



Editorial

Wenn es in Steinhausen am Montag- und Mittwochabend nach verbranntem Gummi riecht, ist der



Veloclub mit seinen Rädern wieder unterwegs. Damit wir kräftig in die Saison starten, wurde unter der Leitung von Werner Hunziker regelmässig Freitagabends bis zum 22. März das Wintertraining durchgeführt. Wie jedes Jahr gestaltete er die Übungen abwechslungsreich und auf-

bauend für die neue Radsaison. Besten Dank an Werner und seine Trainercrew!

Der Veloclub besitzt eine neue Webseite. Sie sieht richtig gut aus und ist sehr informativ. Alle Infos zu Veranstaltungen, nächste Touren (und vieles mehr) sind dort zu finden. Ein tolles Tool, das wir da haben! Bis so etwas steht, braucht es Personen, die ihre Freizeit zur Verfügung stellen. Die neue Webseite ist das Kind von Martin Hüsler, im Weiteren ist René Ruffiner für die Pflege der Daten verantwortlich. Beiden herzlichen Dank für den Einsatz!

Der Vorstand führte bereits die dritte Sitzung für das laufende Jahr durch. An diesen Sitzungen wurde das

Jahr 2013 vorbesprochen und die Weichen gestellt. Als Beispiel sind wir bereits in der Vorbereitungsphase zum Schülervelorennen. Auch die Jugendarbeit läuft auf vollen Touren. Joachim Klam hat eine Mann-/Frauschaft von elf Teilnehmern zusammen, die auf dem Bike trainiert werden. Bei der Mitgliederwerbung haben wir einige Interessenten, die dem Veloclub beitreten möchten. Da bleiben wir dran, damit wir auch in Zukunft ein attraktiver Verein für die Steinhauser Bevölkerung bleiben.

Auch die Gruppenleitersitzung fand unter der Leitung von Joachim statt. Für die Saison 2013 wurde eine verfeinerte Gruppenzusammensetzung erstellt. Wir haben für die Abendausfahrten bis zu zehn Tourenleiter! Somit lässt sich für jedes Tempo eine gewünschte Gruppe finden. Die Leiter nehmen die Einteilung immer vor Ort vor, damit jeder Teilnehmer in die richtige Gruppe kommt und spannende Ausfahrten geniessen kann.

Die ersten Trainingskilometer sind bereits in den Beinen! Mallorca war ein tolles Erlebnis, das Wetter spielte sehr gut mit. Somit genossen die Teilnehmer täglich die Sonne. Ein Bericht von Michael Thum ist im Heft.

Der Veloclub ist bereit, wir können also starten. Jetzt muss nur noch der Wettergott mit uns sein, dann wird die Saison 2013 ein Erfolg.

Ich wünsche allen eine erlebnisreiche und unfallfreie Radsaison 2013!

*Für den Veloclub Steinhausen
Peter Oehen, Präsident*

Neues vom Materialwart

Unsere modischen VC-Trikots und VC-Kleider sind ab sofort auf unserer Homepage unter Verein, VC Kleider, aufgeschaltet. Dort findet Ihr auch die Grössen und Preise sowie die Mailadresse und Telefonnummer vom Materialwart. Unser Motto: «Bei jedem VC-Anlass im richtigen VC-Outfit» gilt noch immer. Darum freue ich mich auf jede neue Bestellung.



- Winterjacke, eine leicht gefütterte Langarmjacke, bestens geeignet für kühlere Temperaturen zum Preis von Fr. 159.00.
- Die Regenjacke, langarm, bestens geeignet auch als Windstopper und Überzieher zum Preis von Fr. 129.00.
- Die Rennhose «kurz» mit VC-Aufschrift. Diese bekommst Du für Fr. 65.00.

- Die Rennhose mit VC-Aufschrift gibt es auch in 3/4 Länge, sodass die Knie bedeckt sind. Diese Hose kostet Fr. 110.00.
- Unsere schöne Trainerjacke empfehle ich für jeden VC-Anlass. Dank unseren Sponsoren kostet diese Jacke nur Fr. 25.00.

Telefon: 041 740 36 37 oder Mail: peter-gantenbein@bluewin.ch genügt und Ihr seid richtig eingekleidet für eine VC-Ausfahrt oder einen VC-Anlass.

Peter Gantenbein

So wird man super schnell – Aerodynamik

Bei 50 km/h muss ein Radler rund 90 Prozent der Energie dafür aufwenden, den Luftwiderstand zu überwinden. Wer schneller radeln will, sollte also den Luftwiderstand verringern.

Nicht nur im Zeitfahren kommt es auf eine gute Aerodynamik an. Muskelkraft und Ausdauer sind nicht nur allein entscheidend. Entsprechend gross ist das Interesse der Hersteller, neue Laufräder, Rahmenformen oder Aerohelme zu entwickeln, die den Unterschied zwischen Sieg und Niederlage ausmachen können. Üblicherweise wird die eingesparte Leistung in Watt angegeben. Damit Du die Werte besser einschätzen kannst: 10 Watt machen etwa 0,9 Sekunden pro Kilometer aus. Sparst Du also 10 Watt ein, schaffst Du 40 Kilometer etwa 36 Sekunden schneller.

Aeroposition

Den größten Unterschied beim Zeitfahren macht die Sitzposition. Durch ablegen des Oberkörpers auf einen Aerolenker, reduziert sich die Stirnfläche und bietet so dem Wind weniger Angriffsmöglichkeiten. Mit einer konsequenten Aeroposition lassen sich gegenüber der Fahrt im Oberlenker bis zu 50 Watt einsparen. Zeitvorteil bei 40 Kilometern: bis zu drei Minuten.



Aerorahmen

Auch die Rahmenform bietet dem Wind Angriffsfläche und kann sich beim Kampf um Sekunden positiv oder negativ auswirken. Erstaunlicherweise haben klassische Rund-Profile sehr gute CW-Werte, wie neuere Tests im Windkanal ergeben haben. Dennoch kann ein aufwendig optimierter Carbonrahmen bei seitlich anströmendem Wind leichte Vorteile bringen. Diese sind, wie bei allen beschriebenen Maßnahmen, abhängig von der gefahrenen Geschwindigkeit. Fährt man rund 40 km/h, bringen optimale Aerorahmen Vorteile von zehn bis 20 Watt.

Aerohelm

Der Kopf ist auch in Aeroposition immer im Wind und bietet viel Angriffsfläche. Entsprechend wichtig ist es, den heranströmenden Wind von allen Seiten gut um den Helm herumzuleiten. Bei Zeitfahrhelmen geht die verbesserte Aerodynamik häufig mit einer schlechteren Belüftung und damit einer höheren Hitzeentwicklung einher. Bei konsequenter Kopfhaltung in Aeroposition lassen sich, je nach Modell, rund zwölf Watt einsparen. Drehst Du hingegen ständig den Kopf nach unten oder zur Seite, geht der Effekt wieder verloren oder kehrt sich ins Gegenteil. Bei Fahrten im Oberlenker konnte hingegen kein Vorteil gemessen werden. Entscheidest Du Dich für einen Aerohelm, solltest Du unbedingt konsequent in Aeroposition fahren.

Kleidung

Viele Athleten kaufen sich teure Räder nebst Zubehör, verlieren aber dabei die Bekleidung aus dem Blick. Dabei hat diese sogar grossen Einfluss. Im Idealfall fährt man mit einem Ganzkörperanzug und Handschuhen, damit der Wind gut um den Körper herumgeleitet wird. Auch die Radschuhe werden beim Einzelzeitfahren mit Überschuhen abgedeckt, damit es hier nicht zu Luftverwirbelungen kommt. Ein breit flatterndes Trikot oder eine Windweste kann die Fahrzeit bei einer 100 Kilometer-Distanz um bis zu drei Minuten verlängern.

Trinkflasche

In den letzten Jahren sind auch die Trinkflaschen immer stärker in den Fokus der Radhersteller gerutscht. Dabei geht es nicht mal so sehr um die Form der Flaschen, sondern bereits um die Platzierung der Flaschenhalter. An der falschen Stelle angebracht, kann eine Radflasche die Aerodynamik des teuren Rahmens bereits wieder zunichte machen. Die Platzierung im

Rahmendreieck ist dabei besser als hinter dem Sattel, denn dort reißt der Luftstrom stärker ab und die so entstehenden Verwirbelungen können Dich auf 40 Kilometern bis zu einer Minute kosten. Richtig angebracht, sind Ersparnisse von fünf bis sieben Watt möglich.

Laufräder

Hochprofilfelgen machen ein Rad erst richtig schön. Entsprechend begehrt sind Laufräder mit hohem Felgenbett, Three- oder Fourspokes und Scheibenräder unter ambitionierten Athleten. Auch hier gilt allerdings: Der maximale Vorteil kommt nur unter bestimmten Umständen zum Tragen. Erstens: Je schneller ich fahre, desto grösser ist der Vorteil. Zweitens kommt es auf den Wind an. Bei Seitenwinden konnten manche Laufradhersteller bis zu 40 Watt Ersparnis messen, weil es dann zum so genannten Segeleffekt kommt. Statt einen zu bremsen, schiebt ein Scheibenrad bei schräg von vorn auftreffendem Wind von hinten an. Das ist sicherlich ein tolles Gefühl, allerdings sollte man dafür bereits mindestens Durchschnittszeiten von 35 km/h Stunden im Wettkampf fahren können.

Übrigens: Die Einsparmöglichkeiten lassen sich aufaddieren. Es lohnt sich also, auch auf kleine Details zu achten.

Walter Röllin

Kriminelle Zellen im VC Steinhausen

Samstagnachmittag im Januar 2013. Es herrschte tiefer Winter, schneebedeckte Landschaft und leichte Minustemperatur. Verhältnisse, welche nicht viele



Biker aus ihren Häusern zu treiben vermochte. Und trotzdem wagten sich drei unentwegte Veloclübler auf eine Tour.

Der Weg führte die Gümmler kreuz und quer in Richtung Reussebene. In der Nähe des Reussspitzes rieben sich drei Rehe ungläubig die Augen, als die drei durchs Dickicht rasten.

Normalerweise leidet ein Veloclübler – an diesem Samstag glänzte er durch Abwesenheit – beim Anblick solcher oder ähnlicher essbarer Tiere an Halluzinationen: Es melden sich akute Hungergefühle. Diverse Fleischgerichte wie Rehrücken, Gigot, Cordon Bleu etc. schweben an seinem geistigen Auge vorbei.

Plötzlich geschah das Unfassbare. Sie kämpften sich gerade auf dem Reussdamm in Richtung Mühlau vor, als aus dem Nichts Sir Sherlock Holmes und Lady Watson auftauchten und sich ihnen in den Weg stellten.

Ein Fluchtversuch war hoffnungslos. Die Pistolen und Handschellen baumelten lose an den Hüften der Ordnungshüter und erinnerten an wahre Revolverhelden im Wilden Westen. Den verdutzten Bikern blieb nichts anderes übrig, als ihre Pferde zu zügeln und sich neben dem Polizistenpärchen totstellend in den Schnee zu legen. Hoffentlich lassen die Gesetzeshüter Milde walten!

Die 3 Desperados



Sir Sherlock Holmes ergriff, schlotternd vor Kälte, das Wort: «*Es ist Personen mit Bikes, Pferden, Hunden, Schneetöfz und so weiter verboten, sich in diesem Bereich des Naturschutzgebietes aufzuhalten! Ich bin gezwungen, Ihre Personalien aufzunehmen.*»

- Name/Vorname
- Geburtsdatum
- Adresse
- Gewicht
- Grösse
- Zivilstand
- Essgewohnheiten
- Liebesleben

Alles wurde artig angegeben. Glücklicherweise waren die zwei Pistoleros nicht ermächtigt, Bussen zu verteilen. Ein Eintrag ins Reusstal-Sündenregister müsste aber sein und eine Wiederholung dieser Straftat hätte weitergehende Konsequenzen: Von Beschlagnahmung des Bikes, Sozialdienst zum Wohle der Reusstaler Waldschneppen bis hin zu Freiheitsentzug sei alles möglich.

Lady Watson entdeckte eine Katze, welche gerade eine Maus zum Festschmaus abtransportierte. Ob dies erlaubt war, entzog sich den Kenntnissen der Biker.

Die drei Unentwegten aber konnten, leicht eingeschüchtert, verunsichert und in ihrer Ehre gekränkt, mit dem Einverständnis von Sherlock die Tour fortsetzen.

Markus Walter

Rückblende: Wenn die Nächte länger werden

Wenn es draussen kalt ist und die Rennräder ihren verdienten Winterschlaf geniessen, sind die Veloclübler nicht minder aktiv! Aber es geht nicht immer um Kilometer fressen, sondern es gibt neben dem Radfahren auch noch andere Aktivitäten, die so mancher geniess. Was im kleinen Rahmen begann, ist schon langsam zur Tradition geworden. Wenn die Nächte länger werden und es klirrend kalt ist, wechseln die Velofahrer vom Powerriegel zur Fonduegabel und von der Trinkflasche zum Weinglas. Der Veloclub ging am 16. Januar gemütlich Fondue essen. Einen ganz besonderen Leckerbissen gab es dieses Jahr! Neben dem Klassischen gab es auch ein Geiss- oder Speck-Fondue, je nach Wahl. Immer vier Personen teilten ein Caquelon zusammen. Auch die Atmosphäre im Schweikhof – man staune, wir waren nicht im Restaurant, sondern in der Besenbeiz untergebracht – war nicht alltäglich!

Rund 16 Personen genossen diesen schönen Abend. Nebenbei sind doch solche Anlässe immer gut, denn man hört, wer schon wie viel trainiert hat. Na ja, die



nächste Radsaison steht vor der Tür! Grosser Dank gilt dem Organisator Markus Knüsel. *Peter Oehen*

Harmonische Klänge am 20. Januar beim Jazzbrunch

Organisiert wurde der allseits beliebte Jazzbrunch im Zentrum Chiematt von der Kulturkommission Steinhausen, der Brunch wieder einmal mehr vom Veloclub Steinhausen. Ein weiterer Leckerbissen: Für die musikalische Unterhaltung sorgte die RED GARTER Dixieland-Band.

110 Personen, sechs Musiker und vier Kulturkommission-Mitglieder nahmen am Brunch teil. Neu kam Rösti mit Speck ins Programm, welche mit sehr viel Lob Anklang fand. Mit den Früchten machten wir ebenfalls eine Änderung. Diese schnitten wir, unter Turis genauester Anleitung, zu Würfeln. Dadurch erhöhte sich der Verbrauch und wir vermieden grosse Abfallberge – halb angegessene Früchte wurden keine mehr gesichtet.

Von den Anwesenden erhielten wir sehr viel Lob und auch das Wetter spielte richtig mit. Dank elf



Veloclub-Helferinnen und -Helfern ging der ganze Ablauf reibungslos über die Bühne. Auch wir durften nach der geleisteten Arbeit den feinen Brunch geniessen.

Zufrieden und glücklich verabschiedeten wir uns am späteren Nachmittag.

Herzlichen Dank den sportlichen Helfern!

Caroline Keller

Fahrrad-ABC für Anfänger

Acht: «Eine Acht» beschreibt nicht eine schöne Person, sondern ein schiefes Rad.

Bidon: In den Bidon füllt man isotonisches Getränk und missbraucht ihn nicht als Blumenvase.



Cellulite: Biken macht nicht dicke, sondern drahtig muskulöse und schön geformte Beine und wirkt gegen lästige Begleiter. Voilà.

Dynamo: Der Dynamo ist die alte Version der Lichtmaschine am Fahrrad, kein Zürcher Jugendkulturhaus.

Erröten: Der Biker strahlt nicht, weil er Dich sieht, sondern weil er biken geht oder war.

Fahrgestell: Mit «schönem Fahrgestell» ist das Bike gemeint.

Giro d'Italia: Der Giro d'Italia ist ein italienisches Etappenrennen, das seit 1909 stattfindet und keine Shoppingtour durch Mailand und Venedig.

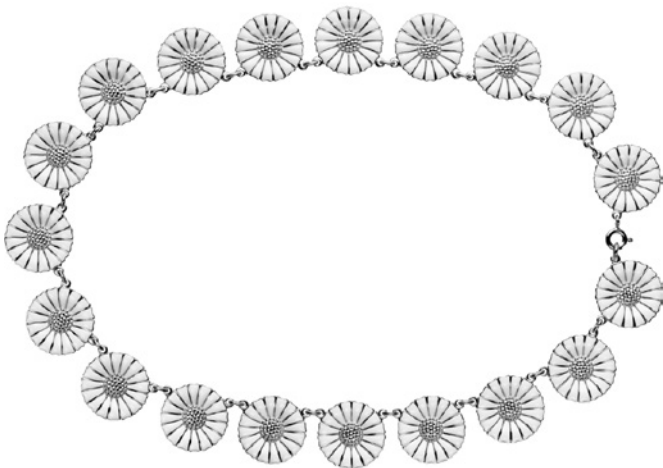


Höhentraining: Die Leistungsfähigkeit steigt, weil der Körper in der Höhe mehr rote Blutkörperchen produziert. High Heels gelten nicht als Höhentraining.

Igitt: Biker tragen Dreck, Schweiß und Wunden. Das gehört zum guten Ton.

Junk-Food: Verzichte auf fettreiche Ernährung vor, während und nach dem Biken. Das muss wieder abgestampelt werden.

Kette: Damit ist kein Collier gemeint. Sie dient der Kraftübertragung der Tretkraft des Fahrers auf den Antrieb.



Luft: Das Element Luft spielt eine zentrale Rolle. Luft im Pneu, in der Lunge, Widerstand, Aerodynamik, Windschatten, sowie Gegen-, Rücken-, Seiten- und Gegenseitenwind oder Abgas.

Mund: Schütze den Mund vor Umwelteinflüssen wie z.B. Mücken, Bienen und Hummeln oder einem Schluck aus der Bidon-Blumenvase.

Nachteil: Siehe unter J.

Orientierung: Ein Radfahrer ist stets orientiert über seinen Aufenthaltsort. «Es hat hier viele Bäume!» hilft im Notfall nicht.



Pannenspray: Für unterwegs – milchige Flüssigkeit, die in den Schlauch geschäumt wird und kleine Löcher abdichtet. Nicht zu verwechseln mit dem Deo.

Querfeldeinrennen: Cyclocross ist eine Disziplin des Radsports und vergleichbar mit Shopping.

Rasur: Häufig findet eine Haarentfernung bei einem Sturz statt. Sie optimiert die Aerodynamik.



StVO: Strassenverkehrs-Ordnung. (Siehe Bericht «Kriminelle Zellen...» auf Seite 3)

Tretlager: Tretlager sind Lager am Fahrrad, in denen die Tretlagerwelle gelagert ist, an der wiederum die Tretkurbeln befestigt sind, nicht Schuhschranke.

Umwerfer: Das ist kein Kompliment, das ist ein Teil der Fahrradschaltung.

Vorteil: Siehe unter Q.

Wimperntusche: Waterproof.

X: Das ist die Uhrzeit, zu der ein Biker nach Hause kommt.

Y-Chromosom: Das Y-Chromosom bewirkt die Ausbildung des männlichen Phänotyps. Biker jagen. Und die anderen sammeln zusammen.

Zwiebelschalenprinzip: Mehrere dünne Bekleidungsschichten übereinander schützen den Körper optimal vor Wind und Kälte. Man spricht vom Dresscode (Lagenlook).
Iris Oberholzer

Von einer richtigen Wintersportart

Gibt es Schöneres, als in tief verschneiten Bergen auf und neben der Piste elegante, manchmal auch schnelle Schwünge in den Schnee zu ziehen? Nebst dem freien Skifahren geniesse ich auch rasante Schwünge durch Riesenslalomtore.



Die europäischen Ski Banken organisieren seit mehr als 50 Jahren ihr Interbancario. Es findet im Rahmen einer einwöchigen Veranstaltung in nordischen und alpinen Disziplinen statt. Diese Rennen werden in Alterskategorien durchgeführt, bei den Alpinen in fünf Damen- und acht Herren-Kategorien, bei den Nordischen in drei Damen- und vier Herren-Kategorien.

Der Anlass findet jeden Winter an einem anderen Ort statt, an so bekannten Orten wie: Cortina d'Ampezzo, Courchevel, Crans Montana, Sestriere, Bormio, Lille-

hammer, etc. und so lernen wir jedes Jahr ein anderes Skigebiet kennen.

In diesem Winter fanden die Rennen in Kranjska Gora, Slowenien, statt. Kranjska Gora liegt in einem



langen Tal und hat dadurch ein grosses Langlaufgebiet. Der Weltcup-Hang ist sehr steil und die Pisten sind so eisig – richtig für die Weltcupfahrer – die Teilnehmer des IB hatten damit doch einige Schwierigkeiten.

Es nahmen 1130 Teilnehmer aus 22 Ländern teil. Bevor bei den Banken die «Fusionitis» und Sparpläne Einzug hielten, gab es Anlässe, an denen bis zu 2500 Aktive teilnahmen.

Interbancario's gibt es übrigens auch für die Sportarten Rad und Golf.

Da diese Woche nicht nur Spass und Hüttengaudi bedeutet, wird für die Vorbereitung auf die Rennen ein ordentlicher Aufwand betrieben. Die Banken organisieren für sich mehrtägige Trainingslager zur Verbesserung der Technik und das Gefühl für das Fahren durch die Stangen.

Am Wettkampftag geht's fast schon weltcupmässig zu und her. Die Skis werden speziell von Serviceleuten vorbereitet, mit scharfen Kanten und schnellem Wachs wird durch die hart präparierten Rennpisten gebrettert. Mannschaftsintern hilft man einander, dass die Kleider und das zweite Paar Ski zum Ziel gebracht werden, damit man sich nach dem Rennen des Rennдресses entledigen und wieder in warme Kleider schlüpfen kann.



ES MACHT UNS GROSSE FREUDE DEN NACHWUCHS VOM VC STEINHAUSEN ZU UNTERSTÜTZEN!

FEBRU RADSPORT BLICKENSDORFERSTRASSE 3 6312 STEINHAUSEN 041 741 67 42 WWW.FEBRU.CH

Wenn Du Glück oder auch Pech hast (wie man's nimmt), kann ein(e) Konkurrent/in ein(e) ehemalige(r) Europacup- oder Weltcupfahrer/in sein.

Am Abend findet in einem grossen Zelt oder einer Halle die Siegesfeier statt, wo sich die Bänker wieder treffen, lustige, spannende Gespräche führen und einem guten Tropfen nicht abgeneigt sind. Das Credit Suisse Skiteam reist immer mit dem Car an die Veranstaltungsorte.

Karl Schneider

Der Winter lässt den VC kalt

Kühlere Temperaturen oder gar Schnee sind noch



lange kein Grund, die gute Form und Fitness zu verschlampen. Darum hält sich der VC jeden Freitag von Oktober bis März mit einem sorgfältig aufgebauten Trainingsplan kräftig in Schuss. Beweglichkeit, Kondition, Kraft/Schnellkraft, Ausdauer und viele andere Lektionen bereiten optimal auf die kommende Rad-saison vor.



Kürzlich ist das Wintertraining des Veloclubs zu Ende gegangen. Nach meiner Ansicht war es sehr erfolgreich. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer machten optimal mit, die Kameradschaft war ausgezeichnet und die anschliessenden Zusammenkünfte in einem Steinhauser Restaurant wurden freudig besucht.



An den total 18 Trainings waren insgesamt 57 Teilnehmerinnen und Teilnehmer anwesend, was einem neuen Rekordschnitt von 20,83 entsprach.

An dieser Stelle möchte ich auch meinen drei Kameraden, Tony, René und Sepp, die immer wieder unterstützend zur Seite standen, recht herzlich danken.

Werni Hunziker

Sonniges Trainingslager Mallorca

Auf ein Neues! Schon wieder ist ein Jahr um und wir treffen uns erwartungsfroh am Flughafen – freuen uns, dem harten Winter 2012/13 zu entfliehen. Die Grippe sitzt vielen in den Knochen und so wird während der ganzen Reise nicht nur sportlich um die Wette gefahren, sondern noch häufiger und inbrünstiger um die Wette geschnäuzt und gehustet.



Dieses Jahr (wegen überfülltem Flugzeug) brechen wir einen Tag früher, also bereits am Freitag, auf. Welcher Flug hat an diesem Tag am meisten Verspätung? Natürlich unserer und so hat uns der lange Arm des Winters noch für zwei weitere Stunden im Griff – aber für die makellose Organisation von Joachim sind solche kleinen Hindernisse sowieso kein Problem!

Dann aber geht es los und wir werden mit einem wunderschönen Bergpanorama beschenkt. Von der Rigi bis zum Matterhorn sind sie alle in ihrem weissen Gewand hell erleuchtet. Angekommen in Palma, lacht uns die Sonne bei rund 18°C entgegen. Eine Wohltat für all jene, welchen der Winter bereits einen Schnupfen abgetrotzt hat. Nach der obligaten Busfahrt treffen wir im Hotel Los Principes ein. Es liegt direkt am Meer und gewährt einen malerischen Blick über die Bucht von Alcudia mit langem Sandstrand. Für Ruedi ist sofort klar – da mag das Wasser noch so kalt sein – ein kurzer Ausflug ins eisige Nass ist ein Muss! Abends treffen wir auf Robert, welcher sich bereits seit Mitte der Woche einen Überblick auf der Insel verschafft hat.

Samstag

Die Gruppe 1 (Kaspar, Ruth, Markus, Robert, Peter, Ruedi und ich) fährt am ersten Tag eine Flachlandetappe – nur 98 km! So ist der eine oder andere ver-

www.bastelshop-baar.ch

Das führende Fachgeschäft für Bastelartikel.
Basteln für jedermann, Aktivitäten, Kurse.

Bastelshop-Baar, Weststrasse 1, 6340 Baar
Tel. 041 760 76 69

leitet, noch schnell ein paar Meter rauf und runter zu fahren, um den Hunderter zu komplettieren.

Gruppe 2 (Joachim, Doris, Christine, Kurt und Jimmy) fährt einen Prolog (56 km / 240 hm). Über sieben Brücken und sieben Hügel geht es zur Finca von Peter Maffay. Im Kaffee werden sie leider nicht vom Hausherrn bedient, geniessen aber bei angenehmen Temperaturen die Blütenpracht, welche der mallorquinische Frühling bereithält. Danach geht es mit sieben Platten – pardon, es waren ja «nur» vier – zurück zum Hotel. Leider kann Caroline die Etappe nicht mitfahren: Eine Mittelohrentzündung legt sie flach. Sie hat besonderes Pech. Ihre Entzündung verschlimmert sich so stark, dass sie Mitte der Woche nach Hause reisen muss.

Sonntag

Gruppe 1 fährt auf den Randa. Das Kloster liegt wunderschön auf einem Hügel mitten in der Ebene von Mallorca. Wir geniessen beim Aufstieg die wunderschöne Aussicht bis weit über Palma hinaus und sau-



sen danach die Passstrasse hinunter (120 km, mit etwas über 800 hm)

Gruppe 2: Auch die Gruppe 2 will's wissen und fährt zur Ermita Santa Magdalena. Eine schöne Tour mit steilem Anstieg zum Kloster (80km, 580 hm).

Montag

Gruppe 1: Die erste Königsetappe (Puig Major – Soler, 140 km, 1800 hm). Wir starten mit heftigem Gegenwind und bereits nach 5 km habe ich einen Platten – fahren weiter und verfahren uns im nächsten Dorf, in welchem wir dann auch noch Robert verlieren. Wir beschliessen nun, am Dorfende zu warten. Wie wir am Dorfende ankommen, sehen wir die Gruppe 2 mit Robert auf uns warten. Was für eine Schmach! Jetzt wurden wir tatsächlich von der Gruppe 2 stehengelassen! Angesichts dieses Tempos entscheidet sich Ruth, Grippe geschwächt, mit uns zu fahren. Somit ist un-



sere Gruppe wieder komplett. Von den hohen Felsen vom Wind geschützt, bewundern wir die nun immer karger werdende Vegetation. Auf dem Puig Major scheinen kleinere Schneefelder zum Greifen nahe. Danach erfolgt eine 15 km lange Abfahrt – gesäumt von Pinienwäldern und Olivenhainen flitzen wir ans Meer runter, wo uns bereits der nächste Pass erwartet. Nach erfolgreichem Aufstieg geniessen wir unten im Tal eine der vielen sonnenverliebten Terrassen und lassen es uns richtig gut gehen.

Gruppe 2: Auch die zweite Gruppe möchte den höchsten Pass auf Mallorca bezwingen und fährt auf den Puig Major hoch, dann ein kleines Stück runter, um seitlich auf das Kloster Lluc zu treffen. Diese schöne Tour mit 105 km und 1300 hm hinterlässt sicherlich einige Souvenirs in den Beinen.

Dienstag – Ruhetag

...natürlich ausser die ganz «pickten» Kaspar, Robert und Markus. Sie fahren ins Kloster Lluc und Ruedi und Christian machen eine Küstentour.

Mittwoch

Die Gruppe 1 fährt den Orient. Sicherlich eine der schönsten Touren auf Mallorca. Ein wunderschöner Tag, Obstbäume in der Blüte, fette grüne Wiesen und Margeriten, so weit das Auge reicht. Eine Pracht! Gerade dann, wenn wir aus der Schweiz hören, dass es wegen Schnee und Eisglätte Kilometer lange Staus und viele Unfälle gibt. (100 km, 700 hm)

Gruppe 2 – keine Tour – die Grippe hat alle zum Pausieren gezwungen.

Donnerstag

«S'Wellblech» (75 km, 500 hm). Wir fahren der Küste entlang Richtung Süden, nehmen dabei eine Welle nach der anderen. Eben ein richtiges Wellblech. Wir machen Halt auf der Piazza und geniessen die Sonne. Der Genuss war für manche ein wenig zu intensiv und so gab's da und dort einen Sonnenbrand.

Freitag

Zweite Königsetappe. Dieses Mal wollen wir's wirklich wissen. Wir fahren mit heftigem Gegenwind runter nach Valldemossa, steigen dort in die Küstenklassik ein und fahren runter nach Soller. Die Brandung, welche auf die Klippen trifft, ist immer wieder ein imposantes Schauspiel, welches wir fasziniert bestaunen. Danach folgt der fast endlose Aufstieg zum Puig Major. In 15 km müssen fast 900 hm bewältigt werden. Ein strenger Aufstieg, da mag die Aussicht noch so schön sein. (150 km, 1980 hm)



Samstag

Tradition verpflichtet. Im schönsten Gentleman-Tenü fahren wir eine kurze Etappe zu einem Gasthaus hoch oberhalb der Bucht von Alcudia. Die Böen winden uns fast von den Rädern! Das Restaurant Mirador de la Victoria hat seinen Namen nicht gestohlen – hoch über der Bucht schlemmen wir wie Gott in Frankreich und lassen unsere Heldentaten Revue passieren. Wir danken Joachim nochmals für die tolle Organisation. Im Hotel angekommen, veranstalten wir noch ein



Wettschwimmen im Meer bei einer Wassertemperatur, welche gefühlt unter null Grad ist.

Noch ein kühles Bier auf der Sonnenterrasse und ein wehmütiges «Adios» zu Soller, Randa, Orient, Puig Major und all den anderen Pässen. Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Mal! *Michael Thum*

Tagesausfahrten

Samstag 11.05.2013

09:00–16:00 Luzerner Hinterland (Rennvelo)

Samstag 25.05.2013

10:00–16:00 Luzern-Meggen (Bike)

Samstag 08.06.2013

08:30–16:00 Sattellegg (Rennvelo)



Samstag 22.06.2013

08:00–16:00 Glaubenberg (Rennvelo)

Samstag 29.06.2013

10:00–16:00 Hausen-Hedingen-Affoltern (Bike)

Samstag 06.07.2013

Ab 08:00 Interlaken, 2-tägig (Rennvelo)

Sonntag 07.07.2013

Bis 17:00 Interlaken, 2-tägig (Rennvelo)



Febru unterstützt Jugendarbeit vom Veloclub Steinhausen

Ein grosses Dankeschön an Fredy Obergruber von Febru! Wie er an der GV mitteilte, unterstützt er den Veloclub im Bereich Jugendarbeit! Febru sponsert für

die Jungen die Veloclub Steinhausen-Leibchen. Wir danken im Namen des ganzen Veloclubs Febru Rad-sport für die Unterstützung.

Bereits sind wir mitten im Training. Man staune nicht schlecht, am ersten Trainingstag waren bereits 18 Kinder anwesend. Joachim Klam, unser J+S-Leiter, hat mir berichtet, dass sich neben den 7 Clubmitgliedern noch 6 über die Schule und weitere 5 Kinder auf den Artikel im «aspekte» angemeldet haben. Darunter befinden sich total 4 Meitli. Tolle Sache! *Peter Oehen*

Velo-Occasionsmarkt 2013 in Steinhausen

Der vom Veloclub Steinhausen organisierte und von der Gemeinde Steinhausen unterstützte Velo-Occasionsmarkt ging dieses Jahr am 6. April auf dem Dorf-



platz über «die Bühne». Der Anlass war von jahreszeitgemäsem aber kühlem Wetter begleitet und die Sonne machte sich erst am Nachmittag ganz zaghaft hinter dem wolkenverhangenen Himmel bemerkbar.



Kein Wunder, dass trotz trockener Verhältnisse die Marktbesucher kaum Anreiz fanden, sich in der Festwirtschaft länger zu verweilen. Viele Leute assen die Wurst sogar im Stehen und Kaffee und Tee waren auch begehrter als Bier und Mineralwasser. Die nicht sonderlich auf Frühling eingestimmte Witterung und die gleichzeitig in der Stadt Zug stattfindende Velobörse haben sicherlich die Besucherzahlen etwas gedämpft.

Das ausgestellte Sortiment war breit, wobei Rennräder schwieriger loszuwerden waren als Mountainbikes und Citybikes. Kleinkindervelos und Velos für Jugendliche waren am stärksten vertreten, aber dieses Jahr weniger gesucht. Deshalb fanden von den rund 150 angebotenen Zweirädern nur etwa die Hälfte neue Käufer, aber mancherer davon sicherte sich ein Schnäppchen! Die übriggebliebenen Velos wurden von den bisherigen Besitzern bis 15 Uhr termin- und ordnungsgemäss wieder abgeholt. Diese disziplinierte Einstellung hat sich stark gebessert, denn bislang sassen die Organisatoren meist auf einigen Velos fest, die nicht abgeholt wurden oder deren Besitzer nicht erreichbar waren. Wir wünschen den erfolglosen Verkäufern, dass sie ihre Vehikel vielleicht am Velo-Occasionsmarkt 2014 besser loswerden.

Bei den über dreissig beteiligten Helfern des Veloclubs und den Besuchern, die trotz des unwirtlichen Wetters ausgeharrt haben, bedankt sich das OK herzlich. Auf Wiedersehen im nächsten Jahr. *Dieter Opitz*

Runde Geburtstage – Wir gratulieren

| | |
|-----------------|---------------|
| Gauch Johnny | 06. Mai 1953 |
| Varela Cristina | 31. Juli 1973 |
| Rüedy Adrian | 13. Aug. 1993 |
| Berniga Irene | 13. Aug. 1963 |
| Burch Lukas | 03. Dez. 2003 |
| Tieppo Silvio | 20. Dez. 1963 |

Graue Panther oder 65

| | |
|--------------------|---------------|
| Obergruber Alfred | 22. Mai 1948 |
| Obergruber Lisbeth | 25. Juni 1948 |
| Mathys Fredi | 24. Juli 1948 |
| Durrer Brigitte | 08. Sep. 1948 |
| Horat Annelies | 19. Sep. 1948 |
| Bucher Heinz | 15. Nov. 1948 |

Wir wünschen den Jubilaren viel Glück!

Nationale Renntermine

Swiss Cycling Top Touren

04.05.2013

Lyss, Berner Rundfahrt / Seeland Classic

09.06.2013

Gippingen, AxpoAare Rhein Classics

16.06.2013

Weinfelden, Säntis Classic

07.07.2013

Zernez, 8. Engadin Radmarathon

11.08.2013

Buchs (ZH), EKZ Züri Metzgete

17.–18.08.2013

Lantsch / Lenz, 15. ewz Alpen-Challenge

31.08.2013

Meiringen, Swiss Cycling Alpenbrevet

07.09.2013

Altenrhein, 40. Int. Bodensee-Radmarathon



Swiss Cycling Classics Events 2013

04.–05.05.2013

Arbon und Sulgen, Quer durch Mostindien – Strasse und MTB

09.05.2013

Stäfa / Pfäffikon / Küsnacht / Oberrieden, Rund um de Zürisee – Strasse / MTB

18.05 und 20.05.2013

Boningen, 37. Jura-Derby – Strasse / MTB

26.05.2013

Lausanne – Evian – Genève, 10eme Cyclotour du Léman – Strasse

01.06.2013

Chalet-à-Gobet / Lausanne, 31eme Journée Lausannoise du Vélo – Strasse / MTB

02.06.2013

Schupfart, 11. Mouny Bike Tour – MTB

08.–09.06.2013

Dornach, 31. Schwarzbuebe Rundfahrt – Strasse

08.–09.06.2013

Kaisten, 40. Schwarzwald-Rundfahrt – Strasse / MTB

16.06.2013

Echallens, 11e Rando des Blés – Strasse / MTB

22.06.2013

Herisau, Appenzeller Voralpenbrevet TCS – Strasse

23.06.2013

Courroux, 20. Brevet «VTT Club Jura» – MTB

23.06.2013

Biasca-Andermatt-Disentis, Trittico Alpino – Strasse

28.–30.06.2013

Ittigen bei Bern, 13. Swiss Cycling Marathon – Strasse

14.07.2013

Le Noirmont, 6. Brevet VTT Franc-Montagnard – MTB

20.–21.07.2013

Oeschberg (bei Koppigen), 34. Emmental Rundfahrt – Strasse / MTB

25.08.2013

Genève, Tour du Canton de Genève – Strasse

01.09.2013

Aigle – Verbier, Verbier – La Romandie Classic – Strasse