

VC Aktuell

VELOCLUB
STEINHAUSEN



Mitgliederinformation des Veloclub Steinhausen
www.veloclub-steinhausen.ch

Redaktion Walter Röllin / Nummer 03 / 2012

Editorial

Der Schnee ist gefallen, die Räder sind wieder in den Keller versorgt und die etwas gemütlichere



Zeit für den Veloclub ist eingekehrt. Jetzt wird wieder vermehrt feines Essen den Riegeln vorgezogen und Wein anstelle von isotonischem Zaubergeränk getankt.

Ein spannendes und abwechslungsreiches Jahr liegt hinter uns! Etliche Reifen wurden durchgefahen und das eine oder andere Mal musste hart

auf die Zähne gebissen werden.

Zusätzlich wurde hinter den Kulissen viel gearbeitet! Ich denke da zum Beispiel an einen Jahresplan. Bis so ein Gerippe steht, braucht es schon etwas Hirnschmalz. Das Programm soll ja spannend und abwechslungsreich sein. Des Weiteren denke ich an die Organisation der Trainingslager Mallorca und Bellaria. Immer wieder ein Kraftakt, bis alle Details geplant sind. Zum Glück gibt es viele freiwillige Helfer, die beherzt anpacken, damit so etwas möglich wird.

Ein gutes Gefühl habe ich, wenn ich an Anlässe wie Occasionsmarkt und Schülervelorennen denke, da wurde sehr erfolgreich gearbeitet. Für jeden Verein

ist es wichtig, dass die Finanzen stimmen. Das Geschäftsjahr verlief sehr erfolgreich für uns, wiederum weisen wir einen Gewinn aus.

Dieses Jahr stellt der Veloclub Steinhausen sogar einen Weltmeister. Kaspar Zwicky, wir gratulieren Dir herzlich und sind auch stolz! Ein Rennbericht ist im VC Aktuell.

Neben Radfahren und Anlässe organisieren, «fäschte» Veloclübler gut und gerne! So war der Sommerplausch auch 2012 ein gelungener Anlass mit viel Gelächter und Geschichten erzählen. Es wurde sogar ein Wilhelm Tell gekürt!?

Die Generalversammlung lief reibungslos ab und man spürte es den Teilnehmern an, dass sie sich bereits auf die nächste Radsaison freuen. Ein feierlicher Höhepunkt bildete das Weihnachtsessen im Restaurant Szenario, wo man gemütlich zusammen feines Essen und noch bessere Getränke zu Gemüte führte und einander den einen oder anderen Schwank aus dem Leben erzählte.

Zum Schluss vom 2012 sage ich allen: **DANKESCHÖN!** Wir sind ein tolles Team, das es schafft, zusammen eine schöne Zeit zu erleben.

Im Namen des Vorstandes Veloclub Steinhausen wünsche ich Euch und Euren Angehörigen besinnliche Festtage und einen guten Rutsch ins 2013! Bleibt alle gesund und kommt regelmässig an die Ausfahrten!

Für den Veloclub Steinhausen
Peter Oehen, Präsident



Aus dem Vorstand Mitgliedschaft Swiss Cycling

Eine Doppelmitgliedschaft ist im Jahr 2013 noch kein Thema. Swiss Cycling arbeitet an Vorschlägen.

Für Fr. 85.– Jahresbeitrag bei Swiss Cycling erhältst Du viele Vorteile, wie:

- Bezug zu günstigeren Preisen von Artikeln, wie
- Autokauf Skoda: Rabatt Fr. 500.–
www.swiss-cycling.ch/de/services/mitgliedervorteile/1240 (Skoda ist auch unser grösster Sponsor des Steinhauser Velotages)
 - Sportzeitschriften
 - Eintritt offene Rennbahn Oerlikon (Dienstagabendrennen)
 - Sixday Nights
 - usw.

Weiter Infos siehe:

<http://swiss-cycling.ch/de/mitgliedschaften/mitgliedervorteile.html>

Neue Homepage

Wie an der GV bekannt gemacht, ist die neue Homepage ab dem 1. Dezember 2012 aktiv.

Statutenänderung

An der GV wurden die Statutenänderungen einstimmig angenommen. Diese können ab sofort auf der Homepage heruntergeladen werden.

Mitgliedern, welche keine Möglichkeit haben, übers Internet Zugang zu den Statuten zu erhalten, druckt das Sekretariat des VCS diese gerne aus und sendet sie zu.

Vereinsanlässe

Das OK-Komitee «bittet/ersucht» Euch, bei Vereinsanlässen wie GV, Weihnachtsessen, etc., dass nur Angemeldete teilnehmen, damit genug Platz und auch ausreichend Essen vorhanden ist.

Am diesjährigen Weihnachtsessen waren 10 Personen mehr anwesend als angemeldet, was das OK-Komitee wie auch die Küche zu erheblichem Mehraufwand zwang.

Jahresprogramm 2013

Hallentraining für alle: Herbst '12 bis Frühling '13.
Freitag, 26. Oktober 2012 bis Freitag, 22. März 2013 (Dreifachturnhalle/SG 2/ Halle 3 Sunnegrund, 18.30 bis 19.45 Uhr).

Ausfahrten mit dem Bike

Herbst 2012 bis Frühling 2013.

Samstag 06. Oktober 2012 bis Samstag, 23. März 2013, jeweils 12.30 Uhr, Start beim Kreisel Rest. Rössli.

Ausfahrten Rennrad

Frühling 2013 bis Herbst 2013.

Montag, 08. April 2013 bis Mittwoch, 11. September 2013, 18.30 Uhr, Start Parkplatz Rest. Linde, jeweils Montag und Mittwoch.
(Im September Abfahrt bereits um 18.00 Uhr.)

Clubrennen

Für die Clubrennen erscheint Ende Februar 2013 eine separate Liste.

Touren

Für die Tages- und Halbtagestouren erscheint Ende Februar 2013 eine separate Liste.

Weitere Infos (Tabelle) Seite 8



Weltmeisterlich Senioren-WM 2012

Jedes Jahr wird Ende August in St. Johann im Tirol die Senioren-WM ausgetragen. Während 10 Tagen machen in verschiedenen Kategorien



und Rennen fast 3000 Seniorinnen und Senioren mit. Es gibt ein Strassenrennen (je nach Kategorie zwischen 40 und 112 km), ein Zeitfahren (für alle 20 km, fast flach) und ein Bergrennen (11,5 km, 400 Hm). Es sind

wohl die einzigen Rennen, wo man die Chance hat, mit gleichaltrigen Konkurrenten separat zu starten. Es beginnt bei 30- bis 40-jährig, dann immer 5 Jahrgänge – so konnte ich also mit den 65- bis 69-Jährigen starten. Nachdem ich bereits 3-mal das Strassenrennen gefahren bin (nicht mit berauschendem Erfolg, da die letzte Steigung 18 km vor dem Ziel ist und ich, als eher schlechter Sprinter, somit keine Chance hatte), wollte ich schon letztes Jahr das Bergrennen bestreiten – wie viele wissen, wurde

mir dann einen Tag vor dem Rennen mein Velo (mit 10 anderen teuren Rennern) aus dem Hotelkeller gestohlen. Ich sagte mir damals: Wenn ich dieses Jahr noch gleich gut bergauf fahre, will ich dieses Rennen unbedingt mal fahren.

So bereitete ich mich gut darauf vor und fühlte mich auch sehr gut. Es ist übrigens ein ganz spezielles Bergrennen: der erste Kilometer fast flach, der Zweite fast 11% Steigung, dann km 2 bis 7 wieder flach, sogar leicht bergab, dann ab km 7 nur noch bergauf. Zuerst 2- bis 4%, dann 5- bis 8% und dann immer steiler. Die letzten 500 m zwischen 14- und 17% Steigung! Nach der ersten Steigung waren wir noch 10 Fahrer. Auf der Fläche wurde einige Male attackiert und ab km 7 gab es dann das bekannte «Ausscheidungsrennen». 1 km vor dem Ziel schaute ich mich um – wir waren nur noch 3 Fahrer! Ich dachte, dass jetzt wohl bald einer angreifen wird. Als ich dann das starke Atmen hörte, forcierte ich und am Anfang der Schlussrampe griff ich noch einmal an und gab einfach alles! Als ich mich kurz vor dem Ziel umschaute, hatte ich bereits einen Abstand von ca. 50 m. So konnte ich dann sogar etwas «rausnehmen» und die Zieleinfahrt richtig geniessen. Ein Supererlebnis!

Es gibt zwar beim Bergrennen keinen WM-Titel (es gibt eben auch keine Bergweltmeisterschaft), aber es sind doch die Weltbesten am Start. Auch wenn mir bewusst ist, dass ich damit auf der Welt nicht viel bewegt habe, so freut es mich doch riesig! Übrigens: Ich brauchte für die 11,5 km und 400 Hm 26:42 Min. Das ist ein Durchschnitt von 25,3 km/h. Somit ist das Saisonziel vorbei und ich freue mich wieder, mit Kollegen Ausfahrten zu bestreiten – das ist dann doch etwas weniger «hektisch» ...

Kaspar Zwicky



Sommerplausch

Tells Geschoss

Freitag, 3. August 2012. Kaum waren die Knallkörper des Nationalfeiertages verhallt und der Pulverdampf verzogen, wagten sich 49 Veloclübler aus den Verstecken hervor, um am beliebten Sommerplausch teilzunehmen.

Dieses Jahr genossen wir Gastrecht bei der Armbrustschützengesellschaft Steinhausen. Es herrschte an diesem Freitagabend, trotz wolkenverhangenem Himmel, eine angenehme Temperatur, welche zum Verweilen im Freien einlud. Es wurde angeregt diskutiert und der Weiss- respektive Roséwein rann, wie von Geisterhand geleitet, die Kehlen hinunter. Der Apéro wurde vom Vizepräsi gesponsert, der im



Herbst für 7 Wochen bei den Aussies weilt und darum an der GV sowie am Weihnachtsessen durch Abwesenheit glänzen wird.

Ein Höhepunkt des Abends war sicherlich das Armbrustschiesen. Mitglieder der örtlichen Armbrustschützengesellschaft instruierten die angehenden



Tell-Söhne und Tell-Töchter im korrekten Schiessen mit der Armbrust. Leider stellte sich, trotz Aufforderung, niemand zur Verfügung, um mit einem Apfel oder einer Melone bestückt, als Zielscheibe zu fungieren. Dies, obwohl als Belohnung eine stattliche Anzahl Punkte für die Jahresmeisterschaft in Aussicht gestellt wurde, welche den Seriensieger Markus in arge Schieflage gebracht hätte.

Es wurde geschossen, bis die Würmer aus den Äpfeln flogen und manch eine/r entschied, eine solche Armbrust künftig auf ihr/sein Velo zu montieren, um eventuelle Schnellfahrer in die Schranken zu weisen. Sieger des Schiessens: Unser Veteranen Sepp Reding vor dem punktgleichen, trotz schmerzdem Dauern angetretenen Dauerbrenner Markus Knüsel, gefolgt vom Nachwuchs-Tell-Söhnchen Thomas Steiner. Das Schlusslicht, abgeschlagen und verbittert, verzog sich, wie es sich für ein Würmchen gehört, ins Erdreich zurück und ward nicht mehr gesehen (Name der Redaktion bekannt).



Die kulinarische Seite kam natürlich auch nicht zu kurz. Ein gemischter Salat als Starter und ein herrlich mundendes Steak mit Pommes Frites (natürlich nicht unbedingt Velofahrer freundlich, aber gerade deshalb umso besser ... ha, ha, ha) als Hauptgang. Abgerundet wurde das Ganze durch eine Meringue Glace.

Natürlich gehört zu einem Galadinner auch die musikalische Komponente, für welche, wie jedes Jahr, Dieter mit seiner Spezialfreundin sorgte. Die himmlischen Klänge waren noch bis spät in die Nacht zu hören.

Der Abend zog sich noch in die Länge und es wurde intensiv darüber diskutiert, wer wohl in die Fussstapfen des berühmten Wilhelm Tell treten würde



sowie über Blödsinn oder Genialität der Organisatoren, welche für den nächsten Tag bereits eine Velotagesausfahrt auf die Fritzenfluh geplant hatten. Nicht bei allen ist halt der Alkoholpegel am nächsten Morgen wieder auf Null gesunken (die Angst, die Polizei könnte den Stahlesel beschlagnahmen, musste bei einigen wohl riesig gross gewesen sein; oder war es die Olympiade, welche als Ausrede für eine Nichtteilnahme herhalten musste?).

Auf jeden Fall wurde der Abend als gelungen betrachtet und die Vorfreude auf den nächsten Sommerplausch kundgetan. *Maruks Walter*



Sportliches

Bike-Wochenende auf der Lenzerheide

Am Wochenende vom 21.–23. September fand auf der Lenzerheide das Testwochenende der Mountainbikes und Rennvelos statt. Der grosse Teil der Tester interessierte sich nur für die Downhill-Bikes, da man auf der Heide viele Berge bequem mit den Bahnen erreicht, um anschliessend nach eigenem Können eine entsprechende Abfahrt zu wählen und ins Tal hinunter zu sausen.

Am Freitagabend traf sich somit ein kleines Grüppchen VCS-Biker im Hotel Valbella Inn zum Apéro und anschliessendem Nachtessen. Es waren dies Claudia, Markus, Ruedi, Peter, Esther und Kari, sowie als special guests Sigrid und Joachim, die am Samstagmorgen ins Südtirol weiterreisten.

Morgens regnete es leicht, aber die ersten blauen Flecke am Himmel waren bald zu sehen. Die Gast-Biker trafen sich zuerst bei Esthers und Karis kleiner Wohnung zur Stärkung zum Kaffee.



Um 11 Uhr ging es aufs Bike. Wir verbrachten bei Sonnenschein und am späteren Nachmittag bei etwas bedecktem Himmel einen tollen Tag.

Die Tour führte uns über Lain/Alp Fops, mit einem Zwischenhalt mit eigener Verpflegung und Geniessen der schönen Rundschau, weiter über Tgantieni zum Piz Scalottas. Markus nahm als einziger mutig den Aufstieg auf dem Bike in Angriff – wir anderen bevorzugten doch lieber den bequemeren Weg mit dem Sessellift. Auf der Höhe von 2300 m war es etwas kühler, so nahmen wir gerne das Mittagessen in der warmen Gaststube ein.



Nach ca. 700 Höhenmetern und 30 km Länge freuten sich alle nach dem anstrengenden Tag auf das gute Nachtessen im Hotel.

Am Sonntag wählten wir eine Tour auf der anderen Talseite: Scharmoin – Rothorn, Treffpunkt Restaurant Scharmoin.



Weil die Bahnbillette im Hotelpreis inbegriffen sind, fuhren wir zuerst ohne Bike aufs Rothorn, um auch



hier die herrliche Aussicht auf die umliegende Berglandschaft zu geniessen.

Zurück auf Scharmoin hiess es dann «ordentlich in die Pedale treten»: Dem Aufstieg vorbei an der



Kari zeigt, wo die Weltcup piste durchführt

Bergstation Heimberg, Queren der Weltcup piste und Einbiegen in den Panoramaweg folgte ein stetiges Auf und Ab. Wunderschöne Landschaften entschädigten uns für unseren «Chrampf».

Zum Glück ging es nicht nur bergauf. Es folgte eine steile Abfahrt auf dem Forstweg. Bei einer Alpkä-



serei machten wir Halt und die junge, hübsche Bäuerin reichte uns zur kleinen Zwischenverpflegung herrlichen Alpkäse, sodass wir nicht widerstehen konnten und einige rechte Stücke diversen Käse kauften.

Bis zum Oberberg liessen wir sausen und bogen durch einen Wiesenweg in die Abfahrt nach Churwalden ein. Mit der gemütlichen Sesselbahn gon-



delten wir auf die Alp Stätz und fuhren von dort wieder hinunter bis zum Restaurant Damiez. Während wir unseren Hunger und Durst stillten, staunten wir über die grossen Portionen auf den Tellern, welche auch noch sehr schmackhaft und zu einem erstaunlich günstigen Preis zu haben waren.

Mit vollem Bauch nahmen wir die Abfahrt bis zum Hotel in Angriff, wo wir uns von einem gelungenen Wochenende verabschiedeten.

Karl Schneider, Ruedi Heer



The wild sixties

Jahresrückblick P-Ausfahrten 2012

Mit der Vier-Kantone-Runde am 2. Oktober beendeten wir die für 2012 geplanten Ausfahr-



ten. Die 9 Touren (2 Tages- und 7 Halbtagestouren) konnten ohne Regen, mehrheitlich in Begleitung von Sonnenschein, durchgeführt werden.

Diese gemeinsamen Ausfahrten fanden bei den Teilnehmenden grossen Anklang. Besonders nach den Sommerferien war eine sehr hohe Beteiligung zu verzeichnen.

Im Durchschnitt machten 12 Personen pro Ausfahrt mit.

Ich hoffe, Ihr habt die gemeinsamen Runden, wie ich, genossen und ich freue mich schon heute auf die Ausfahrten im 2013 mit Euch! Für die Disziplin während der Touren und das angepasste Fahren danke ich allen. Dies wird auch von der Gruppe allgemein sehr geschätzt. Trotz einiger Unregelmässigkeiten, welche unter Umständen die ganze Gruppe gefährden (wie z.B. teilweises Fahren gegen die Strassenmitte oder ungeduldiges Fahren vor der Gruppe), sind wir doch jedes Mal ohne Zwischenfall nach Steinhausen gekommen.

Ich danke von Herzen allen für die rege Teilnahme und speziell Beatrice und Jost für die grosszügige Einladung am 19. Juni im Meienberg und Heinz für den Zvieri am 25. September in Ottenbach.

Unsere Gruppe bekommt auch nächstes Jahr wieder Zuwachs. Ich möchte die neuen P's schon heute bei uns herzlich willkommen heissen. Wünsche und Anregungen zur Planung für 2013 sind willkommen

und werden nach Möglichkeit berücksichtigt. Einzig den Dienstag wollen wir beibehalten.

Zur Erinnerung, was «P-Ausfahrten» heisst: P steht für pensioniert, ebenso für Plausch, wenn es auch Profis dabei hat. Allgemein gilt dabei folgendes:

1. Interessierte dürfen sich bei mir melden.
2. Die Durchführungskriterien sind dieselben, wie bei den VCS-Ausfahrten.
3. Bei zweifelhafter Witterung oder Informationslücken einfach 041 741 52 03 anrufen.

Bilder zu den Ausfahrten findet Ihr unter:
www.veloclub-steinhausen.ch René Ruffiner



Wissenswertes zum Windschattenfahren

Im Radsport spielt der Windschatten bekanntlich eine sehr wichtige Rolle, da im flachen Gelände ab ca. 20 km/h der Luftwiderstand grösser als alle anderen Widerstände ist (z.B. Rollwiderstand, Bodenbeschaffenheit usw). Beim Windschattenfahren wird ein vorausfahrender Radfahrer (bei

uns je nach Gruppe meistens Knüsi, René, Zwicky, Joachim oder Turi, um nur einige zu nennen) als «Windbrecher» benutzt, in dessen (Wind)Schatten die Luftwiderstandskraft und damit – bei gleicher Geschwindigkeit – auch der zu seiner Überwindung notwendige Anteil an der Leistung bis zu 30 Prozent geringer ist. Dies ist allgemein bekannt. Nicht so geläufig dürften die zwei untenstehenden Fakten sein:

- Die Luftwiderstandsminderung ist an unterschiedlichen Positionen einer Reihe von Fahrern – etwa beim Bahnvierer – verschieden hoch. Der letzte Fahrer muss eine bis zu 15 Prozent höhere Luftwiderstandskraft als die erstem Fahrer im Windschatten des Führenden überwinden. Also ist bereits, auch ohne «Handorgeleffekt», der hinterste «Mann/Frau» doch arg am Strampeln.
- Überraschend ist allerdings, dass der vorderste Fahrer, also der Windbrecher selber, ungefähr 10 Prozent schneller unterwegs ist, als wenn er alleine fahren würde. Warum? Der Strömungsabriss (Verwirbelung) fällt nicht so stark aus, wenn der Windbrecher hinter sich noch mindestens einen anderen Radler hat. Und dies kann, wie oben schon erwähnt, bis zu 10 Prozent betragen.

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



Der neue ŠKODA Rapid
Aha-Erlebnis
ab CHF 17'490.-*



www.skoda.ch

Der neue ŠKODA Rapid: Hinter seinem frischen Design verbirgt sich ein wahres Raumwunder mit vielen praktischen Simply-Clever-Funktionen. Erleben Sie jetzt bei uns auf einer Probefahrt, wie er Kopf und Beinen mehr Freiheit schenkt – und Gepäck und Geldbeutel mehr Freiraum. Der neue ŠKODA Rapid: Preis-Leistungs-Verhältnis, clever gemacht. **ŠKODA. Made for Switzerland.**

*ŠKODA Rapid Active 1.2 l TSI, 63 kW/86 PS, 5-Gang, empfohlener Preis CHF 19'990.-, abzüglich EURO-Bonus CHF 2'500.-, Endpreis CHF 17'490.-. Treibstoffverbrauch gesamt: 4.9 l/100 km, CO₂-Ausstoss: 114 g/km, Energieeffizienz-Kategorie: B. Abgebildetes Fahrzeug: ŠKODA Rapid Ambition 1.2 l TSI, 77 kW/105 PS, 6-Gang, mit Optionen Metalllackierung und Leichtmetallfelgen DIONE, empfohlener Preis CHF 25'880.-, abzüglich EURO-Bonus CHF 2'500.-, Endpreis CHF 23'380.-. Treibstoffverbrauch gesamt: 5.1 l/100 km, CO₂-Ausstoss: 118 g/km, Energieeffizienz-Kategorie: C. Durchschnitt aller verkauften Neuwagen: 153 g/km. EURO-Bonus gültig bis 31.12.2012 oder bis auf Widerruf.

AMAG RETAIL ŠKODA Center Zug
Alte Steinhäuserstrasse 15, 6330 Cham
Tel. 041 748 67 27, www.zug.amag.ch





Zum Staunen
... was es nicht alles gibt ...



In der nebenstehenden Spalte sind unsere Geburtstags-Jubilaren 2013 aufgeführt. Ist noch kein passendes Geschenk gefunden oder das Geburtstagskind hat eigentlich schon alles, was es zum Leben braucht: Wie wäre es dann mit so einem Spezial-Velo? Auch würden sich diese scharfen Flitzer doch ausgezeichnet als Club-Velos eignen ...



Stadlin Caspar	29.11.29	84
Engelbrecht Herbert	07.11.36	77
Streuli Walter	26.08.39	74
Küng Josef	13.08.41	72
Opitz Dieter	31.08.42	71
Reding Josef	20.04.43	70
Obergriber Alfred	22.05.48	65
Obergriber Lisbeth	25.06.48	65
Mathys Fredi	24.07.48	65
Durrer Brigitte	08.09.48	65
Horat Annelies	19.10.48	65
Bucher Heinz	15.11.48	65
Speck Anna	13.03.53	60
Gauch Johnny	06.05.53	60
Cattin Edith	19.03.63	50
Berniga Irene	13.08.63	50
Tieppo Silvio	20.12.63	50
Hüsler Martin	22.03.73	40
Limacher Renate	31.10.73	40
Iten André	12.01.83	30
Rüedy Adrian	13.08.93	20
Burch Lukas	03.12.03	10

Anlässe 2013

Januar 2013	So, 20.	Jazz-Brunch Chiematt (Service und Kuchen)
Februar 2013	Mi, 13.	Treffen der Gruppenleiter
März 2013	Fr, 22. bis Sa, 30.	Trainingslager Mallorca
April 2013	Sa, 06.	Velo-Occasionsmarkt Dorfplatz
	Sa, 20.	Ausflug Ehren- und Freimitglieder
Mai 2013	Do, 23. bis Fr, 31.	Trainingslager Bellaria
Juni 2013	Fr, 14.	Schülerveloprüfung in Steinhausen, vormittags
Juli 2013	Sa, 06. bis So, 07.	2-Tagestour nach Interlaken
August 2013	Fr, 09.	Sommerplausch
	Fr, 23. bis So, 25.	Bike-Weekend Lenzerheide
September 2013	So, 08.	Steinhauser Velotag beim Schulhaus Feldheim
Oktober 2013	25. Okt. bis 28. März 2014	Wintertraining
November 2013	Do, 21.	Generalversammlung
	Fr, 22.	GV Gartenverein (Service)
Dezember 2013	Sa, 07.	Weihnachtsfeier

Weitere Daten und Anlässe werden laufend im VC Aktuell, auf der Homepage oder per Rundschreiben bekannt gegeben.