich wage es. Bei Raedersdorf (Elsass) hatte ich dann verloren und ich begab mich in mein nasses Schicksal. Starker Regen setzte ein und kurz durchzuckte mich der Gedanke – Wäre ich doch auch daheim geblieben. Darauf öffnete „der da oben“ erst recht die Schleusen und ich nahm den Kampf mit den Elementen auf. Sintflutartige Regenschauer hüllen alles in eine Wasserschicht ein. Die fragilen Leichtbauräder pflügten sich zischend einen Weg durchs Fahrbahnwasser, Autofahrer setzten behutsam im Schritttempo zum Ueberholen an.

**ERWISCH MICH, WENN DU KANNST.
DER NEUE PEUGEOT 107.**



★ EURO RSCG JTB&A



www.peugeot.ch

Jetzt macht sogar der Stadtverkehr Spass. Mit dem neuen Peugeot 107, dem perfekten Flitzer für alle, die sich nicht gerne aufhalten lassen. Ausserst agil, spritzig motorisiert, sparsam im Verbrauch und mit den Komfort- und Sicherheitsfeatures grosser Autos führt er Sie problemlos durch jeden Stadtverkehr. Auch beim Preis ist der 107 eine wahre Freude, schon ab 13 450 Franken gehört er Ihnen. Ab sofort erwischen Sie den neuen 107 bei uns im Showroom.

107



WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH:

Basel: Garage W. R. Enz AG, Burgfelderstrasse 27, 061 386 90 20, www.enzag.ch

Wasser von der Seite, von oben, von unten, von vorne. Innert kurzer Zeit war ich zwar an Beinen und Füssen nass, aber ich hatte nicht kalt. Die Regentropfen fühlten sich sogar warm an und die ganze Sache fing mir an zu gefallen. Sah mich in meine früheste Jugend zurück versetzt, grossartig plantschend in einem Kinderbassin. Nass wie ein Pudel kam ich zurück ins Gundeli und gebe ja zu, dass ich mit der Wetterprognose falsch lag. Aber gewonnen hatte ich auch, indem ich den Naturgewalten getrotzt habe - Als Sieger über mich selber, indem ich mir bewiesen habe, dass auch Regenfahrten nur halb so schlimm sind. Das tolle Gefühl etwas nicht Alltägliches erlebt zu haben.

Das nasse Fazit

Gerade der Radsport bietet doch die Gelegenheit, die Natur mit all ihren Launen zu erleben. Regen, Wind, Hitze, Kälte lassen am eigenen Körper spüren, dass man lebt im Hier und Jetzt. Schönwetterfahrer aufgepasst - ihr verpasst etwas! Also so gesehen müssten jetzt alle richtig auf schlechtes Wetter bei der nächsten Ausfahrt/Clubrennen hoffen. Einen Haken hat aber die Geschichte noch: Nach einer deftigen Regenfahrt kommt man nicht darum herum den Putzlumpen zu zücken. Das teure Velo hat es verdient.

Euer Velo-Obmann
Paul

Neue Wanderhosen by Jucker Bike

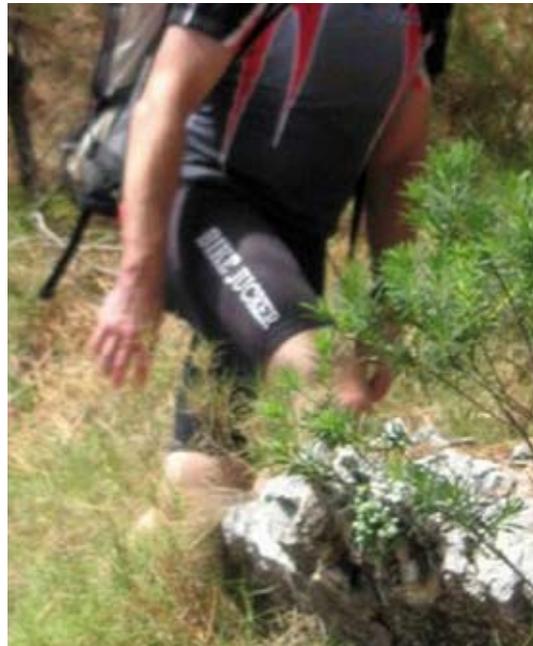
Ganz neu auf die Frühjahrssaison sind die Wanderhosen von Jucker

eingetroffen. Sie zeichnen sich durch folgende Eigenschaften aus:

- Angenehmes Sitzpolster bei Verschnaudpausen, Z'nüni essen oder sonstigen Schwächezeichen
- Saugfähiges Material wenn man es nicht riskieren will abreißen zu lassen wegen einer Pinkelpause
- Unauffällige neutrale Farbe um die Fauna im Wald nicht zu erschrecken

Ab sofort zu beziehen im Laden von Jucker Bike

Die Testperson



WEINE IN DER DROGERIE KAUFEN?



Vielleicht ein ungewöhnliches Vorhaben, aber in der Drogerie Oberholzer am Dorfplatz Allschwil erwartet Sie ein Sortiment von über 130 Weinen, präsentiert im kleinen aber schmucken Weinkeller.

Der Inhaber, Jürg Oberholzer, seit Langem ein grosser Liebhaber guter Weine, legt bei seinem Angebot vor allem Wert auf ein gutes Preis-/Leistungsverhältnis. So finden Sie Weine aus vorwiegend europäischer Produktion (Italien, Frankreich, Spanien) zu erschwinglichen Preisen mit vorzüglicher Qualität. Zudem steht Ihnen Jürg Oberholzer gerne beratend zur Verfügung, um für jedes Gericht den passenden Tropfen zu finden. Es werden auch regelmässig Degustationen veranstaltet, zu denen Sie sich in der Drogerie anmelden können. Und selbstverständlich erhalten Sie eine Preisliste sämtlicher Provenienzen.

Wein ist ein ideales Geschenk für Familie und Freunde und die schönen Geschenkverpackungen der Drogerie Oberholzer sind weitherum bekannt.

Auch Geschenkgutscheine sind beliebt und werden in jedem gewünschten Betrag ausgestellt.

Also wagen Sie den Schritt, an einem ungewöhnlichen Ort Wein zu kaufen.
Es lohnt sich!

**Drogerie Oberholzer, Baslerstrasse 2A, 4123 Allschwil
Telefon 061 481 06 10, Fax 061 481 06 14**

Delifon
061 481 63 86

längt fir e
zueverlässigi
Putzfrau
(oder e-n-Equipe)
z'bikoh

s'Pünktli
uf em «i»
in Sache
putze!



Springinsfeld

Gebäude- und Büroreinigung
Allschwil
springinsfeld.ag@bluewin.ch

Die Sierra Nevada

In Andalusien ist ein Biker Paradies...

Singeli bis zum Abwinken, Stägelibiken in steilen Bergdörfern, einsame Pfade, Begegnungen mit der Natur (Gämsen, Schafe, Ziegen) und als Belohnung wird man kulinarisch verwöhnt.

Über mangelnde Höhenmeter kann man sich in der Gegend, wo noch bis im April Ski gefahren wird auch nicht beklagen. In diesem Sinne:

Hasta luego muchachos



Gartenunterhalt
Grabpflege

Umänderungen
Neuanlagen



FLÜCKIGER + 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

(ehemals Restaurant Muesmatt)

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

Die Bank in Ihrer Nähe.



**Basellandschaftliche
Kantonalbank**

www.blkb.ch



20 Jahre Mundi Velos und Motos Allschwil: Da kommen alle in Fahrt!

Riccardo Mundhenke • Baslerstrasse 76 • 4123 Allschwil • Tel. 061 481 28 80

Unsere Marken: www.aarios.ch • www.trekbikes.com • www.canyon.ch

Christian Lang

Lanzarote 2006

Auch das kann Trainingslager sein. Ein grosser ehemaliger Triathlet hat einmal gesagt: Man muss dem Körper auch geben und nicht nur nehmen.

Reto und ich haben die Wege 4 Tage vorbereitet auf der Insel bevor Jris und Erasmus ins Geschehen einstiegen. Erasmus hatte schon bald den 50m Pool entdeckt und dieser war dann während einer Woche fest in seinen Händen. Ueber seine Schwimmumfänge konnten wir nur staunen. Wir bekamen seine geschwommenen Kilometer gerade mal knapp zu Fuss zusammen. Dem Schwimmen nicht ganz so zugänglich war Jris und deshalb begleitete sie uns als unser „Schatten“ auf dem Velo. „Fahrt nur schon mal voraus; ich habe saure Beine; ich mag sowieso nicht so schnell; heute habe ich Mühe; wartet nicht auf mich“ Bei Jris heisst das so viel wie: „Keine Angst, ich komme euch schon nach“. Der Wind auf Lanzarote war uns gnädig. Nur einen Tag hatten wir so viel Wind, dass wir anhalten mussten um zum Bidon zu greifen.

Ariane



BIKE Schule ? www.memsport.ch

Agenda 2006

Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch

Allgemeine Termine

DATUM	ANLASS
18. November	Generalversammlung
03. Dezember	Klausenlauf

VCA Hock

TAG	ANLASS
Donnerstag	Zum wöchentlichen VCA-Hock treffen wir uns im Restaurant Central ab 20 Uhr respektiv nach den Trainings.

Redaktionsschluss von «SATTELFEST»

AUSGABE	REDAKTIONSSCHLUSS
115	26. August
116	18. November

Bitte gebt Euere Berichte, Fotos etc. nicht erst 2 Tage vor Redaktionsschluss an uns ab. Sonst ist die Redaktion überfordert.
Wenn die Möglichkeit besteht, solltet Ihr die Berichte via E-Mail uns zukommen lassen.

info@velocluballschwil.ch
via Brief
Velo-Club Allschwil
Postfach 1340
4123 Allschwil



Trainingskalender 2006

Aktuelle Daten immer unter www.velocluballschwil.ch

Schwimmtraining **Gartenbad Bachgraben** bis zum Herbst

TAG	ZEITEN	TRAINER/LEITER
Montag	19.45 – 21.00 Uhr	Iris und Erasmus
Dienstag*	12.00 – 13.00 Uhr	Eine Bahn reserviert
Mittwoch*	12.00 – 14.00 Uhr	Eine Bahn reserviert
Donnerstag	20.00 – 21.00 Uhr	Gunther Frank
Samstag	08.00 – 09.00 Uhr	Eine Bahn reserviert

Gartenbad Bachgraben
Im Bachgrabe ist der Eintritt am Mo. und Do. frei.
An der Kasse mitteilen das man vom Tri-VCA ist.

* Hallenbad Allschwil

Rennvelo **Abendtraining** bis 28.09.06

TAG	ZEITEN	
Dienstag	18.15 – 21.00 Uhr	
Donnerstag	18.15 – 21.00 Uhr	

Abfahrt jeweils Feuerwehrmagazin Allschwil

Treffpunkt am 18.15 Uhr beim Feuerwehrmagazin Allschwil.
Wenn immer möglich in den Gruppen „Forte“ bis km-Schnitt 30 und „Piano“ bis Schnitt 27.

Rennvelo **Ausfahrten** bis 24.09.06

TAG	ZEITEN	
Samstag	10.00 Abfahrt	bis 23.09.06
Sonntag	09.00 Abfahrt	bis 27.08.06
Sonntag	10.00 Abfahrt	ab 03.09. – 24.09.06

Abfahrt jeweils Feuerwehrmagazin Allschwil

Bike **Ausfahrten**

DATUM	ZEITEN	TRAINER/LEITER
09.07.06	09.00 – 12.00 Uhr	Hansheiri
23.07.06	09.00 – 12.00 Uhr	Hansheiri
06.08.06	09.00 – 12.00 Uhr	Hansheiri
20.08.06	09.00 – 12.00 Uhr	Hansheiri
20.08.06	09.00 – 12.00 Uhr	Hansheiri
03.09.06	10.00 – 13.00 Uhr	Robi
17.09.06	10.00 – 13.00 Uhr	Robi

Treffpunkt:
Neuweilerplatz (coop)

Wenn's 15 Minuten vor dem „Bike-Training“ regnet, findet die Ausfahrt nicht statt!

Laufen **Andy's Laufträff** bis Herbst

TAG	ZEITEN	
Dienstag	19.15 – 20.30 Uhr	

Vita Parcours (Allschwilerwald)

VCA-Bekleidung

Unsere Preise

Die Bekleidungen stammen hauptsächlich von Tzamo und sind qualitativ extrem gut. Ein sehr gutes PreisLeistungsverhältnis und für unsere Junioren zu Spezial-Konditionen. Jetzt müsst Ihr Euch nur noch entscheiden können!

Velokleider

ARTIKEL	PREIS
Trikot kurzarm (mit durchgehendem Reisverschluss)	CHF 63.—
Trägerhosen kurz	CHF 67.—
Armstulpen	CHF 27.—
Beinstulpen	CHF 27.—

Freizeit

ARTIKEL	PREIS
T-Shirt (mit neuem VCA-Logo) marine	CHF 19.—
Sweat-Shirt (mit neuem VCA-Logo) marine	CHF 39.—

Restposten – Ausverkauf*

ARTIKEL	PREIS
Laufleibchen (ohne Ärmel)	CHF 20.—
Triathlon-Top	CHF 20.—
Tightshosen kurz (ohne Einsatz)	CHF 20.—
Tightshosen lang (ohne Einsatz)	CHF 25.—
Duathlonkombi (mit Einsatz)	CHF 50.—
Badekleid (mit Einsatz)	CHF 40.—
Badehosen (ohne Einsatz)	CHF 20.—

Alte Velobekleidung zum halben Preis solange Vorrat!

Das Material kann bei Bike Jucker im neuen Laden bezogen werden:

Bike Jucker
Morgartenring 107a,
4054 Basel

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag 09:00 – 12:30 Uhr und 13:30 – 18:30 Uhr
Samstag 09:00 – 16:00 Uhr

VCA-Bekleidung

Unsere Kollektion





*Das Schwimmen können wir Ihnen nicht beibringen –
aber mit uns bleiben Sie über Wasser.*

*popdesign.ch – erarbeitet massgeschneiderte Lösungen für
Internetauftritte, Drucksachengestaltung und Inserate-Werbungen.*

Nikolas Page

Provisorische Saison-Planung 2006

*GS-Schumacher-Aeroflex-slowUp
Junioren Cycling-Team Schumacher*

Datum	Rennen	Ort
JULI		
30.06.06-02.07.06	Oberösterreichischer Rundfahrt	Linz AUT
9.7.2006	SM Mannschaftsfahren	Bätterkinden
29.7.2006	GP Planken	
AUGUST		
6.8.2006	GP Oberes Fricktal	Gansingen
13.8.2006	GP Oberbaselbiet	Zunzgen
19.8.2006	Radsporttage Bern-West (HC)	Oberbottingen
27.8.2006	GP Kanton Luzern	Pfaffnau
SEPTEMBER		
3.9.2006	Kriterium Riehen	Riehen
08.09.06-10.09.06	GP Rüebliland	Lenzburg SUI
17.9.2005	GP Monte Tamaro	Bironico
23.9.2006	Bad Zurzach PZF	Zurzach

Dienstag Abendrennen				2006
RANG	NAME	DATUM	PUNKTE	
2.	Nicolas Winter	25.04.06	4	
6.	Nicolas Winter	02.05.06	2	



Ranglisten

Laufen und Velo

Freiburger Halbmarathon

2006

RANG	NAME	ZEIT	AK
7.	Oliver Lehmann	1.26,52	M30
16.	Peter Sulzer	23.14,2	M30
14.	Käthy Schaufelberger	1.42,22	W40
112.	Robi Schmidt	1.32,52	M40
11.	Gianni Bedon	1.26,52	M50
	Andy Wertenberg	1.28.33	M50

Paris Marathon

09.04.2006

RANG	NAME	ZEIT	AK
325.	Matthias Prétôt	2.44,29	

CM Niffer Zeitfahren

30.04.2006

RANG	NAME	ZEIT	PUNKTE
1.	Paul Meyer	29,25	100
2.	Mike Meysner	30,06	90
3.	Gianni Bedon	30,42	80
4.	Heinz Widmer	31,06	70
5.	Dominik Hofmann	31,33	65
6.	Peter Harke	33,37	60
7.	Patrick Roth	34,14	55
8.	Markus Schüpbach	35,40	50

BS Hobbym. Liestal-Büren-Liestal

2006

RANG	NAME	ZEIT	AK
1.	Paul Meyer	15,35	M40
5.	Daniel Wälchli	17,08	M40
1.	Peter Harke	18,53	M60



Richtiger Laufschuh ? www.memSPORT.ch

Ranglisten

Velo, Laufen und Bike

CM Gempen

30.04.2006

RANG	NAME	ZEIT	PUNKTE
1.	Nicolas Winter	13,47	100
2.	Paul Meyer	15,01	90
3.	Mike Meysener	15,50	80
4.	Patrick Roth	16,11	70
5.	Gianni Bedon	16,18	65
6.	Peter Sulzer	16,18	60
7.	Markus Schüpbach	16,43	55
8.	Eric Zechner	17,21	50
7.	Peter Harke	20,13	45

GP Bern

2006

RANG	NAME	ZEIT	AK
73.	Matthias Prétôt	0.59,31	M30
233.	Robi Schmidt	1.08,54	M40
101.	Käthy Schaufelberger	1.18,59	W40
126.	René Zimmerli	1.07,46	M45
70.	Kathrin Schächli	1.21,11	W45
25.	Gianni Bedon	1.04,57	M50
	Andy Wertenberg	1.07,35	M50

Ironman Lazarote

2006t

RANG	NAME	ZEIT	AK
117.	Oliver Lehmann	10.57,28	

Marathon im Visier ? www.memSPORT.ch

Ernst Gürtler AG ...

Allschwil - Therwil

Elektrotechnische Unternehmung

Binningerstrasse 53

CH-4123 Allschwil

... sorgt für Energie.

Telefon 061 481 22 00

Telefax 061 481 21 42

info@guertler-elektro.ch



Wohnungsrenovation

Umbau

MALERGESCHÄFT HOHL+BÜNZLI GmbH

KLARASTRASSE 17
4123 ALLSCHWIL
TEL. 481 08 24

Fassadenrenovation

Tapezierarbeiten

NATEL 079 644 94 54

Ranglisten

Velo

25 Meilen

2006

RANG	NAME	LAP1	LAP2
1.	Paul Meyer	28,32	29,04
4.	Mike Meysner/Randy Koch	29,38	30,07
7.	Peter Harke/Peter Sulzer	31,46	31,43



Knie- oder Rückenprobleme ? www.memSPORT.ch

VCA-News, geheftet: Gissler druckt Clubbroschüren digital.

Digital heisst: Original bringen und fixfertige Broschüren mitnehmen. Preisgünstig für Kleinauflagen. Ab Vorlage oder EDV-Daten. Schwarzweiss, auf Wunsch auch auf Farbpapier. Ob Kriteriumsausschreibung, Trainingsplan, Wanderfahrten-Info oder Gentlemen-Ranglisten. Mehr auf Anfrage.

Gissler druckt digital. Die Druckerei in der Druckerei.
Bettenstrasse 60, 4123 Allschwil.

Tel. 061-486 73 32, Fax 061-486 73 98. ISDN 061-486 73 60.
E-mail: gissler@gissler.ch, Internet: www.gissler.ch

Jogging, Walking oder Aqua-Kurse ? www.memsport.ch

VCA Training

Ardèche





Wieder unbekümmert lachen, sprechen und essen.

Gesunde Zähne tragen wesentlich zu unserem Lebensgefühl und Wohlbefinden bei. Erst wenn Zähne Probleme bereiten oder sogar ganz verloren gehen, wird uns ihr Stellenwert richtig bewusst. Die wissenschaftlich geprüften und bewährten Straumann-Dentalimplantate können Ihnen die Ästhetik und Funktion von natürlichen Zähnen zurückgeben, damit Sie Ihr Leben wieder selbstbewusst und unbekümmert genießen können – sprechen Sie mit Ihrem Behandler.

Das Straumann® Dental Implant System Sicher. Einfach. Flexibel

Velo- und Bikeferien

in Tossa de Mar 03. bis 14.05.06



Unsere Carreise nach Tossa de Mar war ein bisschen anstrengend aber der Vorteil war: jeder konnte sein Velo mitnehmen. Die Meisten waren schon in fortgeschrittenem Alter, deshalb haben wir den Schwerpunkt mehr auf gemütliches Velofahren und Ferien gelegt, da ja auch unsere Frauen mitgekommen sind. Als wir am Morgen früh angekommen sind und die tollen Hügel oder Berge gesehen haben mussten wir Velo- und Biker (ja wir hatten auch vier Biker in unserer Gruppe) am Mittag gleich eine Erkundungsfahrt machen. Jeder konnte sich nach seinem Trainingsstand eine geführte Gruppe aussuchen und es wurde dann doch nicht immer so gemütlich gefahren. Einer von uns fuhr in der Speed-Gruppe und ob er etwas von der wunderschönen Gegend gesehen hat, ist fraglich. Am späteren Nachmittag trafen wir unsere Frauen wieder und sie haben uns erzählt was sie gemacht haben. Zum Beispiel: schöne Wanderungen auf den Bikewegen, wo keine Biker waren oder sie zeigten uns

die Einkaufsstüten mit Schuhen, Blusen usw. Na ja, ist nun mal so! Da wir direkt im Städtchen Tossa gewohnt haben waren die abendlichen Spaziergänge und Barbesuche recht vergnüglich. Am Ruhetag Tag fuhren wir Fahrer mit unseren Frauen nach Barcelona (oder mussten wir mit?). Nach einer Besichtigungstour der unvollendeten Kirche von Gaudi besuchten wir die Markthalle an der Ramblas Promenade. Danach trennte sich die Gruppe und jeder ging selber auf



Entdeckungsreise. Am anderen Tag konnten wir uns von der Anstrengung wieder auf dem Velo erholen. So gingen 10 schöne Tage an der Costa Brava zu ende, vielen Dank an unseren Organisator Jürg Hobi der für uns diese Eitzinger Bike Ferien ausgesucht hat.

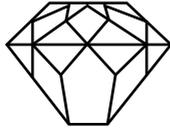
Peter



Fussanalyse ? www.memsport.ch

macquat & co allschwil

Binningerstrasse 179
Telefon 301 34 78



Edelsteine und
Schmuck
aus eigener
Werkstatt

FRANK + FIESSER AUGENOPTIK

FRANK + FIESSER AUGENOPTIK

dipl. Augenoptiker SBAO
Binningerstrasse 5
4123 Allschwil



Telefon 061 481 74 64

Wohnambiance am Dorfplatz

Elisabeth Müller

Sustenstrasse 2 • CH-4054 Basel
Telefon 061/301 03 63

- **Textilien**
- **Vorhänge**
- **Teppiche**
- **Polstermöbel**
- **Accessoires**

CAFE - BÄCKEREI

Am Dorfplatz 7, 4123 Allschwil
Telefon 481 45 59

Sonntags von 8.30 - 17.00 Uhr offen

Trainingslager Alassio

24.- 29.04.2006



5 fahrungrige Gummeler trafen sich im Zic-Zac für eine neue Herausforderung.

Am frühen Montagmorgen, um 18.10 Uhr, bereits 5 Minuten früher als geplant, kam die ganze Horde schon um die Ecke gebräust. Ohne viel Zeit zu verlieren,

stieg ich als Letzter in den schnellen Bus.

Ohne Stau fuhren wir zügig ins Tessin. Bereits westlich von Mailand stockte der Verkehr das erste Mal, kurz vor Genua standen wir nochmals.

Am Mittag trafen wir in Alassio ein, montierten sofort unsere Velos. Am ersten Tag fuhren wir 80 Kilometer, nicht geradeaus, viel bergauf und runter. Anselm riss das Tempo schon am ersten Berg, „oh je, wenn das nur gut kommt,“ dachte ich mir.

Schmale Strassen winden sich den unzähligen Hängen entlang. Es war erst Nachmittag, die Woche lang, die Berge hoch.

Dienstag, 10.00 Uhr rasten wir bereits ins nächste Tal. Es war erst der 2. Tag, als Randy plötzlich weg war. Bei der Kreuzung nach Arnasco warteten wir einige Minuten. Das Wetter war nicht prächtig, der erste Wirt wollte uns nichts kochen, dann fuhren wir weiter mit leerem Magen. Bald trafen wir in ein nettes Dorf mit einer einfachen Beiz. Die Antipasti schmeckten hervorragend, die Schnecken etwas gewöhnungsbedürftig.

Die grossen Dessertteller mit den feinen Cremes, Tiramisu, Panna Cotta, Gelati und Torta genossen wir bis ende Woche.

Es war kalt und nass, als wir auf dem Pass wieder komplett waren.

Nach San Remo fuhren wir an einem weiteren schönen Tag, leider hatte es viel Baustellen und Verkehr. Die Lastwagen brausten mit grossem Garacho auf der Kampfspur vorbei.

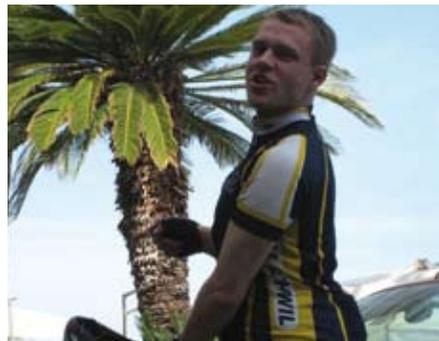
Plötzlich ging die Woche sehr schnell vorüber, auch eine strassenquerende Viper machte vor uns nicht Halt.

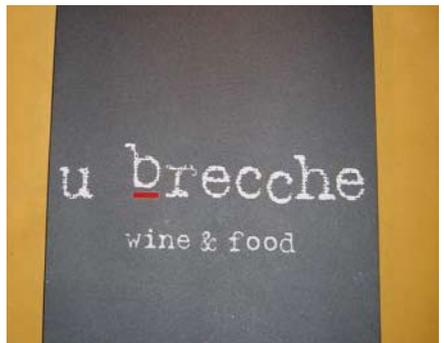
Am letzten Abend hatten wir prächtig getrunken und gegessen. Alle litten am draufkommenden Tag.

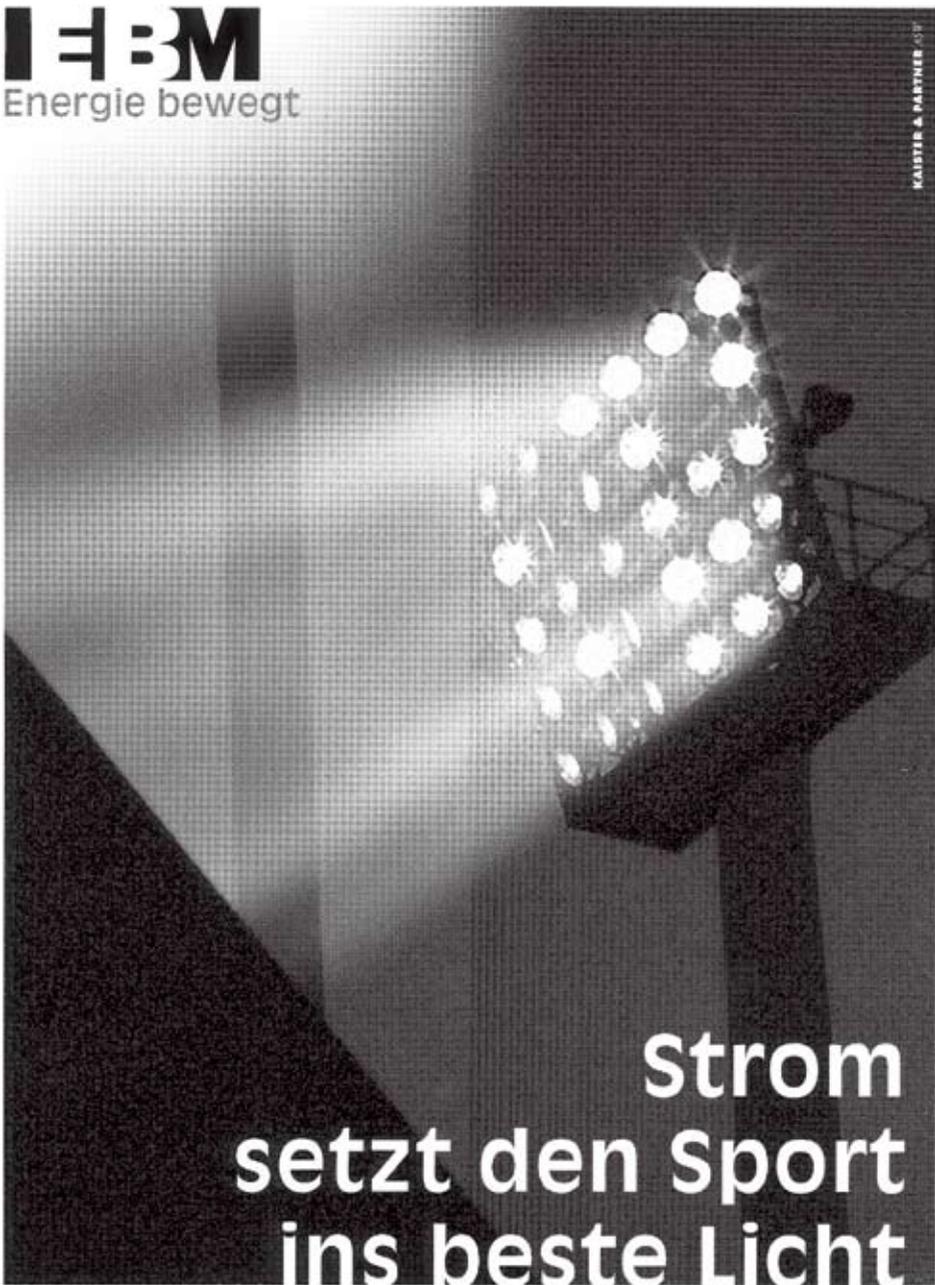
Samstag vormittags fuhren wir bereits wieder Richtung Norden. Kurz nach der Abfahrt legten wir aus verschiedenen Gründen mehrere Pausen ein.

Es war ein intensives und erfolgreiches Trainingslager, vielen Dank an: Stefan Durante, Eric Zechner, Anselm Jakob und Randy Koch.

Peter Sulzer







Strom setzt den Sport ins beste Licht

Die zuverlässige Energiedienstleisterin in der Nordwestschweiz:

EBM, Weidenstrasse 27, 4142 Münchenstein 2, Telefon 061 415 41 41, www.ebm.ch

Elektra Birseck EBM Energie Netz Technik Telematik



An alle VCA-ler:

Vor Ausfahrten,
Plauschfahrten,
Mondscheinfahrten,
Rennfahrten und
Heimfahrten
bei uns reinschauen
und auf dem Laden-
parcours total
abfahren!
Öffnungszeiten
beachten!

Avis:

Wir lassen keinen Fahrer im
Laden stehen!

Mehr Infos bei
Jucki