

Sattelifest

VeloClubAllschwil.ch
Nr. 176 / Dez. 2021





Liebe Tina

An der GV von 2015 wurdest du als Nachfolgerin von Ariane Gutknecht zur Präsidentin des VC Allschwil gewählt. Seither hast du Vorstandssitzungen und Generalversammlungen organisiert, geleitet und den Verein von Beginn an erfolgreich geführt. Du bist auf einzelne Interessen eingegangen, ohne den Überblick zu verlieren und hast immer im Interesse des ganzen Vereins gehandelt.

Unterschiedliche Meinungen konnten unter deiner Leitung respektvoll und konstruktiv besprochen werden, so dass gute Lösungen resultierten. Du hast einige Spezialerevents angeregt und mitorganisiert. Ein besonderes Highlight war sicher das 40-jährige Jubiläum 2017, welches wir bei schönstem Wetter im Allschwiler Wald feiern durften. Du warst auch regelmässig bei Trainingsweekends, Clubmeisterschaften, Wettkämpfen und geselligen Anlässen dabei. Trotz deinen vielseitigen und umfangreichen Aufgaben als Präsidentin hast du an ver-

schiedenen Anlässen ausgeholfen und zeigst dich als Vorbild für alle Mitglieder.

Auch als Athletin bist du in der Zeit als Präsidentin erfolgreich gewesen und hast unsere Vereinsfarben im In- und Ausland präsentiert. Der 5. Rang in deiner Altersklasse in Hawaii 2018 ist nur eine deiner zahlreichen Top-Platzierungen.

Nach 6 Jahren übergibst du nun einen gut aufgestellten und aktiven Club an René Zimmerli.

Der Vorstand und der ganze VCA danken dir ganz herzlich für deine hervorragende Arbeit und wünschen dir weiterhin viel Freude im Verein und alles Gute für die Zukunft.





www.c3le.ch



Verein Cycling
3Ländereck
beider Basel



LIVE 
STREAMING
zoom

Aufgepasst NEU!!

Der Verein c3le bietet Dir die Möglichkeit an, im Winter oder bei schlechtem Wetter mehrmals die Woche von zuhause aus unsere Lektionen mitzufahren.

Ab Dezember 2021 startet unser **Zoom-Angebot**.

Ob mit Deinem Indoorbike oder mit Deinem Bike auf Rollen; wir fahren zusammen spannende und anspruchsvolle Profile.



Sei dabei:

- Montagabend von 19 bis 20 h
- Freitagmorgen von 7h bis 7:50 h

Melde dich bei uns via E-Mail info@c3le.ch oder via Tel. +41 79 209 36 89. Wir freuen uns auf Dich!

Dein Partner im Winter, Verein c3le in Allschwil.
www.c3le.ch

Grazie mille, Nicola

für viele schöne Momente auf dem Velo, beim Feiern, an den Vorstandssitzungen oder Garage aufräumen!

Nicola ist seit 2016 Obmann der Velosektion und in der Zwischenzeit auch im Vorstand vom Tretlager. Er hat viele Ausfahrten geleitet und Spezial-Events organisiert und dies wird er hoffentlich auch weiterhin tun!

Vielen, vielen Dank für dein Engagement für den VCA.

Tina



WELEDA



JAHRE VERBUNDENHEIT
VON MENSCH UND NATUR

Mit freundlicher Unterstützung von Weleda.

www.weleda.ch

Inhaltsverzeichnis

Vorwort des neuen Präsidenten	9
Der VCA-Vorstand	11
Eintritte / Austritte	13
Beitrittserklärung	13
Gute Ideen gesucht!!	15
Bericht der Präsidentin 2021	17
Generalversammlung 2021	19
Nachwuchsförderung	20
Jahresbericht Velosektion 2021	22
Clubrennen Sektion Velo 2021, 2. Teil	25
Jahresbericht Bike 2021	28
VCA-Agenda	30
Trainingskalender Triathlon / Velo	31
Trainingskalender Bike	32
Sarah Thöni, Triathlon Genf	33
Jahresbericht Sektion Triathlon 2021	34
Paarzeitfahren	38
Die Saisonabschlussfahrt der Velosektion	42
Steffen Warias; Tokio 2020	44
ALPEN – BREVET 2021	46
GRAVEL – TORTOUR meets Zürich!	48
Tour de Kärnten 2021	50
VCA-Vollmond-Abendfahrt #2	54
Martin Primosig; Jungfrau Marathon	55
Wisenberglauf	55
Ranglisten CM / Velo	56
Ranglisten Triathlon / Schwimmen / Laufen	58

RAIFFEISEN

○ Perfekte Vorbereitung

○ Perfekte Vorsorge

Was immer Ihr Ziel ist.

Mit persönlichen **Vorsorge-** und **Anlagelösungen**
machen wir den Weg frei.

raiffeisen.ch/vorsorgen-anlegen

Titelbild: Vollmond-Abendfahrt, 20. Oktober

E-Mobilität ist Zukunft

Steigen Sie jetzt um

Weitere inspirierende Mobility-Themen
www.primeo-energie.ch/mobility



Der Weg zu einer nachhaltigen Mobilität führt über die Elektromobilität. Mit Primeo Energie als Partner von MOVE profitieren Sie von einem der grössten Stromladenetze der Schweiz. Möchten Sie jetzt auf Elektromobilität setzen? Wir beraten Sie gerne. **Live smart.**



Vorwort des neuen Präsidenten



Liebe VCA Mitglieder

An der Generalversammlung vom 6. November wurde ich zum neuen Präsidenten des VCA gewählt. Das ist für mich eine grosse Ehre und ich sage **Danke** für das mir entgegengebrachte Vertrauen.

Einem Verein vorstehen zu dürfen, der sportlich so breit und erfolgreich, und finanziell so solide ist, ist einfach und schwierig zugleich.

Einfach, weil man gestützt wird durch die ausgezeichnete Arbeit der bisherigen Präsidentin, des Vorstandes und aller aktiven Leute im Verein.

Schwierig, weil - wie kann man das Erreichte halten oder gar noch steigern?

Vielleicht wird meine Amtszeit nur zwei Jahre betragen.

Ich möchte diese Zeit deshalb weniger mit Verwalten füllen, sondern mit allen Vereinsmitgliedern und dem Vorstand prüfen, ob und wo Möglichkeiten für weitere Verbesserungen und zukunftsgerichtete Änderungen bestehen.

Damit Aufgreifen, Diskussion, Entscheid und gegebenenfalls Realisierung von Möglichkeiten und Ideen gelingen können, benötige ich eure Unterstützung, und darum bitte ich euch.

Vielen Dank im Voraus und beste Grüsse
René

**Lieber René
Gratulation zu deiner Wahl!**



Exklusiv für VC Allschwil-Mitglieder

15%-Rabatt
auf Lauf- & Radanalysen

25%-Rabatt
auf Laktatstufen- & VO2max-Tests



die sportklinik - das original

Praxisklinik Rennbahn AG
Funktionelle Diagnostik
Kriegackerstrasse 100
CH-4132 Muttenz

Dr. Marlene Mauch
Tel. +41 (0)61 465 64 99
somc@rennbahnklinik.ch
www.rennbahnklinik.ch



Funktionelle Diagnostik

Ernst Gürtler AG
Elektrotechnische Unternehmung
Binneringerstrasse 53 • CH-4123 Allschwil

seit bald 100 Jahren
Ihr Allschwiler Elektro-Unternehmen

Telefon 061 481 22 00 • info@guertler-elektro.ch

Für Familien & Vereine



AMBIENTE

Restaurant • Bankette • Seminare • Lädeli

Parkallee 7 Tel. 061 485 33 99 www.ambiente-allschwil.ch
4123 Allschwil Fax 061 485 30 01 info@ambiente-allschwil.ch

Der VCA-Vorstand

Funktion	Name	Adresse	Telefon / e-Mail
Präsident	Zimmerli René	Grabenmattweg 61 4123 Allschwil	061 481 75 64 rene-zimmerli@gmx.ch
Vize-Präsident	Daniel Wampfler	Schützenmattstr. 10 4051 Basel	061 261 30 64 dwampfler@swissonline.ch
Aktuar	Martin Primosig		mprimosig@hotmail.com
Kassierer	Michael Bild	Rauracherweg 23 4114 Hofstetten SO	061 361 97 57 anneumicha@bluewin.ch
Obmann Velo	Eric Zechner	St. Galler-Ring 199 4054 Basel	077 414 42 47 eric.zechner@unibas.ch
Obmann Velo	Martin Frey	In den Ziegelhöfen 123 4054 Basel	079 453 73 23 m.frey1@web.de
Obmann MTB	Oliver Greuter	Feldstrasse 100 4123 Allschwil	079 787 87 46 oliver.vca-bike@bluewin.ch
Obmann MTB	Patrik Roth	Steinbühlweg 20 4123 Allschwil	061 482 36 60 roth.vca-bike@bluewin.ch
Obfrau Triathlon	Barbara Lehmann	Flühstrasse 4 4114 Hofstetten	076 387 11 78 lehmann-merkofer@hotmail.com
Obmann Triathlon	Oli Lehmann	Flühstrasse 4 4114 Hofstetten	079 664 73 46 lehmann-merkofer@hotmail.com
Kids	Marcia Eicher	Schönenbuchstr. 51A 4123 Allschwil	079 203 57 74 marcia.eicher@gmx.net
Redaktion Resultate	Fränzi Rombach	Baslerstrasse 332 4123 Allschwil	061 481 78 11 info@velocluballschwil.ch
Redaktion Layout	Joe Theiler	Lerchenweg 34 4123 Allschwil	076 560 93 30 joe.theiler@sunrise.ch
Webmaster	Rolf Moser	St. Jakobs-Strasse 10 4052 Basel	079 523 84 33 info@velocluballschwil.ch
Bekleidung	Dominic Hofmann	Baselmattweg 44a 4123 Allschwil	079 210 96 23 dominichofmann@bluewin.ch
OK Klausenlauf	Marco Egli	Postfach 4123 Allschwil 1	ok@allschwiler-klausenlauf.ch

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

Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen



Hier könnte Ihr Inserat stehen!

Für 4 Ausgaben pro Jahr, mit einer Auflage von 250 Exemplaren:

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

Senden Sie Ihre Vorlage oder Anfrage an:
VeloClubAllschwil
Postfach
4123 Allschwil
info@velocluballschwil.ch



Stiftung LBB Lehrbetriebe beider Basel
Gärtnerei

Bungestrasse 75, CH-4055 Basel
Tel 061 321 00 21
gaertnerei@lbb.info
www.lbb.info

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 8.30 – 12.00 14.00 – 18.30
Sa 8.30 – 16.00

Sanitäre-Anlagen
Neu- und Umbauten
Reparaturen
Boilerservice

M. Christen

Kurzlängeweg 19
4123 Allschwil
mchristensan@tiscalinet.ch

Sanitär
Tel. 481 84 44
Fax 481 84 18

2vida >>

Firmenfitness
Personal Training
Leistungssport

Das persönliche Training für eine
erfolgreiche Saison:

- » Trainingssteuerung
- » Trainings- und Wettkampfanalysen
- » Ernährungsberatung

Telefon: 076 345 76 71 | www.2vida.ch | goforward@2vida.ch



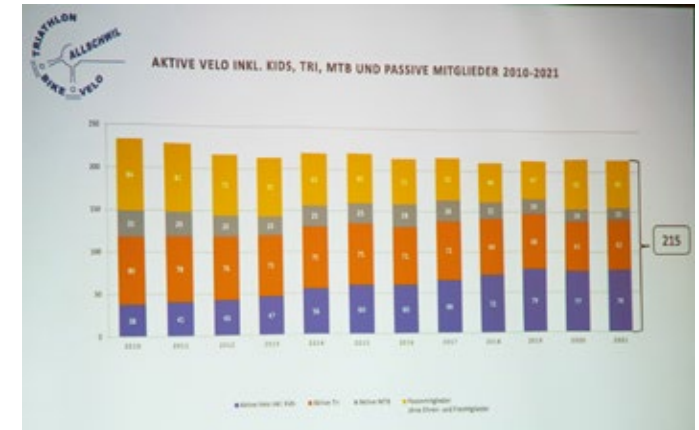
Eintritte / Austritte

Eintritte Kids

Timm Wampfler
Rebecca Reis

Austritte

Jennifer Coates, Velo
Xavier Nijhof, Kids
Ilya Vogt, Kids



Beitrittserklärung

an:

Velo-Club Allschwil, Postfach, 4123 Allschwil 1, info@velocluballschwil.ch

Die unterzeichnende Person möchte dem Velo-Club Allschwil gerne als

Aktivmitglied oder Passivmitglied beitreten

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Beruf: _____

Strasse/ Nr.: _____ PLZ/ Ort: _____

Telefon: _____ eMail: _____

Untersektion MTB-Fahrerin RadrennfahrerIn Triathletin kids
EINE! Hauptsektion

Verbandsmitglied: Swiss Cycling ja nein Swiss Triathlon ja nein

Datum: _____ Unterschrift: _____

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

Gute Ideen gesucht!!!!

Der VCA besitzt aktuell mehr Geld, als er für die Reserven benötigt. Diese gute Botschaft konnte uns Michael Bild an der GV 2021 mitteilen.

Es stellt sich die angenehme Frage: Für welche Aktivitäten oder Anschaffungen für unsere Vereinsmitglieder wollen wir etwas von diesem Geld verwenden?

Im Vorstand machen wir uns dazu Gedanken, und wir laden alle Vereinsmitglieder ein, bis Ende Januar 2022 ebenfalls Vorschläge einzureichen an: [<vorstand@vcal.clubdesk.com>](mailto:vorstand@vcal.clubdesk.com) oder mündlich an eines der Vorstandsmitglieder.

Wir freuen uns auf zahlreiche Ideen und werden euch auf dem Laufenden halten.

Für den Vorstand
René Zimmerli



**Martin,
herzlich willkommen
als neuer
Velo-Obmann**

Polarkreis
Kühlfahrzeuge

- Kühlfahrzeuge
- Pharmafahrzeuge
- Kühlmietfahrzeuge
- Beschriftungen

www.polarkreis.swiss

Bericht der Präsidentin 2021



Auch das Jahr 2021 ist durch Corona geprägt... Unter angepassten Bedingungen im Freien oder mit Abstand konnten wir wiederum vier Vorstandssitzungen abhalten. Für die Flexibilität möchte ich mich beim gesamten Vorstand bedanken.

Corona prägte auch zu einem grossen Teil die Arbeit der Obmänner/Obfrau: Für viele Absprachen und das ständige Anpassen von Schutzkonzepten, um uns zu ermöglichen, den Trainings nachzugehen.

Dies verdient ein herzliches Dankeschön, dies nicht nur einmal im Jahr an der GV, sondern auch im Trainingsalltag. Schliesslich sollten wir uns immer wieder bewusst machen, dass all diese Arbeit ein ehrenamtliches Engagement darstellt.

Hervorheben möchte ich daher auch die Zusatzarbeit der Tria Obmänner/Obfrau und Beppo, die mit sehr viel Aufwand die individuelle Tria Clubmeisterschaften aufgestellt und zu 2021 erweitert haben.

Daher finde ich es schon sehr schade, dass nicht mehr teilgenommen haben. Gelaufen und gefahren sind doch sehr viele von uns. Dies ist sicherlich nicht gerade motivationsfördernd.

Erfolgreich war sicherlich unser Helfereinsatz am Bikefestival Basel. Hier konnten wir etwas für die jüngsten Biker und für unsere Vereinskasse tun. Die VCA-Mitglieder waren auch fleissig am Sammeln von Punkten des Migros Sport Support. Weitere Unterstützung durften wir erfahren durch den Verein Klausenlauf, der Raiffeisen Bank Allschwil und der Gemeinde Allschwil.

Besonders erwähnen möchte ich natürlich auch die super tolle Silber-Leistung von Steffen an den Paralympics in Tokyo im Zeitfahren. Herzliche Gratulation!

Es war doch toll, wieder Sportwettkämpfe anzuschauen oder auch wieder selber an der Startlinie zu stehen.

Dies ist nun mein letzter Jahresbericht. Ich danke allen für die Unterstützung in den letzten sechs Jahren und wünsche dem Verein und dem Vorstand nun einen neuen, frischen Wind! Allen VCA Mitglieder weiterhin gute und vor allem unfallfreie (gemeinsame) Trainings und Wettkämpfe.

Tina



Neu im
Vorstand
und als
Vizepräsident
gewählt:

Daniel

Herzliche
Gratulation!

Generalversammlung 2021



Nachwuchsförderung

VCA-Kids Training 2021, Marcia Eicher



Unser Kids Training gibt es seit 2013.

Seit 9 Jahren versuchen Greg und ich den Bedürfnissen der Kids gerecht zu werden und passen die Trainings laufend an. Seit dieser Saison werden wir von Daniel Wampfler unterstützt. Dani ist eine sehr wertvolle Stütze. Mit seiner motivierenden, frischen Art begeistert er die Kinder. Einen grossen Dank an dieser Stelle.

Im Fokus steht, die Neugierde fürs Rennvelofahren bei den Kindern und Jugendlichen zu wecken. Das Kids-Velo bietet einen spielerischen Einstieg ohne Leistungsdruck. Technik, kleine Fahrspiele und Intervalle werden eingebaut, um den späteren Einstieg in den Leistungssport zu ermöglichen.

Mit ca. 14 Jahren ist der Übergang in die Cycling Academy NW möglich. Die Jugendlichen, die das Rennvelofahren als Leistungssport ausüben möchten, werden hier unterstützt.

In der Cycling Academy NW führen wir die Rennvelofahrer*Innen und Biker*Innen der Region zusammen. Die Jugendlichen bleiben in ihrem Stammverein.

Jugendliche, die noch keinem Verein angehören und in unserem Einzugsgebiet sind, werden Mitglied vom VCA. Die Trainings sind strukturiert und wettkampforientiert. Das heisst, Ziel ist es, dass die Fahrer und Fahrerinnen eine Lizenz lösen.

Wir unterstützen die Jugendlichen bei der Organisation und Vereinbarkeit von Ausbildung und Sport. Wir sind auch Ansprechpartner, wenn es darum geht, dem Jugendlichen eine sportlerfreundliche Ausbildung zu ermöglichen.

In der Cycling Academy NW haben diese Saison 4 Jugendliche des VCA eine Lizenz gelöst und sind regionale und nationale Rennen gefahren:

- Otis Jonkheere (U15)
- Philip Dirnhofer (U17)
- Luca Heider (U19)
- Diego Casagrande (U19).



Nächste Saison haben wir bereits wieder Fahrer und Fahrerinnen aus dem Kids-Velo, die nachziehen werden.

Jakob Klahre, U23 Radrennfahrer, hat das Handwerk auch beim Kids-Velo erlernt.

Leider gab es für ihn noch keine Cycling Academy NW. Er musste viele Trainings selber organisieren. Greg, Nico Winter und ich standen ihm aber, wenn immer möglich, zur Seite.

Jakob besucht zurzeit die Sportklasse der Wirtschaftsmittelschule. Jedes Jahr gibt es ein Laufbahngespräch zwischen Schüler, Eltern, Lehrkräften und Trainer. Es werden Ziele formuliert und der Leistungsstand in Schule und Sport kontrolliert.

Jakob hat diese Saison mit konstant guten Ergebnissen überzeugt und wurde mit einem Vertrag beim UCI Continental Team „Swiss Racing Academy“ belohnt.

Ich bin unglaublich glücklich über diesen Vertrag und bin gespannt, wie sich Jakob weiter entwickelt.

So funktioniert die Nachwuchsförderung! Unser Verein hat seine Verantwortung wahrgenommen und eine Struktur geschaffen, um nachhaltig dem Radrennsport zu dienen.

Die Emotionen, die wir in Wettkampf und Sport erleben, verbinden uns. Der Verein identifiziert sich mit dem Sportler.

Das Engagement zahlt sich aus und wir würden uns wünschen, dass noch mehr Mitglieder sich für unsere Jugendförderung begeistern könnten.

Mit der Nachwuchsförderung rücken wir unseren Verein in ein gutes Licht und gewinnen neue Mitglieder in allen Sektionen hinzu.



Jahresbericht Velosektion 2021

Ressort Touren & Events

Carissimi VCA'ler*innen

Nun ist also meine letzte Saison als „Co-Obmann“ der Velosektion bereits Geschichte. An der letzten Generalversammlung vom 6. November konnte ich zum letzten Mal über Ausfahrten, Trainings und Events berichten, die während dem Jahr stattfanden.

Die Aktivitäten der Sektion im 2. Coronajahr

Coronabedingt fand die Sektions-Sitzung nur digital statt. Dank „Zoom“ konnten wir uns anfangs März „sehen“ und die Saisonplanung im „üblichen“ Rahmen besprechen. Auf dem Jahresprogramm standen am Ende der Sitzung viele Aktivitäten und ich bin froh, dass die Velosektion nach

wie vor im Bereich Touren und Events sehr aktiv ist. Einmal mehr hat sich bestätigt, dass sobald jemand eine Idee hat, sich immer einige finden, die dies dankbar annehmen und sich anschließen. Dank der Plattform „SportMember“ ist es für alle sehr einfach, Aktivitäten für alle Vereinsmitglieder vorzuschlagen.

Im Jahr 2021 haben sich diverse Sektionsmitglieder bereit erklärt, eine Tour oder einen Event zu planen und durchzuführen. Dank eurem Engagement habt ihr ermöglicht, dass viele Kolleg*innen viele schöne Stunden in Gesellschaft auf dem Velo verbringen konnten.

Vielen Dank an dieser Stelle an die Organisatoren **Dominic** (Crémantsprint im Januar und Kanal-Runde am Gründonnerstag), **Martin F.** (Spe-

zialevents, Vollmond-Ausfahrten und unzählige Ausfahrten/Trainings), **Rolf** (Spezialevent 200+ im Frühling), **Daniel Wä.** (Sandwich-Tour im Jura Ende Mai), **Daniel Wa.** (Kurventraining, ebenfalls Ende Mai), **Joëlle** (modifizierte Schwarzbuebe-Rundfahrt am 6. Juni), **Patrik** (Pässe-Tour mit 2 Übernachtungen und Bike-Packing, Mitte Juni), **Steffen** (Hochblauen Tour) und **Henry** (Kandelrunde im Herbst). Auch ich war wie üblich mit der Durchführung von Spezialevents und den zwei Ausfahrten „Saisonöffnung und -schlussfahrt“ engagiert.

Betreffend Leitung der Abend- und Wochenendtrainings speziell bedanken möchte ich mich bei **Simone, Joëlle, Kathrin, Martin F., Dominic, Eric und Patrik**. Einfach fantastisch was ihr Woche für Woche über die ganze Saison geleistet habt!

Leider sind wir in diesem Jahr nicht von Stürzen verschont geblieben. Auffällig, dass im Jahr 2021 viel mehr Unfälle - darunter auch ein paar mit

gravierenden Konsequenzen - passiert sind als in den vergangenen paar Jahren. Ist das Zufall? Ich hoffe es sehr und wünsche allen, die noch in Genesung sind, gute Besserung.

Merci und a presto

Zum Schluss meines Jahresberichts möchte ich mich dafür bedanken, dass ihr mich in den letzten 5 Jahren als Co-Obmann unterstützt habt!

Während meiner «Amtszeit» hatte ich Freude an der «Aufgabe» als Sektionsleiter und die Zusammenarbeit mit dem Vorstand war immer ausgezeichnet. Ich war immer ganz stolz, den Veloclub Allschwil zu repräsentieren.

Unter meiner Zeit als Co-Obmann hat sich innerhalb des Vereins einiges, meiner Meinung nach mehrheitlich im Positiven – verändert. Die Velosektion ist in den letzten Jahren stark gewachsen, viele Mitglieder der Velosektion haben erfreulicherweise innerhalb des Vereins Aufgaben übernommen (Rolf als Webmaster, Martin P. als Aktu-



ar, Michael als Kassier und Dominic als Kleider-Verantwortlicher). Man kann somit sagen, dass die Velosektion in den letzten paar Jahren innerhalb des Vereins Oberhand genommen hat und sehr engagiert ist.

Ein paar Sachen wurden dank meiner Initiative in den letzten Jahren neu eingeführt: z.B. die regelmäßige Durchführung von Spezialereignissen sowie die gemeinsamen „Saisonöffnung und -schlussfahrten“.

Diese Aktivitäten sind beliebt und wurden immer gut besucht. Ich hoffe, dass sie beibehalten werden.

Dazu ist innerhalb der Velosektion die Gruppe der „Tourenfahrer“ – genau gesagt Fahrer*innen, die gerne auch längere Ausfahrten bestreiten - viel größer geworden.

Und last but not least können wir sehr stolz auf unsere Frauen Rennvelo-Gruppe «VCA Women» sein, die seit der Gründung vor ca. 3 Jahren (nach einer Initiative von Markus A.) stark gewachsen ist und um die wir von vielen anderen Vereinen beneidet werden.

Macht so weiter Simone, Joëlle, Kathrin, eures Engagement wird sehr geschätzt!

Nun ist für mich die Zeit gekommen, Platz zu machen für meinen Nachfolger. Natürlich bleibe ich dem Verein erhalten und werde nach wie vor viele Velo-km mit den Vereinskollegen spulen.

Wenn dieser Text veröffentlicht wird, hat **Martin Frey** das Amt übernommen. Martin ist ein super Typ, der sich schon lange für unseren tollen Verein engagiert. Bitte unterstützt auch ihn in seinem Wirken als Co-Obmann, wie ihr das bei mir gemacht habt.



Ganz zum Schluss hier noch vier persönliche Gedanken für die Zukunft unseres Vereins. Passend zu unserem Motto „Ein Verein in Bewegung“ wünsche ich mir, dass

- noch mehr Mitglieder sich für den Verein engagieren (innerhalb der Velosektion insbesondere als Gruppenleiter)
- die drei Sektionen sich näher rücken und bedeutend mehr gemeinsame Aktivitäten stattfinden
- es uns gelingt, jüngere Sportler*innen (ca. 20-40-jährige) als aktive Vereinsmitglieder zu gewinnen
- die bereits hervorragende Arbeit für unseren Nachwuchs weiter geführt wird

Ich wünsche Euch allen gute Gesundheit und viele schöne gemeinsame Erlebnisse.

Ciao, Nicola

Clubrennen Sektion Velo 2021, 2. Teil

Neues von Unter dem Acker(t), und Bekanntes vom Blochmont bis zu den Freibergen

Der 2. Teil der Clubmeisterschaft 2021 begann mit dem neuen Bergzeitfahren von Grellingen auf den „Unteracker“ unterhalb des Moosbergs (für den geneigten Leser: das Wieso zum „unterhalb“ wurde schon im vorletzten Sattelfest aufgelöst). Die Teilnehmer*innen durften daher Ende Juni bei angenehmen Temperaturen die verbliebenen knapp 350 Hm fahren.

Als Eindruck blieb, dass wohl alle das Bergzeitfahren genug selektiv fanden und zufrieden waren mit der Strecke, auch der strahlende Sieger und amtierende Clubmeister Daniel. Den Moosberg nahmen wir dann trotzdem auf der Rückfahrt über Himmelried mit.

Leider musste Daniel wegen den Folgen eines heftigen Sturzes im Sommer in einer Abfahrt zum Doubs-Tal für den weiteren Verlauf der CM passen.

Mittlerweile (November) kann er wieder regelmäßig am Clubtraining teilnehmen: noch genießen wir, dass er brav im Feld mitfährt, und schauen mit gemischten Gefühlen dem Moment entgegen, wenn er uns wieder von der Spitze aus an den Steigungen „verbrennt“.

Der Wiedereinstieg nach den Sommerferien erfolgte traditionell mit dem Massenstartrennen am Blochmont. Das Fehlen von Daniel als üblicher Tempomacher hatte zur Konsequenz, dass sich Tempo und Attacken mit Bummeln abwechselten. Im Ziel setzten sich trotzdem bisherige Sieger mit Ruben vor Steffen durch.

Für den 5. Lauf der CM führen wir wieder nach längerer Pause das „3-Hügel-Einzelzeitfahren“ von Hagenthal über Liebenschwiller den Bettlacher hoch. Klingt nicht dramatisch, aber über die gut 15 km summieren sich fast 350 Hm, was es ein



ziemlich anspruchsvolles Rennen werden lässt. Mit Matthias hatten wir einen neuen Sieger für die CM 2021. Er nahm den Schwung auch grad mit, um in seiner Spezialdisziplin, dem folgenden 1-km-Sprint als Einzelzeitfahren im Hardtwald mit einem Vorsprung von über 5 sec(!) zu siegen. Der Abschluss der CM erfolgte wieder bei bestem Wetter in den Freibergen mit der Jolidon Classique, oder Mémorial Claude Jolidon genannt für diese Ausgabe 2021.

Die separaten Wertungen wurden wieder von Matthias auf der kurzen Strecke, und von Marcia auf der langen Strecke für sich entschieden.



Matthias hat sich mit diesem starken Saisonende für die Schlusswertung der Clubmeisterschaft am meisten Rennpunkte geholt.

Da er aber nur 5 Rennen bestreiten konnte, und noch nicht vom Altersbonus profitieren „darf“, wurde er knapp noch abgefangen beim Titel zum Clubmeister Velo: dies von **Patrik**, welcher in den letzten beiden Rennen jeweils einen guten 2. Platz belegen konnte.

Das persönliche Fazit zur Clubmeisterschaft 2021: mit 7 von 8 geplanten Rennen konnten wir trotz Einschränkungen im Clubbetrieb zu Beginn der Saison eine gefühlte volle Saison fahren. Dies wieder bei trockenem bis strahlendem Wetter und ohne Stürze, das zumindest in diesen Rennen.

Die Teilnahme mit im Schnitt gut 10 Teilnehmerinnen war zwar nicht so zahlreich wie im 2020, aber immer noch im Bereich des langjährigen Schnittes.

Da auch für das 2022 in der Region keine Basler Hobbymeisterschaft geplant ist, werden die Rennen der Clubmeisterschaft für unsere Mitgliederinnen aller Sektionen hoffentlich eine gute Gelegenheit darstellen, sich gegen die Uhr oder direkt im Linienrennen gemeinsam zu messen.

Das reibungslose Funktionieren der Rennen beruhte aber auch auf unser bewährtem Zeitnehmer-Team mit **Jonas, Heinz und Anselm**, ihnen vielen Dank

Wie die anderen Aktivitäten in der Sektion wie den Touren, Rundfahrten, und externe Rennen ruht auch die Clubmeisterschaft auf der Basis des allwöchentlichen Trainingbetriebs mit seinen vielen abwechslungsreichen und schönen Erlebnissen. An die Leiterinnen, aber auch den Teilnehmerinnen unser Trainings am Dienstag-, Mittwoch-, und Donnerstagabend im Sommerhalbjahr, Sonntags das ganze Jahr und Samstags im Winterhalbjahr hier ein besonderes Dankeschön.

Eric





Jahresbericht Bike 2021

In unserer kleinen, familiären Bike-Truppe durften wir wieder viele grossartige Touren fahren und erleben.

Trotz häufigem Regen in diesem Jahr konnten wir unsere jeweils 3- bis 4-stündigen **Sonntagsausfahrten** das ganze Jahr, jeden 2. Sonntag, durchführen. Es war vielmals schlammig und nass. Aber: es gibt bekanntlich ja nur schlechte Kleider und kein schlechtes Wetter!

Jedes Jahr wieder; das **Mittwoch-Abendtraining** mit **Robi**, ab 14. April, ab 18 Uhr bis in die Dunkelheit.

Es war wie gewohnt immer anspruchsvoll. Dank abwechslungsreichen Touren lernten wir den Gempfen von ganz anderen Seiten her kennen. Danke Robi für die Organisation und die grossartigen Trails!

Es war wie jedes Jahr ein voller Erfolg!

Am Sonntag, 3. Januar, fand das traditionelle 3-Königs-Biken statt. Es ging mit dem Bike über die Blauenkrete, im Schnee, bei herrlichem Winterwetter.

Während des Aufwärmens am Feuer durften wir einen selbstgemachten 3-Königskuchen geniessen. Die königliche Hoheit hiess in diesem Jahr König **Andres**. Vielen Dank an **Lamduan** für den 3-Königskuchen!

Freitag, 18. Juni, gemeinsames Nachtessen mit anschliessendem Bike-Hock im Restaurant Schützengarten in Allschwil.

20. Juni um 10.00 Uhr: Start zu unserer beliebten Sonntags-Tour nach Nuglar, der Alten Brennerie. Nach einem kleinen Imbiss und Bier, ging es wieder den Berg hoch Richtung Gempfen.

Sonntag, 18. Juli, Schnupper-Biken, endlich wieder schönes Wetter!

Wie geplant konnten wir die Schnupper-Biketour durchführen. Da Schulferien waren, kamen nicht so viele Teilnehmer wie erhofft.

Leider konnten wir aufgrund von zu wenig Anmeldungen unser traditionelles, verlängertes Bike-Weekend am 18. + 19. September nicht durchführen. Anstelle dessen machte sich eine Hand voll Hardcore-Biker am 17.09. mit dem Zug auf den Weg, ohne Bike, ins Bike Kingdom Lenzerheide.

Dort konnten wir am testRIDE teilnehmen, schöne Bikes bestaunen, testen und interessante Trails fahren.

4.+5. September, die vorgesehene Barrhorn-Tour auf 3610 müM. konnte leider aufgrund von schlechtem Wetter nicht durchgeführt werden. Wir hoffen auf 2022!



Ehrungen! Danke an alle!
Robi: Leiten Mittwochs-Biken,
Rolf: Guide- und Tourenorganisation,
Achim: war so gut wie immer beim MittwochBiken dabei.
 Bei unserer kleinen Truppe hätten eigentlich alle eine Ehrung verdient.

Zum Glück wurden wir auch in diesem Jahr von schlimmen Stürzen verschont.

Oliver

VCA-Agenda

Aktuelle Daten immer unter

<<www.velocluballschwil.ch>>

Allgemeine Termine 2022

Vorstandssitzung	16.03.2022	
Vorstandssitzung	08.06.2022	Pfingstwoche!
Vorstandssitzung	21.09.2022	
45. Generalversammlung	05.11.2022	
Ängelimärt	26.11.2022	
43. Klausenlauf	04.12.2022;	alle helfen mit!
Vorstandssitzung	07.12.2022	

Monats-Treffen - Triathlon - MTB - Velo

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

Redaktionsschluss Sattelfest

Ausgabe Nr. 177	14.02.2022
Ausgabe Nr. 178	09.05.2022
Ausgabe Nr. 179	22.08.2022
Ausgabe Nr. 180	07.11.2022



Bitte sendet Eure Berichte, Fotos etc. nicht erst 2 Tage vor Redaktionsschluss an uns. **Fotos separat** (nicht in einem Word-Dokument eingefügt) und in

Originalgrösse (möglichst gross!!!)

Achtung: Mailprogramme verkleinern die Auflösung der Fotos automatisch, ausser wenn Ihr jeweils „Originalgrösse“ wählt.

Sendet grosse Fotos bitte einzeln, mit we-transfer oder über die Dropbox

Eure Beiträge mailt Ihr bitte an:

info@velocluballschwil.ch



www.facebook.com/VeloclubAllschwil

facebook

Trainingskalender Triathlon / Velo

Aktuelle Daten immer unter

<sportmember.ch>

<www.velocluballschwil.ch>

Schwimmtraining

Montag	19.45 - 21.00 Uhr	Andy Langlotz	Hallenbad Neuallschwil
Dienstag	12.00 - 13.00 Uhr	eine Bahn ist reserviert	
Mittwoch	12.00 - 14.00 Uhr	eine Bahn ist reserviert	
Donnerstag	20.00 - 21.00 Uhr	Gunther Frank	
Samstag	11.00 - 13.00 Uhr	Andy Langlotz	

Rennvelo Ausfahrten

Samstag	10.00-13.00	Okt. - Ende März	Feuerwehrmagazin Allschwil
Insieme 25-28km/h			
Sonntag	10.00 Uhr	ca 2.5 Std., ganzjährig	
Für spontane Änderungen des Zeitrahmens siehe Plattform SportMember -> Velosektion Rennvelo Abendtraining Di + Do erst wieder ab Ende März 2022			

VCA Woman Rennvelo-Training, 14-tägig

Sonntag	nach Vereinbarung	sportmember	Zoll Hegenheim in Allschwil
Rennvelo Abendtraining Mittwoch erst wieder ab Ende März 2022			

Kids Rennvelo-Training, Beginn März 2022

Freitag	17.30 - 18.45 Uhr	Marcia Eicher	Feuerwehrmagazin Allschwil
---------	-------------------	---------------	-------------------------------

Training Cycling Academy NW

Samstag	10.00 Uhr		Schranke St. Jakobs- stadion
Sonntag	10.00 Uhr		

Mehr Infos unter www.cyclingacademynw.ch Bei Interesse mit Marcia Eicher vorher Kontakt aufnehmen cycling.academy.nw@gmx.ch

Es gelten die aktuellen Corona-Weisungen! Beachtet bitte die homepage und sportmember!

Haftungsausschluss

Die Teilnehmer*innen fahren in eigener Verantwortung und auf eigenes Risiko. Eine Haftung seitens des VC Allschwil wird ausgeschlossen. Versicherung ist Sache der Teilnehmer*innen.

Trainingskalender Bike

Bike	Sonntags-Ausfahrten	
09.01.2022	11:00–14:00 Uhr Dreikönig-Biken	Treffpunkt Neuweilerplatz
23.01.2022	11:00–14:00 Uhr	
06.02.2022	11:00–14:00 Uhr	
20.02.2022	11:00–14:00 Uhr	
06.03.2022	11:00–14:00 Uhr	
20.03.2022	11:00–14:00 Uhr	
03.04.2022	11:00–14:00 Uhr	
17.04.2022	11:00–14:00 Uhr	
01.05.2022	10:00–13:00 Uhr	
15.05.2022	10:00–13:00 Uhr	
29.05.2022	10:00–13:00 Uhr	
12.06.2022	10:00–13:00 Uhr	
26.06.2022	10:00–13:00 Uhr	
10.07.2022	10:00–13:00 Uhr	
24.07.2022	10:00–13:00 Uhr	
07.08.2022	10:00–13:00 Uhr	
21.08.2022	10:00–13:00 Uhr	
04.09.2022	10:00–13:00 Uhr	
18.09.2022	10:00–13:00 Uhr	
02.10.2022	10:00–13:00 Uhr	

Eintrag/Teilnahme für die Sonntags-Ausfahrten im Doodle der VCA Biker!
Der Doodle-Link findet sich unter <<[**Mittwoch-Trainings finden erst wieder ab Mittwoch, 13. April 22 statt**](https://www.velocluballschwil.ch/bike/training/>></p>
</div>
<div data-bbox=)

Nach Vereinbarung mit der Tourenleitung nehmen wir neue Biker und Bikerinnen gerne mit.
Interessent*innen melden sich beim Obmann Oliver <oliver.vca-bike@bluewin.ch>

Die VCA-Mountainbike-Ausfahrten finden teilweise in technisch anspruchsvollem, exponiertem Gelände statt. Die Teilnehmer/innen fahren in eigener Verantwortung und auf eigenes Risiko. Eine Haftung seitens des VC Allschwil wird ausgeschlossen.

Versicherung ist Sache der Teilnehmer/innen.



Jahresbericht Sektion Triathlon 2021

Das Berichtsjahr 2021 hat angefangen wie das letzte Jahr aufgehört hat.

In der Winterzeit stehen vor allem Indooraktivitäten auf dem Programm. Diese waren jedoch aufgrund der Coronamassnahmen massiv eingeschränkt.



Unser Sektionstreffen im Januar ist beispielsweise ins Wasser gefallen, da grössere Versammlungen nicht möglich waren. Ein Austausch für die Saisonplanung hat dadurch leider nicht stattgefunden.

Im Winter feilen wir üblicherweise an unserer Schwimmtechnik. Gunther und Andi zeigen uns im Wintertraining immer wieder unsere Schwächen auf, an denen wir arbeiten können.

Fast den ganzen Winter sassen wir jedoch auf dem Trockenen. Erst Ende April öffnete das Hallenbad und wir durften endlich wieder unsere Bahnen ziehen. Wie das Radfahren verlernt man auch das Schwimmen bei längerer Pause nicht, das Wassergefühl und die spezifische Schwimmmuskulatur schwinden aber deutlich und wir sind auf einem tieferen Level wieder eingestiegen.

Uns Obleute haben die ständig ändernden Bedingungen neben dem Training zusätzlich gefordert. Die Schutzkonzepte für das Hallen- resp. Freibad

mussten während des ganzen Jahres laufend angepasst werden.

Relativ früh nach der Hallenbadsaison konnten wir unter etwas weniger strengen Bedingungen ins Freibad Bachgraben wechseln. Der nasskalte Frühling und Sommer lud jedoch häufig nicht zum Schwimmen ein. Triathleten ohne Neoprenanzug waren nicht zu beneiden und blieben dem Training häufig fern.

Marlene, langjährige Triathletin in unserem Verein und Mitarbeiterin der Rennbahnklinik, bot in der Winterzeit eine Aktion an. Mittels Pedalkraftanalyse, spezifischem Trainingsprogramm und anschließender Erfolgskontrolle konnte an der Radtechnik gefeilt werden, eine gute Gelegenheit die schwimmfreie Zeit zu nutzen, statt auf dem Sofa zu kleben.

Da in der ersten Jahreshälfte fast keine Wettkämpfe stattfanden und auch der Spiezathlon, unsere traditionelle Clubmeisterschaft, abgesagt wurde, haben wir uns entschlossen, die Clubmeisterschaft ähnlich wie im vergangenen Jahr durchzuführen. 2020 hatten immerhin 13 Athleten teilgenommen und das Format hatte damals Anklang gefunden.

Für die CCM (Corona Club Meisterschaft) 2021 haben wir das Angebot erweitert. Für die Gesamtwertung mussten insgesamt 4 Strecken absolviert werden, die zwei bestehenden Strecken sowie ein zusätzliches Einzelzeitfahren und einen zusätzlichen Lauf. Die Strecken standen von Anfang Juni bis Ende August auf dem Programm.

Damit beim Blauenlauf die Streckenführung im Wald klar war, haben wir einen Testlauf angeboten. Anmeldung und Auswertung für die CCM erfolgten über die neue Plattform ViRace. Beppo hat dies ermöglicht und die Teilnehmer beim Datentransfer unterstützt, herzlichen Dank.



Wir bitten um Verständnis, wenn bei solchen neuen Rennformaten nicht alles auf Anhieb reibungslos funktioniert. Insgesamt haben 4 Athleten alle 4 Strecken absolviert und sich damit für die CCM 2021 klassiert:

CCM 2021 Damen:

1. **Tina In-Albon**

CCM 2021 Herren:

1. **Matthias Siegrist**
2. **Jann Stettler**
3. **Walter Weber**

Herzliche Gratulation an die diesjährigen Clubmeister Tina und Matthias.

Ebenfalls danken wir den weiteren Teilnehmern, welche einzelne Strecken bestritten haben:

Markus Schelbert
Daniel Wälchli
Raoul Giger

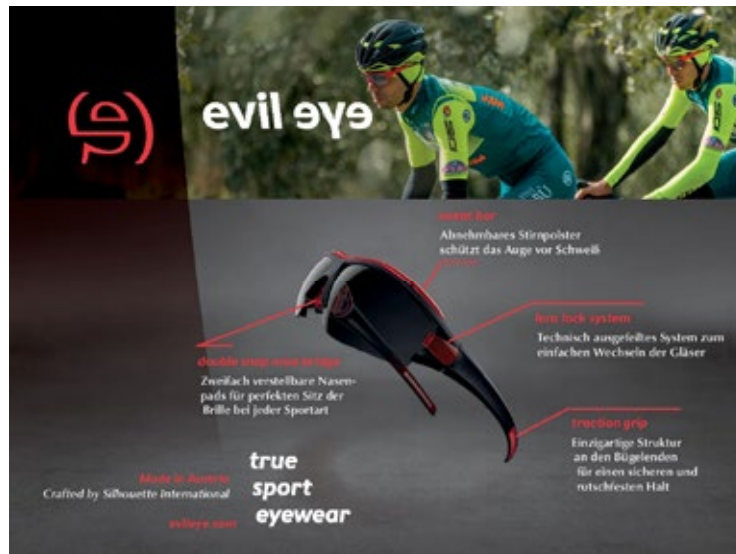




Eine Sportbrille, die nicht einfach nur eine weitere Sonnenbrille ist, sondern ein unentbehrliches Teil der Sportausrüstung, das eine Steigerung der sportlichen Leistung unterstützt. Made in Austria – in Zusammenarbeit mit den besten Fachleuten und Spezialisten, entsteht Ihre Sportbrille in Linz, Oberösterreich.

Die evil eye frame technology vereint alles, was Sie brauchen, perfekten Halt, unvergleichbare Leichtigkeit und eine individuell einstellbare Passform.

Für erstklassige Sicht in jeder Situation sorgen die austauschbaren Gläser mit kontraststeigernden Farben. Diese kann man ganz einfach wechseln oder man wählt die selbsttönende Variante – auch mit optischen Korrektionsgläsern erhältlich.



Wir sind Ihr Spezialist für Nasenvelos jeglicher Art und Kontaktlinsen. Radeln Sie zu uns und parkieren Sie direkt vor der Türe, wir beraten Sie sehr gerne!

Mit diesem Inserat erhalten Sie Ihren Sehtest im Wert von CHF 50.- kostenlos und 10% auf Ihre evil eye Sportbrille! Bitte vereinbaren Sie einen Termin. 061 481 74 64 / dilloptik@bluewin.ch

Wir freuen uns auf Sie!

DILL OPTIK



In der zweiten Jahreshälfte wurden endlich wieder offizielle Wettkämpfe durchgeführt. Einige motivierte VCA-Triathleten nutzten diese Gelegenheiten und waren wieder auf den verschiedenen Distanzen in der Schweiz und vereinzelt auch im Ausland tätig.

Mehrheitlich waren die Athleten in den neuen Wettkampfanzügen unterwegs, wie auf den uns zugestellten Fotos und den Berichten im Sattelfest ersichtlich war.

Dies ist sehr erfreulich und zeigt, dass die Anzüge wettkampftauglich sind, gefallen und die Allschwilerfarben vertreten werden.

Dass Triathleten vielseitig sind, bewiesen einige auch in diesem Jahr wieder und nahmen nicht nur an klassischen Triathlons teil. **Iris**, zweifache Hawaii-Finisherin, bestritt beispielsweise einen Plauschtriathlon mit Ihren Hunden, **René** erklimmte beinahe jeden Berg, **Marco** und **Dani** kreisten auf der Bahn in Grenchen, **Barbara** und **ich** beendeten ein Strassen Etappenrennen und nicht weniger als 7 VCA-Athleten erliefen sich den Titel als Schluchtenprinz oder gar als Schluchtenkönig. Wir hätten wohl keine Probleme, Mitglieder für eine neue Sektion Traillauf zu finden.

Erfreulich ist auch, dass Triathleten auch 2021 immer wieder Trainings der anderen Sektionen, insbesondere der Strassenfahrer, besuchten.

Wir waren jedoch nicht nur an Wettkämpfen aktiv. Am Bikefestival in Basel im August waren 13 Helfer vom VC Allschwil im Einsatz. Unser Einsatz war für den Geschicklichkeitsparcours der Kleinsten. Erstaunlich und faszinierend wie die zukünftigen Neff's und Schurter's bereits ihre Bikes beherrschen.

Damit ein Verein und auch unsere Sektion funktioniert, braucht es immer wieder freiwillige Einsätze von Mitgliedern. Solche Mitglieder sind sehr wertvoll für ein attraktives Vereinsangebot und haben zumindest eine Ehrung verdient.

Beppo Hilfiger hat uns wieder unterstützt für



die Durchführung der CCM 2021.

Andi Langlotz hat uns auch dieses Jahr zweimal pro Woche mit seinen abwechslungsreichen Trainings gefordert. Beim Aufräumen der Leinen wünschte ich ihm mehr Unterstützung von den Schwimmern.

Ohne Schiedsrichter sind Wettkämpfe unmöglich. **Walter Brodmann** und **Raphael Kennel** waren ebenfalls wieder als Schiedsrichter tätig.

Wir bedanken uns bei allen ganz herzlich für Eure Bereitschaft und Eure Einsätze. Ebenfalls bedanken wir uns bei allen Triathleten für Eure Unterstützung in den letzten Jahren.

Wir haben uns entschlossen per GV 2022 als Obleute der Sektion Triathlon zurückzutreten. Wir haben uns gerne für Euch, die Sektion Triathlon und den Verein eingesetzt. Nach 7 resp. 5 Jahren ist jedoch Zeit für frische Kräfte. Interessierte Nachfolger können sich gerne bei uns oder beim Vorstand melden.

Barbara und Oliver Lehmann





Paarzeitfahren

Saison Finale der Kids Abteilung und der Cycling Academy NW

Sieben Paare mit VCA Beteiligung haben am 26.09.2021 das Zeitfahren in Fulenbach bestritten. Für viele war es das allererste Rennen. Alle haben sich konzentriert der Aufgabe gestellt und sind mit horrendem Tempo die Strecke abgefahren.

Ganz herzliche Gratulation. Ich freue mich jetzt schon auf die nächste Saison. Marcia





pete's bike SHOP

Pascal Zechner
Gartenstadt 2
4142 Münchenstein

Tel. 061 411 32 76
www.petesbikeshop.ch



Der Shop mit dem Focus auf Rennvelos

TREK



Die Saisonabschlussfahrt der Velosektion

Samstag 23. Oktober 2021

19 Fahrer*innen fuhren die Abschlussrunde zusammen.

Auf dem Jahresprogramm der Velosektion hat es ein paar Traditionsanlässe, die Jahr für Jahr durchgeführt werden und gut besucht sind.

Die Saisonabschlussfahrt gehört eindeutig zu dieser Kategorie. Die grosse Teilnehmerzahl hat einmal mehr gezeigt, dass dieser Sozialevent auch in Zukunft einen festen Platz im Jahreskalender haben wird.

Die geplante Route führte uns, mehrheitlich abseits der Hauptstrassen, ins nahe Elsass. Nach dem obligaten Fotoshooting beim Feuerwehrmagazin in Allschwil fuhren wir nach Leymen, wo wir einen ersten kleinen Zwischenstop einlegten.

Dort warteten 4 der insgesamt 19 Fahrer*innen auf uns. Auch **Simone** stand in Leymen für die Weiterfahrt bereit. Er wurde ganz herzlich begrüsst. Alle hatten sichtlich grosse Freude, ihn endlich - nach fast einem Jahr seit dem schweren Velounfall - wieder mal dabei zu haben. Bentornato Simone, ci sei mancato!

Die ganze Runde verlief ohne Zwischenfälle, bei prächtigem Herbstwetter und bei einem Tempo, das für alle passte. In allen Reihen konnte man sich während der ganzen Fahrt gut über alle möglichen Themen austauschen.



Der Schluss der Velorunde war mindestens so schön wie die Rundfahrt: bei „Lucie“ gab es auf der Aussenterrasse ein paar gute Apériteller und Getränke, so dass wir nochmals die Eindrücke des Nachmittages Revue passieren lassen konnten. Dass alle Teilnehmer*innen bei „Lucie“ angehal-

ten haben und dass eine sehr gute Stimmung herrschte, hat mich besonders gefreut.

Einen Dank an alle, welche mitgekommen sind. Wir konnten wieder gute Werbung für unseren Verein machen und ich hatte den Eindruck, dass alle sehr zufrieden nach Hause gefahren sind.

Nicola



Steffen Warias; Tokio 2020

Paralympischen Spiele Tokio 2020

Mit einem Jahr Verspätung durfte ich bei meinen dritten Paralympischen Spielen starten. Ich hatte mich lange darauf vorbereitet, und habe auch 2020 genutzt, um mich mit dem Fokus auf die Spiele in 2021 vorzubereiten.



Die Vorbereitung beinhaltete zwei Höhentrainingslager und spezifische Trainings auf dem Zeitfahrrad.

Die Vorbereitung für die Strassenrennen lief sehr gut. Die Verletzungen nach dem Sturz bei der WM in Portugal behinderten mich nicht mehr. Ich freute mich sehr, bei den Spielen starten zu können.

Im Vorfeld wurde sehr viel über die Spiele und die Corona Situation diskutiert - die Japaner hatten die Organisation sowie entsprechende Hygienemassnahmen vollstens im Griff.

Die Strecken im Zeitfahren und Strassenrennen

waren sehr anspruchsvoll; wir durften auf und um den Fuji Speedway fahren. Alles war top organisiert.

Die Strassen Radwettbewerbe fanden ca 150 km ausserhalb von Tokio statt. Deshalb waren die Radsportler auch ausserhalb von Tokio untergebracht.

Die Strassen Radwettbewerbe fanden ca 150 km ausserhalb von Tokio statt. Deshalb waren die Radsportler auch ausserhalb von Tokio untergebracht.

In den ersten Tage nach der Ankunft war Akklimatisierung und Strecke anschauen angesagt.

Im Zeitfahren hatte ich mir einen guten Plan zurecht gelegt; ich wollte kontrolliert fahren, aber immer pushen. Dies gelang mir sehr gut. Ich hatte auch die Kraft und Ausdauer, dies durchzustehen. Ich freue mich riesig, die Silbermedaille im

Zeitfahren gewonnen zu haben und bedanke mich bei allen Unterstützern.

Im Strassenrennen wechselten sich Dauerregen mit heftigen Platzregen ab. Mit ca 15 Grad war es auch recht kalt. In der Zeit vorher betrug die Temperatur bis 35 Grad.

Mit Platz sieben war ich nicht wirklich zufrieden. Ich hatte mir schon mehr erhofft, aber das ist Sport.

Ich freue mich besonders, bei meinen dritten Paralympischen Spielen meine dritte Medaille gemacht zu haben.



ALPEN – BREVET 2021

Rückblick; von Markus Schüpbach

Es war Ende August, als ich von Daniel Wälchli Unfall erfuhr. Ich wusste nicht, dass er für das Alpenbrevet Gold (207km / 5100Hm / 4 Pässe) angemeldet war.

So entstand die Frage, wer seinen Startplatz erben soll oder darf. Während eines Spitalbesuches erwogen wir diese Frage.

Ich sagte zu, ohne gross darüber nachzudenken. Das war der Beginn einer Herausforderung, der ich grossen Respekt zollte.

Ich überlegte zurück, wann ich das letzte Mal so etwas Grosses gefahren war: 2009 und 2012 der Ötztaler mit 238km und 5500Hm, beide Rennen unter 10 Std., in genau 09.42 Std. Zweimal die gleiche Zeit! Wie war das nur möglich?

Dann 2017 und 2019 die Tour – Transalp mit 800km, 19'000Hm und 19 Pässe in einer Woche, zu 7 Etappen.

Im Juli war ich mit Martin und Philippe in den Vogesen; Ballon d'Alsace, Grand Ballon und noch paar andere Pässlein. Es lief mir gut soweit, aber ich wusste, für das Alpenbrevet musste ich die richtigen langen Aufstiege trainieren, in dünnerer Luft.

Drei Wochen vor dem Start dann an einem Samstag mit dem Auto unterwegs nach Wassen. Um 05:00 aufgestanden, um ca. 08:30 wollte ich einklicken für die 3 Pässe-Runde Susten – Grimsel – Furka. Es waren am Ende 130km und 3800Hm. Zwei Sachen musste ich anpassen: Kassette hinten grösser auf 11 – 32 statt 11 – 30 und die Fulcrum Hochschulter Aero-Laufräder ersetzen durch flachere DT Swiss 1400 Laufräder mit Oxidbeschichtung. Grund sind die oft starken Windböen in den Abfahrten.

Zwei Wochen vor dem Start dann erneut mit dem Auto unterwegs; an einem Freitag nach Andermatt, weil ich den Aufstieg zur Furka von dieser Seite schon lange nicht mehr gefahren bin. Das



Wetter war trocken kühl - und meine Erkenntnis, dass sich der Aufstieg sehr lang anfühlte. Nach ein paar Selfis oben auf der Passhöhe dann wieder zurück nach Andermatt, um von dort noch den Aufstieg zum Oberalp zu fahren, den wir dann beim Alpenbrevet runter fahren. Nun nur noch gut erholen und ein bisschen rollen in der letzten Woche.

Dann kam der erwartete Samstag, der 4. September. Am Freitag davor hatte ich am Nachmittag frei genommen.

Wieder unterwegs nach Andermatt, Startnummer holen, Essen mit Martin und Philippe, die auch am Start waren bei der Gold Runde (Furka - Nuffenen - Lukmanier - Oberalp).

Die Übernachtung war in der Militärunterkunft mit vielen anderen Alpencracks, die Tagwache schon um 04:15, weil alle aufstanden und sich parat machten. Das Wetter draussen war bei 6° trocken und klar.

Unser Start 06:45. Die ersten 5km sind neutralisiert, es wird sehr diszipliniert gefahren, die Zeitmessung beginnt ab Realp. Wo sich meine beiden Freunde Martin und Philippe befinden, entgeht

mir.

Erster Powergel, ein Bidon gefüllt, zweites aus Gewichtsgründen leer, Isopulver aber drinn. Fahre eine gute Pace, auf Passhöhe immer noch 6°, ohne Stop ein Riegel essen und ohne was anzuziehen runter nach Ulrichen.

Aufstieg Nuffenen, ergänze

das Bidon wieder, Gel rein, Bio-Datteln dazwischen, relativ steil der Pass, ich überhole, dann werde ich wieder überholt. Es ist still, alle mit sich und der Umgebung in innerem Dialog. Das Wetter super und Freude in mir, dass meine Beine gut sind. Oben auf der Passhöhe wieder Riegel und unten in Airolo dann das Auffüllen der Bidons. Ich mache den Fehler, statt beide Bidons nur eines aufzufüllen. Die Strecke nach Biasca in der Gruppe und mit viel Tempo fordert mich sehr; fast 30° Hitze nun plötzlich. Getränk wird knapp, ein unscheinbarer Brunnen rettet mich.

Die Anfahrt zum Lukmanier zieht sich endlos dahin. Ich mache Führungsarbeit, um eine vordere Gruppe einzuholen. Einige bedanken sich, ein cooles Gefühl kommt hoch in mir. Dann kurzer Piss Stop, ein Bidon füllen, halbe Banane, Power Gummies, Gel und weiter geht's. Der Aufstieg ist mir unbekannt, es wird wieder kühler.

Oben auf der Passhöhe dann die Gewissheit, nur noch ein weiterer Pass, der auf mich wartet. Die Abfahrt ein bisschen mühsam, wegen einiger Baustellen und Schotterpassagen.

Die Gruppe um mich herum wird mal grösser, mal kleiner. Man kennt sich langsam, lächelt mal easy mal gequält....

Nun der letzte Aufstieg zum Oberalp. Ich fahre irgendwie wie in Trance und erreiche immer noch mit einer guten Pace die vierte und letzte Passhöhe, den Oberalp!

Ja und dann passiert etwas, was ich nun schon zum dritten Mal erlebe, einmal im Ziel vom Ötztaler und einmal im Ziel nach der 220km Alpen-Challenge: Während der Abfahrt vom Oberalp runter ins Ziel nach Andermatt, in vollem Abfahrtstempo, beginne ich zu realisieren, dass ich es geschafft habe, etwas für mich ganz Grosses, etwas, das nicht mehr selbstverständlich ist in meinem hübschen Alter von 57. Ich beginne zu weinen wie ein Kleinkind, kann mich fast nicht erholen. Das Augenwasser trübt mir die Sicht bei fast 80 km/h. Windböen zerren an mir und am Lenker. Aber die Sonne, der kalte Wind und das grosse Gefühl, ich habe es geschafft, trocknen mir das verheulte Gesicht.

Wie ein endloses Panorama geht es durch mich hindurch, was ich überhaupt schon alles auf dem Rennvelo erleben durfte: 2x Pyrenäen-Überquerung, 1x Race across the alps, 5x Sardinien-Umrandung, 1x Genf – Nizza, 2x Ötztaler, 2x Tour Transalp - um nur die Wichtigsten zu erwähnen. Unten im Ziel dann nur noch pure Freude. Ich strahle jeden und jede an, möchte die Welt umarmen. Dann treffe ich auch wieder meine verlorenen Freunde Martin und Philippe, die richtigerweise ihren eigenen Rhythmus gefahren sind.

Meine Zeit ist bei 9.32 Std gestoppt worden, was für mich einfach nur fantastisch ist, da ich mit eher 10 Stunden rechnete.

Martin, Philippe und ich stärkten uns dann noch in einer Pizzeria und waren gefüllt bis unter die Ohren mit Adrenalin des Erlebten.

Alpenbrevet 2022! Ich komme wieder! Mit Gold oder Platin?? ;))

Easy! Gruss an alle und danke für die Saison 2021

Euer Schüpbi

GRAVEL – TORTOUR meets Zürich!

28. bis 30. Oktober 2021

Ja; das ist der Titel von einem Sportanlass, von dem ich erst per Link erfahren habe, nach dem Alpenbrevet 2021.

Irgendwie fühlte ich sofort: „Hey! da musst du hin, das ist etwas ganz Neues für dich!“

Der Zürichberg, das Zürcher Limmatal, das Unterland mit Altberg und Lägern, sowie das Zürcher Oberland mit dem legendären Pfannenstiel sollen ungetrübten Gravel - Spass bieten; mit Off- und Onroad -Passagen, rythmischen Aufstiegen, flowigen Abfahrten, knackige Uphills usw.

Am 28. Oktober ging es los. Einen Prolog über 20 km und 300Hm am Freitag konnte ich aus zeitlichen Gründen nicht fahren. So buchte ich die Königsetappe am Samstag mit 92km und 1600 Hm, wie auch die zweite Etappe am Sonntag mit 73km und 1250Hm.

Der frühe Start um 08:00 bedeutete für mich Aufstehen um 05.00 und Losfahren in Basel um 06:15.

Hotelpackage vor Ort wäre möglich gewesen, aber zu teuer.

Ein Gravelbike habe ich (noch) nicht. So stand ich mit meinem Giant Anthem CC Fully, 12 kg, am Start. Ich dachte relativ naiv an 30% CC-Biker und der Rest für Gravel und Cyclecrosser.

Dem war gar nicht so.

Von den ca. 250 Teilnehmer waren gerade mal 5 Bikes; der Rest alles Gravel und Cyclecross Rennmaschinen. Ich dachte, komm easy, ich habe ja eine gute Form und los ging es. Es war eine sehr lockere Stimmung; ich einer der Ältesten, wie ich in der Startliste feststellte.

Etappe: 92km / 1600Hm

Die ersten 5km waren bei Nebel und 8° neutralisiert. Die Freigabe folgte dann in einem Wald-

stück. Ich hatte ein gutes Beingefühl und fand einen guten Rhythmus. So rauschten wir durch die Wälder. Es war ein permanentes Überholen oder ein überholt werden.

Sofort wurde mir klar, dass ich immer wieder voll drücken musste, um an einem Hinterrad zu halten. Vor allem das Beschleunigen aus den engen Kurven und die flachen schnellen Schotterpassagen verlangten mir alles ab. Dann gab es brutale Rampen von 16 bis 20%. Ich war froh, dass ich vom Lenker aus das Fahrwerk blockieren konnte.

In den Abfahrten dann ein anderes Bild: da konnte ich zum Teil ganze Reihen wieder Überholen, bis ein Teil von ihnen mich dann erneut einholte, vor allem in den sanften schnellen Anstiegen. Aber es machte Spass. Meinen Puls deklarierte ich zur Nebensache und freute mich immer wieder an den sympathischen Fights. Sehr beeindruckend waren auch die Leistungen und das technische Können der nicht wenigen weiblichen Teilnehmerinnen. Eine sympathische Sie redete immer wieder voller Freude und Humor auf mich ein, in einer Sprache, die ich mit bestem Willen nicht verstand. Ich antwortete mit Dauerlächeln.

Ja und dann, meine Beine reduzierten die Wattleistungen zunehmend - bei Km 93 dann im Wald das Ziel, welches ich in 03:59 erreichte.

Der Speaker freute sich sehr, mir zu gratulieren: zum 8. Kategorie-Rang von 28 Startenden in meiner Altersklasse.

Wow!! Meine Freude war riesig, weil ich ja noch nie so etwas machte: ein Rennen Bike gegen Gravel und Cyclecross. Wo wäre ich gelandet mit einem 8kg Cyclecross Renner?

Ich stärkte mich mit 2 Teller feinem Bohnengericht und machte mich auf den Weg zurück nach Basel. Bike reinigen / schmieren / Trikot waschen und alles wieder bereit machen für Etappe 2.

Dies hiess wieder: um 5 Uhr aufstehen und Start um 08:00.



Etappe: 73km / 1250Hm

Eine kürzere Etappe mit weniger Hm, das kann nur eines bedeuten: alles noch schneller!

Ja, so war es auch. Nach wiederum neutralisiertem Start ging es zur Sache. Spannend, meine Beine waren wieder voll da, fühlten sich noch fast besser an als am Samstag. Aber eben, den ändern ging es wahrscheinlich genauso. Dadurch bildeten sich immer wieder Gruppen, bei denen ich versuchte, mein aerodynamisches Handicap zu kompensieren. Es gelang mir manchmal, aber zunehmend musste ich zusehen, wie sie langsam davonzogen. So fuhr ich oft alleine. Gel, Datteln (Bio) und Powergums hielten den Wattverlust in Grenzen. Aus taktischem Grunde liess ich die Labstellen aus und staunte immer wieder erneut, woher die Rampen von wieder min. 16% kamen.

Irgendwie wollte das Ziel nicht näher kommen. Die Sonne strahlte. Viele Spaziergänger mit Kinder und Hund, Jogger und weitere Sonnenhungrige bevölkerten zunehmend die Wälder. Die strengen Blicke auf uns Sportler im Rennmodus und mit Startnummern liessen Raum zum interpretieren. Ob sie mich anfeuerten oder beschimpften war nicht immer eindeutig. Aber die meisten waren nett.

Gegen Etappenende waren wir eine 5er Gruppe und jagten uns gegenseitig in den Lactatbereich. Ich konnte mich sogar noch mit einem Sprintertyp absetzen und lieferte einen offenen Schlagabtausch mit ihm, als würde es um eine WM Quali gehen!

In der Abfahrt liess ich ihn dann mit abgesenkter Sattelstütze (Aeroposition ;)) leicht hinter mir und donnerte durch das Ziel.

Zeit: 03:05 Std. und 14ter von wieder 28 in meiner Kategorie.

Bei schönstem Sonnenschein und 3 Teller Älplermagronen genoss ich das gerade Erlebte. Ich war froh, dass auch das alles gut gegangen war: kein Sturz, kein Defekt und erstaunlich gute Beine an den 2 Tagen.

Zu den Siegerehrungen erschienen diverse Cracks (Rohrbach Nicola, Lehmann Walter, Joller Simon) und Ex-Profis (Elminger, Richard etc.)

Eines weiss ich jetzt schon: ich komme wieder im 2022. Dann aber mit einer Cyclecross Rakete. So werde ich wieder als Old Cowboy bei den Jungs rum wildern ;))

Wie wäre es, wenn es mal heissen würde: Gravel meets VC-Allschwil?

(Am Freitag vor dem Rennen hatte ich höllische Zahnschmerzen (gespaltene Füllung), so dass ich nur ca. 2 Std schlafen konnte. Hypericum Kügelchen halfen mir. Zum Glück konnte ich mein Sponsor Power Poridge frühstücken. Riegel essen während der Rennen war unmöglich. Gel und Powergums retteten mich während der beiden Tagen, plus ein platter Appenzeller Biber.)

Immer wieder euer Schüpbi

Tour de Kärnten 2021

4. bis 9. September 2021, Barbara und Oliver

Nach zwei Verschiebungen fand die Tour de Kärnten vom 4. bis 9. September 2021 endlich statt. Ursprünglich hatten wir uns Ende 2019 für die Tour de Kärnten im Mai 2020 angemeldet. Corona hat alles etwas durcheinander gewirbelt. Doch beim dritten Anlauf hat es geklappt. So fuhren wir am 1. September 2021 zuversichtlich nach Kärnten.

Tatsächlich standen wir dann am 4. September im Startblock des Strassen-Etappenrennens in Österreich.

6 Etappen, total rund 500km und rund 10'000Hm, inkl. Einzelzeitfahren standen auf dem Programm. Eine der wenigen Gelegenheiten, für unlizenzierete Strassenfahrer*innen ein Etappenrennen zu bestreiten.

Obwohl gut vorbereitet, waren wir beim Start etwas nervös, fehlte uns doch aufgrund Corona die Rennhärte. Auch konnten wir das Niveau nicht einschätzen, da wir kaum Fahrer kannten.

Das machte den Reiz aus und - wir waren auch auf die für uns unbekannt Gegend in Kärnten gespannt.



Die anschließende Abfahrt entschädigte durch perfekten Asphalt und erlaubte Spitzengeschwindigkeiten bis 90km/h. Im Ziel in Feldkirchen erwartete uns auf dem Hauptplatz neben den Zuschauern ein feines Nudelbuffet. Glücklicherweise und zufrieden füllten wir bei herrlichem Wetter unsere Speicher, es standen ja noch 5 Etappen bevor.

2. Etappe: Koralm-Runde (116km/1860Hm)

Bereits nach dem ersten Tag war das Rennfieber wieder da.

Die 2. Etappe führte nach Unterkärnten. Nach drei Anstiegen mit einer Rampe jenseits der 15% fuhren wir Richtung Lorenziberg nach Pflausach. Es folgte eine Rouleure-Strecke über 50km.

Glücklicherweise harmonisierten unsere Gruppen gut mit kurzen Ablösungen, so dass wir den Fuss vom Radsberg mit einem ordentlichen Schnitt erreichten. Der Schlussanstieg mit 360Hm auf 5km forderte uns nochmals bis zum Ziel in Tutzach.

Im Ziel wurden wir wieder bei herrlichem Wetter mit Kärntner Spezialitäten verpflegt. Natürlich wurden im Ziel auch sämtliche Rennsituationen mit den Konkurrenten analysiert, kommentiert, interpretiert...

3. Etappe: Bergankunft Falkert (64km / 1890Hm)

Nach einer Schleife hinter dem Hausberg der Mittelkärntner, der Gerlitzten, erwartete uns der berühmte Schlussanstieg auf den Falkert: 800Hm auf 7km, Ziel auf 1'861m, durchschnittliche Steigung über 10%, Rampen über 15%, waren definitiv für Bergflöhe zugeschnitten.

Nicht gerade wie Flöhe, aber ganz ordentlich kamen wir auf den Berg und wurden mit einer fantastischen Aussicht belohnt. Für die giftigen Rampen wären wir allerdings froh um einen Rettungsring gewesen, dafür konnten wir beim Ausrollen den Berg hinunter die Beine hängen lassen. Inzwischen hatten wir auch Bekanntschaft mit allen Schweizer Teilnehmern geschlossen.

1. Etappe: Lokal-Runde (123km/2170Hm)

Der Name hat nichts mit einer Wirtshaus-Tour zu tun, sondern leitet sich aus der lokalen Nähe des Startortes Ossiach ab.

Zunächst fuhren wir sozusagen als Warm-up über den Zammelsberg mit bis zu 12%Steigung, bevor die Preckova, eine Passhöhe zwischen Gurk- und Metnitztal, mit bis zu 14% auf dem Programm stand. Die folgenden 20km im Metnitztal waren geeignet, dem einen oder anderen den Stecker zu ziehen, ging es doch konstant mit 2 bis 4% Steigung dahin, bevor der letzte Anstieg des Tages auf den höchsten Punkt der Etappe, der Flattnitz, wartete.



ROOMPLAN GmbH
Schützenmattstrass 10
4051 Basel

+41 61 312 48 01
mail@roomplan.ch
roomplan.ch

roomplan.
InnenArchitektur & Konzeption

Beratung - Planung - Ausführung - Bauleitung



Stöcklin + Greuter Architekten AG, Talholzstrasse 24, 4103 Bottmingen
Tel. +41(61)401 11 30, Fax. +41(61)402 01 43, www.stoecklin-greuter.ch, info@stoecklin-greuter.ch

Im ganzen Feld, rund 280 Fahrer*innen, waren 7 Eidgenossen*innen dabei.

4. Etappe: Seen-Runde (90km/1670Hm)

Die 4. Etappe führte entlang einiger der vielen Seen in Kärnten. Gestartet wurde wie jeden Tag am Ossiacher See. Nach Neutralisierung und Durchquerung der Bezirksstadt Feldkirchen ging



es in die Nockberge vorbei am Afritzer See und am Brennsee. Nach dem Millstätter See ging es zum Glanz, Geburtsstätte des Kärntner Ski-Idols Franz Klammer, hinauf.

Hinunter und nach Durchquerung des Trau Tals wartete wieder ein Schlussanstieg zum Kurort Bad Bleiberg auf das Peleton.

Die letzten 11km mit über 400Hm waren wieder gespickt mit den für Kärnten üblichen Rampen von mehr als 15%. Am 4. Tag verspürten wir eine leichte Müdigkeit, wohl aufgrund fehlender Renn-tage in der Vorbereitung!

5. Etappe: Burgen-Runde (91km/1970Hm)

Voller Motivation standen wir auch am Start der vorletzten Etappe.

Von den Burgen unterwegs haben wir allerdings nicht viel mitbekommen; die Burgenromantik war spätestens am Schlussanstieg vorbei. Der Magdalensberg weist auf dem letzten Kilometer eine Steigung von 20% auf! Ein paar Körner sollten definitiv noch im Tank sein für dieses Finale.

Die Rampen in Kärnten sind zwar steil, aber zum Glück nicht lange, so haben wir auch die Ziellinie der 5. Etappe erfolgreich überquert.

Den Kaiserschmarrn im Ziel haben wir leider verpasst, wollten wir doch den Busshuttle zurück ins Hotel nicht verpassen.

Die Rückfahrt war mit rund 50km zum Ausrollen wirklich nicht verlockend und - am letzten Tag wartete ja noch das Einzelzeitfahren.

6. Etappe: Einzelzeitfahren (17km/450Hm)

Auch das Einzelzeitfahren war nicht flach. Zeit-fahrräder waren verboten. Wir waren nicht ganz unglücklich darüber, da wir uns keine Gedanken machen mussten, wie wir 4 Räder in unserem Subaru transportieren sollten.

Nach 9 flachen Kilometern entlang des Ossiacher Sees ging es auf der zweiten Hälfte stetig hinauf ins Ziel.

Obwohl von Triathlons das windschattenfreie Fahren gewöhnt, war das reine Einzelzeitfahren mit Startrampe ein spezielles, aber tolles Erlebnis. Mit dem Einzelzeitfahren wurde die Tour abgeschlossen.

Nicht ganz, am Abend gab es eine Abschlussfeier mit einem Buffet voller feinen Kärntner Spezialitäten und natürlich mit den ganzen Ehrungen.

Eine Woche herrliches Wetter, abwechslungsreiche Etappen, eine super organisierte Veranstaltung, eine neue Gegend, keine Stürze, Rennfieber mit einzelnen kleinen Tiefs, was will ein Rennfahrerherz mehr?

Wir hatten eine tolle Woche, sind zufrieden mit unseren Ergebnissen (Barbara: Gesamtzeit 17:45:46, 3. AK; Oliver: Gesamtzeit 15:32:27, 4. AK). Diese Veranstaltung können wir nur weiterempfehlen.

PS: Das Niveau war unserer Ansicht nach hoch, gewonnen hat die Tour Johnny Hoogerland, Profi bis 2017, bekannt auch durch einen schrecklichen Sturz an der TdF 2011 in einen Stacheldrahtzaun.

VCA-Vollmond-Abendfahrt #2

„Der Mond ist besinnlich, so auch das Tempo! Gutes Licht, welches ca. 3 Std durchhält, ist erforderlich. Ich freue mich auf eine klare Nacht, über einen sozialen Event, ... und eure Teilnahme, herzliche Grüsse, Martin“

Mit diesen Worten hat Martin F. die Vollmond - Ausfahrt im SportMember gepostet, die am Mittwoch 20. Oktober stattfand!

Na ja, die Nacht war nicht wirklich klar und der Mond hat sich mehrheitlich hinter den Wolken versteckt. Dafür war das Tempo tatsächlich besinnlich und alle 5 Teilnehmer*innen hatten am Rennvelo gutes Licht montiert.

Insbesondere Martin hatte eine sehr helle Lampe dabei, die sehr weit ausstrahlt. Somit war die Si-

cherheit jederzeit gewährleistet.

Ich war erstaunt, wie wenig Autos am Abend unterwegs waren und wie sehr sie auf uns Rücksicht nahmen.

Kompakt fahren wir, bei für diese Jahreszeit sehr warmen Temperaturen, die geplante Route über Neuwiller, Bettlach, Fislis und weiter via Hundsbachtal nach Allschwil zurück.

Vielen Dank Martin! Die Vollmond-Ausfahrt hat sehr viel Spass gemacht. Weil sich der Mond ungefähr einmal im Monat voll zeigt, stehen die Termine der nächsten VCA-Vollmondfahrten fest: sie finden am **Freitag 19. November** und am **Sonntag 19. Dezember** statt.



... Und als weitere Idee könnten wir eine Alpenpässe-Runde im nächsten Sommer - natürlich bei Vollmond - organisieren.

Mal schauen....

Nicola



Martin Primosig;
Jungfrau Marathon,
Wisenberglauf



Ranglisten CM / Velo

Clubmeisterschaft

CM Massenstart Jolidon **69km 12.09.2021**

Rang	Name	Zeit	Punkte
1.	Matthias Siegrist	1:47.08	100
2.	Patrick Pensa	1:50.15	90
3.	Eric Zechner	1:55.44	80

Velo

Paarzeitfahren Fulenbach **20km 26.09.2021**

Rang	Name	Zeit	AK
1.	Lucien Hoffmann, Merhawi Gebeleleul	29.45,59	Vitesse Jugend
2.	Nino Fahrni, Henry Goerdten	30.22,36	Vitesse Jugend
3.	Otis Jonckheere, Luca Heider	30.49,31	Vitesse Jugend
4.	Tom Emer-Lemle, Louis Roudin	33.50,02	Vitesse Jugend
5.	Salomö Michel, Matti Nussbaumer	34.51,73	Vitesse Jugend
6.	Rebecca Reid, Ella Becker	38.42,86	Vitesse Jugend

Paarzeitfahren Fulenbach **Sie+Er / Er+Er 30km 26.09.2021**

Rang	Name	Rang / AK
1.	Jacob Klahre, Laurin Bachmann	Rennfahrer
2.	Andreas Schweizer, Thomas Wiedmann	Rennfahrer
3.	Marcel Kamm, Claude Abderhalden	Rennfahrer
4.	Gergor Lang, Lachlan Campbell	Rennfahrer
5.	Martin Finger, Ivo Dängeli	Rennfahrer
6.	Sarah Risi, Pascal Biland	Rennfahrer

Tour de Kärnten 2021 **500km / 10'000Hm 4.-9.9.21**

Rang	Name	Rang / AK
3.	Barbara Lehmann	in AK
4.	Oliver Lehmann	in AK

Alpenbrevet 2021, Gold 4 Pässe **207km / 5100hm 03.09.2021**

Name	Zeit	Rang / AK
Markus Schüpbach	9:32	

Gravel Tortur **92km / 1600hm 29.09.2021**

Name	Zeit	Rang / AK
8. Markus Schüpbach	3:59	28 TN in AK

Gravel Tortur **73km / 1250hm 30.09.2021**

Name	Zeit	Rang / AK
14. Markus Schüpbach	3:05	28 TN in AK



Clubmeisterschaft 2021 Schlussrangliste

Rang	Name	Rennen	Bonus Kat	Rennbonus	Total
1	Patrik Schaub	430	20	60	510
2	Matthias Siegrist	450	0	50	500
3	Markus Schüpbach	390	20	70	480
4	Eric Zechner	390	20	70	480
5	Dominic Hofmann	290	20	50	360
6	Ruben Beledo	280	10	30	320
7	Simon Blythe	252	10	50	312
8	Joelle Zweacker	220	30	50	300
8	Daniel Wälchli	240	30	30	300
8	Steffen Warias	270	0	30	300
11	Philipp Zinsser	225	20	40	285
12	Patrick Pensa	210	10	30	250
13	André Moser	119	30	30	179
14	Tina In-Albon	115	10	20	165
15	Mike Meysner	110	30	20	160
16	Kathrin Hagmann	90	40	20	150

Ranglisten Triathlon / Schwimmen / Laufen

Triathlon Locarno		1,9 - 90 - 21	05.09.2021
Rang	Name	Zeit	AK
1.	Tina In-Albon	4.50,24	45-54

Triathlon Locarno		1.5 - 40 - 10	5.09.2021
Rang	Name	Zeit	AK
20.	Angelo Lumio	2.23,39	18-34

Olympischer Triathlon Genf		1,5 - 40 - 10	18.09.2021
Rang	Name	Zeit	AK
1.	Tina In-Albon	2:18	18-34

Triathlon Genf		1,9 - 90 - 21,1	19.09.2021
Rang	Name	Zeit	AK
1.	Sarah Thöni	4:38,23	45-54

Seeüberquerung Lugano		2,5km	22.08.2021
Rang	Name	Zeit	
17.	Sarah Thöni	43.57	

Jungfrau-Marathon		41,1km / 1829hm	11.09./2021
Rang	Name	Zeit	AK
47.	Martin Primosig	4:37.53	M 40

Wisenberglauf		10,5 / 600hm	925.09.2021
Rang	Name	Zeit	AK
9.	Martin Primosig	58.28,05	Sen 1

Muttener Herbstlauf		10km	24.10.2021
Rang	Name		Rang / AK
1.	Tina In Albon	41.19	Overall
10.	Jann Stettler	41.24	M40

Transruinalta/Transviamala		42,1 und 21km	23./24.10.21
Schluchtenlauf: Schluchtenkönig			
Rang	Name	Zeit	AK

11.	Matthias Prétot	5:46,17	AK2
-----	-----------------	---------	-----

Transruinalta/Transviamala		21 und 11.5km	23./24.10.21
Schluchtenlauf: Schluchtenprinz / -prinzessin			
Rang	Name	Zeit	AK

2.	Ariane Gutknecht	3:45,41	AK3
6.	Fränzi Rombach	4:14,20	AK2

2.	René Mayer	3:54,45	AK3
15.	Reto Baltermia	4:27.04	AK2

Transruinalta curta		21km / 780hm	23.10.2021
Rang	Name	Zeit	AK

4.	Alexa Mungenast	2:38,58	AK2
----	-----------------	---------	-----

26.	Daniel Wampfler	2:40,39	AK2
-----	-----------------	---------	-----



BLUE MOUNTAIN CYCLES

WINTERSPEZIAL: GRATIS HOL- UND BRINGDIENST

In den Monaten Januar und Februar profitieren Mitglieder des VCA von einem kostenlosen Hol- und Bringdienst bei kleinem oder grossem Service.

Reparaturen und Services aller Marken.

LOOK *cervélo* *FOCUS*

Infos zu Serviceleistungen unter www.bluemountaincycles.com
Kostenloser Hol- und Bringdienst gilt für Basel und den im Umkreis von 10 Km umliegenden CH-Gemeinden.

Talstrasse 26, 4112 Flüh |   [@bluemountaincycles.com](https://www.facebook.com/bluemountaincycles.com)



saucony®



Die Laufsportklinik hat sie, die 3 schnellen von Saucony:

- Fastwitch für Damen und Herren
- Endorphine Pro für Damen und Herren
- Endorphine Speed für Herren

LAUF
SPORT
KLINIK

«gesundlaufen»

KOMPETENZ-CENTER FÜR LAUFSPORT

laufsportklinik.ch