BOSV
NACHRICHTEN

OFFIZIELLES ORGAN DES BERNER OBERLÄNDISCHEN SKIVERBANDES

Saison 2012/2013 I 2. Ausgabe I www.bosv.ch I info@bosv.ch

Nils Mani
Junioren Weltmeister

Hauptsponsor
1to1 energy

Verbandsponsor
RAIFFEISEN

«Hands-up» Gemeinsam für den Schweizer Nachwuchs

Unterstützen Sie aktiv den Schweizer Ski Nachwuchs! CHF 5.– pro Artikel spendet Raiffeisen für die Swiss-Ski Nachwuchsförderung.

Alle Artikel sind erhältlich bei Ihrer Raiffeisenbank oder unter:
www.raiffeisen.ch/hands-up

swissski
OFFICIAL SPONSOR

Wir machen den Weg frei

RAIFFEISEN

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

Wieder ist ein Winter Geschichte. Abermillionen von Schneeflocken haben ihren Weg ins sommerliche Begräbnis hinter sich und fügen sich nahtlos in den Zyklus der Natur ein. Die Vögel führen uns mit Pfeifen, Zwitschern und Singen in den Frühling, der uns jedes Jahr mit neuem Leben begeistert.
Eigentlich jedes Jahr das Gleiche und doch immer wieder schön unter einem Baum sitzend den Winter und damit unseren geliebten Schneesport und die Athleten im Rückspiegel zu betrachten.

Der Winter, die Erntesaison vom schweisstreibenden Training im Sommer und Herbst, bestens organisiert durch unzählige, freiwillige, topmotivierte HelferInnen.
Oft frage ich mich, was hat sich in all den 40 Jahren geändert, seit ich als Jüngling in der JO Schönried als „gib, häb u zünd“ , mit meinen bescheidenen Kenntnissen mitgeholfen habe, beste Voraussetzung für spätere WC-Fahrer zu schaffen?
Auch heute unter dem Baum kommt dieselbe Frage auf.

Sicher das Material, der Schnee, Präparation der Piste, schulische und berufliche Anforderungen an die Athleten, Ansprüche der Eltern….
Auch die Athleten „durften“ einen Wandel durchmachen. Schulwege, gut für Grundkondition und soziales Verhalten werden heute mit Schulbussen ersetzt. Die situativ angepasste Skitechnik ist auf top präparierten Pisten ein wenig in den Hintergrund gerückt, Carven ist angesagt.
Freies Skifahren auf und neben der Piste, durch Wälder im Pulver und Sulz wird, auch auf Druck der Eltern, dem Stangentraining geopfert.
Heute wird nach Plan trainiert, alles ist bestens organisiert und damit werden die Athleten leider von der Eigenverantwortung entlastet.

Schwere Bänderverletzungen treten leider öfters auf und können damit die Karriere eines jungen Athleten innert Sekundenbruchteilen verändern.

Vom Boulevard Journalismus werden vor allem negative Meldungen in grossen Lettern auf Papier gedruckt. Alles Negative wird recherchiert, hinterfragt, das Positive angezweifelt und so eine Meinung im ganzen Land unters Volk gemischt, die nicht förderlich für den Skisport sein kann.

Einiges ist trotz allen Veränderungen geblieben:
Um an die Spitze zu gelangen, braucht es Herzblut und vor allem Biss und damit die Bereitschaft etwas Ausserordentliches zu leisten.
Es gibt sie noch, diese Athleten, nicht mehr ganz so zahlreich, aber auch im Berner Oberland.

Mitten drin in meinen Gedanken höre ich den ersten Kuckuck rufen und greife reflexartig in die Tasche. Die Hoffnung dass sich das Sprichwort nicht geändert hat, gibt mir die Gewähr, dass auch im finanziellen Bereich des BOSV keine Veränderung ansteht.

• Johny Wyssmüller, Präsident BOSV

Herzlichen Dank

Sponsoren, Gönner & Partner des BOSV

Hauptsponsor

1to1 energy

Verbandsponsor

RAIFFEISEN

Sponsoren

GARAVENTA · KPT CPT Einfach gut versichert. · GSTAAD Mountain Rides · odlo · Jungfrau Ski Region · Thömus Velosport · LEKI · liebi LNC Holzfeuerungen und Solartechnik

Partner

Ovomaltine · MassaVecchia · swiss olympic · WERBEATELIER BALSIGER · SPORT-TOTO · SHIRTHOUSE · swissski

BOSV Finale Saison 2012/2013

30. März 2013 am Lauberhorn

Der Skiclub Lauterbrunnen führte am Samstag dem 30. März 2013 auf der Piste Lauberhorn-Hundschopf die letzten Wertungsläufe der Saison 2012/2013 durch. Dabei wurden die Meister im BOSV-JO LEKI Cup, Raiffeisen Berner Cup und BOSV Senioren Cup gekürt.

Katia Grossmann, Passage beim Russi-Sprung

Das diesjährige Osterwetter mit seiner ausgeprägten Rückkehr des Winters, verlangte vom Skiclub Lauterbrunnen viel Engagement ab. Trotzdem gelang es dem Veranstalter eine Rennstrecke zu präparieren, welche es den insgesamt 188 Athleten erlaubte ihre letzten Wertungsläufe abzuhalten. Um 09:45 Uhr startete der BOSV-Nachwuchs (Mädchen und Knaben) der Kategorien U12, U14 und U16 mit ihren letzten Wertungsläufen des BOSV-JO LEKI Cup.
Obschon bereits in vier der insgesamt sechs Kategorien die Meister feststanden, waren 65 Mädchen und 94 Knaben gemeldet.

Der für JO-Verhältnisse eher lange Riesenslalom war ein drehender Kurs, was sich in Anbetracht der Sichtvehältnisse als angemessen erwies. Die Piste hielt sehr gut, sodass alle Fahrer etwa ähnliche Pistenverhältnisse vorfanden.
Der Pistenchef Urs Von Allmen dirigierte seine zahlreichen Helfer mittels Funk und teilweise durch Zurufe souverän, sodass die Sicherheit während dem Rennen immer gewährleistet war. Insgesamt 19 Fahrer/innen erreichten das Ziel nicht. Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass einige der ausgefallenen Fahrer mit ihren Kräften am Ende gewesen sind. Denn einige der Topfahrer äusserten sich, dass sie am Ziel doch ein paar Minuten tief schnaufen mussten.

Es siegten bei den Mädchen Fuchs Sue (U12), Rufener Michelle (U14) und Gerber Deborah (U16). BOSV-JO LEKI Cup Siegerin darf sich bei den Mädchen erstmals Fuchs Sue, SAK Haslital Brienz (U12) nennen. Schweizer Nora, Lenk i.S gewann den Titel bei den U14. Hier ist erwähnenswert, dass die Titelverteidigerin Flavia Weissmüller, welche letzten Herbst bei einem Trainingsunfall schwer gestürzt war, diese Saison gar nie an den Start gehen konnte. Flavia war vor wenigen Wochen jedoch zum ersten Mal wieder auf den Ski und wird wohl in der nächsten Saison wieder voll angreifen können. Bei den Mädchen U16 entschied Grossmann Katia vom SAK Haslital Brienz nach längerer Verletzungspause in einem eindrücklichen Zweikampf mit Gerber Deborah, Schwanden die Meisterschaft mit dem besseren Ende für sich.

Bei den Knaben siegten am Lauberhorn von Allmen Franjo, Boltigen (U12), Kunz Delio, Team Diemtigtal (U14) und Kohler Marco, SAK Haslital Brienz (U16). Der BOSV-JO LEKI Cup Sieger bei den Knaben U12 heisst Lauber Nathanael, Lenk i.S. Bei den Knaben U14 war die Meisterschaft noch bis zum heutigen Lauf offen. Doch Mani Yannik vom Team Diemtigtal behielt die Nerven und wurde trotz dem heutigen Sieg von seinem Teamkollegen Delio Kunz BOSV-JO LEKI Cup Sieger, welcher seinerseits die Meisterschaft als guter Zweiter beendete. Bei den Knaben U16 wurde Oehrli Joel trotz Abwesenheit Cup-Sieger vor Marco Kohler, welcher die Meisterschaft auch mit seinem heutigen Sieg nicht mehr holen konnte. Nachdem die 29 Athlethen des Raiffeisen Berner Cup, BOSV Senioren Cup und die Teilnehmer des Plausch Rennens des Ex-Klusiv-Klub ihren Lauf besichtigt hatten, wurde der Rennbetrieb auf der Lauberhorn-Hundschopf Piste wieder aufgenommen.

Auch hier gelang es dem organisierenden Ski Club Lauterbrunnen die Piste in einen guten Zustand zu bringen, sodass alle Teilnehmer faire Bedingungen vorfanden. Tagessiegerin bei den Damen im Raiffeisen Berner Cup wurde Bläsi Caroline, Bönigen. Bei den Herren ging der Tagessieg an Schenk Benjamin, Lauenen. Beim BOSV Seniorencup, bei welchem nur Männer am Start standen, hiess der Tagessieger Jörg Anderegg. Abgerundet wurde der heutige Anlass mit einem Teamevent auf verkürzter Strecke bei welchem die Equipen gemischt aus JO-Läufern und Senioren gemeinsam vom Start ins Ziel fuhren.

Bei der Siegerehrung, welche aufgrund der Wetterverhältnisse in eine geräumige Halle bei der Talstation des Wixi-Lifts verlegt wurde, fand ein abwechslungsreiches Skirennen seinen würdigen Abschluss. Speziell die Teilnehmerzahlen beim BOSV-JO LEKI Cup zeigten, dass es für den Berner Oberländer Skinachwuchs enorm wichtig ist, eine gute Plattform zu haben. Dies ist ein erster Schritt dazu, dass eine möglichst breite Basis an jungen Athleten dazu hin geführt werden kann, um unter Rennbedingungen den aktuellen Leistungsstand konstant über eine Saison hinweg untereinander zu messen.

Dank seiner Partner und Sponsoren kann der BOSV unter anderem auch sicherstellen, dass seine Trainer die jungen Athleten nach den aktuellen Erkenntnissen trainieren und weiter bringen.

• Beat Knutti, Pressechef BOSV

Die BOSV-LEKI-CUP Gesamtsieger

Sieger Mädchen U12
v.l. Fuchs Elin, Fuchs Sue, Herrmann Michele

Sieger Mädchen U14
v.l. Lausegger Nadia, Schweizer Nora, Lauber Sonja

Sieger Mädchen U16
v.l. Gerber Deborah, Grossmann Katja, Herrmann Zoë

Sieger Knaben U12
v.l. von Allmen Franjo, Lauber Nathanael, Wyler Eric

Sieger Knaben U14
v.l. Kunz Delio, Mani Yanick, Grünenwald Matthias

Sieger Knaben U16
v.l. Kohler Marco, Rösti Lars – Sieger Oehrli Joel fehlt

Raiffeisen Berner Cup Gesamtsieger

Damen

1.	Turtschi	Silvia	Faulensee	440 Pt.
2.	Bläsi	Caroline	Bönigen	409 Pt.
3.	Candrian	Simona	SAS Zürich	406 Pt.

Herren

1.	Schenk	Benjamin	Lauenen	786 Pt.
2.	Schneeberger	Stefan	Eggiwil	420 Pt.
3.	Bouduban	Colin	Lausanne	319 Pt.

Der Gewinner-Club erhielt einen Air-Glacier Gutschein im Wert von 1000.-
Herzlichen Dank an die Air Glacier!

BOSV Meisterschaft Gesamtsieger

Slalom	Damen: Turtschi Silvia, Faulensee Herren: Steiner Bruno, Zweisimmen
Riesenslalom	Damen: von Siebenthal Karin, Turbach-Bissen Herren: Gerber Sepp, Weissenburg
Super-G	Damen: Näpflin Lia, Wengen Herren: Schneeberger Stefan, Eggiwil

Gesamtsieger Clubwertung

1.	Lauenen	1006 Pt.
2.	Faulensee	988 Pt.
3.	Turbach-Bissen	984 Pt.
4.	Adelboden	572 Pt.
5.	Saanen	526 Pt.

Niemand kennt Ihren Volkswagen besser als wir.

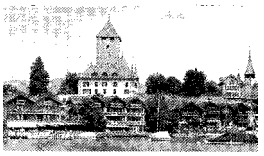
Vertrauen auch Sie der kompetenten Beratung und dem umfassenden Dienstleistungsangebot des autorisierten Volkswagen Servicepartners.

Garage Balmer AG
Hauptstrasse
3758 Latterbach

www.garage-balmer.ch

Das Auto.

skicamp.ch
Marcel Sulliger



Restaurant/Terrasse
Fischspezialitäten
Pizzeria al Porto
Piraten-Bar

HOTEL RESTAURANT SEEGARTEN MARINA SPIEZ

Propr.: M. Beutler
Dir.: U. und M. Keller

***Hotel direkt am See
mit komfortablen Zimmern
Schachenstr. 3, 3700 Spiez
Telefon 033 655 67 67
Fax 033 655 67 65
www.seegarten-marina.ch

Lauchernalp
BERGBAHNEN

www.lauchernalp.ch
info@lauchernalp.ch
Tel. +41 (0)27 938 89 99

Die AIR-GLACIERS Lauterbrunnen

Im Dienste der Lauberhorn-Weltcuprennen

Dass die Rennfahrer am Lauberhornrennen ihr Bestes zeigen können, erfordert eine Vorbereitungszeit über viele Monate. Eine enge Zusammenarbeit zwischen dem OK Lauberhornrennen, den Arbeitern auf der Weltcuppiste, sowie dem Team der AIR-GLACIERS Lauterbrunnen ist eine von vielen Voraussetzung für einen reibungslosen Rennablauf.

Ein Helikopter der Air Glacier bei der Arbeit

Bereits Ende Oktober fliegen die Transportmaschinen der AIR-GLACIERS Lauterbrunnen die ersten Schneekanonen für die Pistenpräparation auf's Lauberhorn. Ab Mitte November finden tägliche Verschiebungsflüge der Schneekanonen am Abfahrtshang statt. Eine kompakte Schneedecke ist heute die Hauptvoraussetzung zur Durchführung eines Weltcuprennens. Im Dezember folgen weitere Transportflüge entlang der Piste. Gleichzeitig werden die ersten Schneekanonen per Helikopter an den Slalomhang versetzt. Ab Weihnachten beginnen die Einrichtungsflüge für das Rennen. Die AIR-GLACIERS fliegt Gerüste, Absperrnetze und Werbematerial.
Eine Woche vor dem Rennen trifft das gesamte Fernsehmaterial sowie die AIR-Fens auf dem Heliport der AIR-GLACIERS in Lauterbrunnen ein. Nun beginnt das genaue Planen der Flüge, das Platzieren der Flughelfer sowie die Zusammenstellung der Flüge statt. Diese anstrengende und hektische Zeit erfordert von den Piloten, Flughelfern und der Einsatzleitung viel Einsatz, Präzision, Kommunikation und Flexibilität. Die Piloten sind auf die genauen Angaben und Informationen der Flughelfer am Boden angewiesen. Eine hohe Effizienz der Transportflüge wird durch die gute Teamarbeit zwischen Flughelfer, Pilot und Einsatzleitung massgebend beeinflusst. Die AIR-GLACIERS kann auf ein sehr erfahrenes Team in allen Arbeitsbereichen zurückgreifen.
Am Montag der Rennwoche werden die grossen Videowände im Zielgelände und auf der Wengerenalp mit dem Helikopter montiert. Endlich beginnen die Trainings zur Weltcupabfahrt. Am Morgen werden einige Athleten vom Slalomtraining auf dem Männlichen direkt zum Abfahrtstraining auf's Lauberhorn geflogen. Während den Abfahrtstrainings sind zwei Rettungshelikopter mit Crew auf der Wengerenalp stationiert. Zudem wartet ein Shuttle-Heli in Zielnähe darauf, um Vorfahrer oder Rennfahrer, welche die Abfahrt wiederholen müssen, zum Start zu fliegen.
Am Freitag der Lauberhornrennen werden die ersten Gäste zum Rennen geflogen. Wer sich die lange Reise per Bahn ersparen will, bucht einen Helikopterflug und gelangt in wenigen Minuten zum Landeplatz unterhalb des Startgeländes am Lauberhorn. Einige Firmen nutzen diese Lauberhornflüge als gemütlichen Firmenausflug. An den Rennen stehen die AIR-GLACIERS Rettungshelikopter wieder auf Pikett.
Der Abfahrtssamstag ist der grosse Tag, nicht nur für die Rennfahrer, sondern auch für das Team der AIR-GLACIERS. Ab 7.45 Uhr starten alle Hubschrauber der AIR-GLACIERS plus für an diesen Tag dazu gemietete Helikopter, um bei guten Flugbedingungen rund 1000 Personen zum Lauberhorn zu fliegen. Während der Rennen stehen wieder 2 Rettungshelikopter mit dem Fahrershuttle Einsatz bereit. Wenn das Wetter und die Windbedingungen stimmen, stehen dem wunderschönen, imposanten Weltcupanlass im Berner Oberland nichts mehr im Wege.
Anschliessend an die Rennen finden die Siegerflüge mit dem Helikopter vom Zielgelände nach Wengen statt. Berechtigt sind die Podestfahrer der Rennen. So mancher Pilot und Flughelfer hat mit einem Weltmeister das eine oder andere Wort wechseln können.
Eine Stunde nach Abfahrtsrennschluss beginnen die Personenrückflüge. Gleichzeitig wird das Kameramaterial mit dem Helikopter von der Abfahrtspiste zum Slalomhang transportiert. Nach dem spektakulären Slalom am Sonntag beginnen die Materialrückflüge, welche während den kommenden 3 Tagen in vollem Gange sind. Beim Material hat das Fernseh- und Werbematerial erste Priorität. Dieses wird noch am gleichen Tag nach Kitzbühel zu den Hahnenkammrennen abtransportiert.
Die Weltcuprennen am Lauberhorn decken viele Arbeitsbereiche der Helikopterfirma AIR-GLACIERS in Lauterbrunnen ab.

Das gesamte Einsatzspektrum der AIR-GLACIERS:

- Bautransporte
- Montagen
- Alp- und Hüttenversorgungen
- Logging und Spezialholzerei
- Lawinensprengungen
- Transporte Regional-Programm:
  - BeO West (Dienstag)
  - BeO Ost (Freitag)
- Waldbrandbekämpfung, Löscheinsätze aller Art
- Film- und Fotoflüge
- Rettungen
- Organtransporte
- Rundflüge
- Taxiflüge
- Heliskiing

Interessiert?
Gerne stehen wir für ergänzende Auskünfte zur Verfügung – wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Air-Glaciers AG
CH-3822 Lauterbrunnen
Tel : +41 33 856 05 60

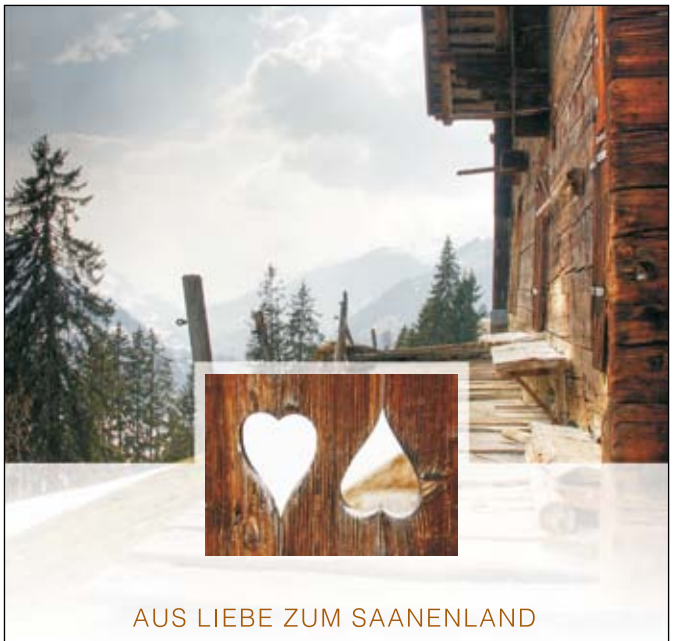
Fahrtechnik - Freeride - Erlebnis Weekends - Solutions

BIKEFERIEN TOSCANA

ERLEBEN & GENIESSEN - WEITWEG VOM ALLTAGSSTRESS

mtbeer organisiert unvergessliche Bikeferien mit individuellem Rahmenprogramm und interessanten Spezialwochen.

mtbeer - Bikeschule & Solutions gmbh, 033 822 84 92, info@mtbeer.ch



AUS LIEBE ZUM SAANENLAND

Saanen | Gstaad | Schönried | Lauenen | Gsteig
tel +41 33 748 46 46 | www.saanenbank.ch

SAANEN SB BANK
GSTAAD'S PRIVATE BANK

Grindelwald-Wengen

Kleine Scheidegg-Männlichen

jungfrau.ch
wohi de süsch?

* beim Kauf einer Tageskarte

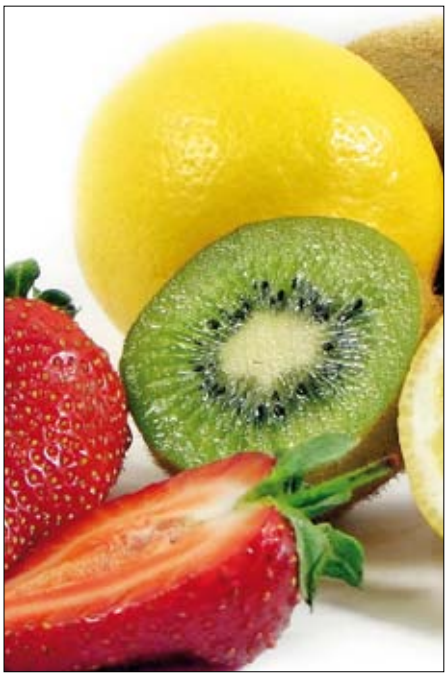
Neu: Jungfrau Winnercard
Registrieren Sie Ihren Skipass. Alle Ihre Skitage online analysieren, publizieren und verwalten. Ihre Höhenmeter abrufen, Ihren Speed checken, Badges sammeln, Ihre Fotos und Videos anschauen und sich mit anderen Wintersportgästen vergleichen.
Noch besser, Sie können attraktive Preise gewinnen! Teilen Sie Ihre Wintersporterlebnisse mit Freunden auf Facebook & Twitter.

Kooperation Saisonabo Plus
Mit einer Zusatzkarte für CHF 100.– (Kinder CHF 50.–) zum Saisonabo können Sie in **Adelboden-Lenk** unbegrenzt persönliche, kostenlose Tageskarten beziehen. Profitieren Sie von 50% Rabatt auf Sportpässe mit einer Gültigkeit bis 14 Tage in **St. Moritz, Kitzbühel** und **Garmisch-Partenkirchen**. In **Levi (FIN)** erhalten Sie damit kostenlose Sportpässe mit einer Gültigkeit bis 14 Tage.

Vitamine und Mineralien

Unverzichtbar für den Körper

Vitamine und Mineralien sind elementare Nährstoffe für unseren Körper.
Sie müssen täglich durch die Nahrung aufgenommen werden, damit wir optimal von den freien Radikalen geschützt werden. Je mehr wir uns körperlich betätigen oder uns im Leistungssport bewegen wollen um so wichtiger wird der Zellschutz.



Freie Radikale sind aktive Verbindungen, die Zellen, Membrane, ja sogar unsere DNS angreifen. Sie sind daher mitverantwortlich für degenerative Erkrankungen. Um dem Einhalt zu gebieten, müssen wir Antioxidantien zu uns nehmen. Diese schliessen die freien Radikalen ein und hindern sie daran, Schäden anzurichten. Antioxidantien finden sich vor allem in Früchten und Gemüsen. Insbesondere als Leistungssportler besteht die Gefahr der Übersäuerung durch intensive Belastungen, was dann letzten Endes eine Plattform für freie Radikale bildet.

Vitamine regulieren die Verwertung von Kohlenhydraten, Eiweissen und Mineralstoffen. Besonders wertvoll sind dabei die Vitamine E, A und C. Vitamin E hilft bei oxidativem Stress, der bei starker Belastung entsteht und in Atemlosigkeit enden kann. Vitamin A ist unter anderem entscheidend für die Augen, gesunde Körperzellen, das Blut und den Zellschutz. Vitamin C stärkt unser Immunsystem und hilft bei Herzerkrankungen.

«Vitamin A ist unter anderem entscheidend für die Augen, gesunde Körperzellen, das Blut und den Zellschutz. »

Zink und Selen zählen zu den wichtigsten Mineralien der täglichen Nahrungsaufnahme. Sie sind vor allem in Tomaten, Johannisbeeren, Orangen, Grapefruits und anderen Zitrusfrüchten, Zwiebeln und Äpfeln enthalten.
Ebenfalls eine tragende Rolle im Mineralstoffhaushalt spielt Kalzium und Magnesium, dessen täglicher Verlust mit der Nahrung kompensiert werden sollte. Kalziummangel erhöht das Risiko an Osteoporose, Dickdarmkrebs oder Bluthochdruck zu erkranken. Die besten Kalziumlieferanten sind Milchprodukte, wie fettfreie oder fettarme Milch, Joghurt und fettarmer Käse sowie grünes Blattgemüse.

Eisen ist wichtig für den Transport und die Speicherung von Sauerstoff im Blut sowie Bestandteil vieler Enzyme. Anämie, hervorgerufen durch zu wenig Eisen, tritt bei jungen Sportlerinnen vermehrt auf bei grossen Belastungen. Leber und rotes Fleisch, aber auch Blattgemüse, Eier, gebackene oder gekochte Kartoffeln und Trockenfrüchte sind gute Eisenlieferanten. Aber denken Sie daran, dass ein Grossteil des Eisens nicht aufgenommen werden kann, wenn Sie zu den Mahlzeiten Tee trinken.

« Die wichtigsten Mineralien sind vor allem in Tomaten, Johannisbeeren, Orangen, Grapefruits und anderen Zitrusfrüchten, Zwiebeln und Äpfeln enthalten.»

- Savo Hertig, Eidg. Dipl. Turn- und Sportlehrer FH

savo.ch
training ernährung physio
Essen was zu mir passt
Bewegung die Spass macht
savo.ch • Ernährung, Training, Physio • Mitteltstrasse 42 • 3012 Bern • www.savo.ch

«Ich setze alles auf den Skirennsport»

Interview mit der neuen Weltcup-Fahrerin Joana Hählen

Zwei Siege im Europacup, Silber bei der Junioren-WM und bei den Schweizer Meisterschaften sowie zahlreiche weitere Podestplätze: Joana Hählen, die 21-jährige Allrounderin aus der Lenk, hat ihre bisher beste Saison mit einem fixen Weltcupstartplatz in der Abfahrt und dem Aufstieg ins B-Kader von Swiss-Ski gekrönt. Zudem hat die Hotelfachfrau erfolgreich die Stufe 1 zur Skilehrerausbildung absolviert.

Joana Hählen sitzt auf der Terrasse ihres Elternhauses an der Lenk und geniesst die warme Frühlingssonne. Bis Ende Monat hat sie Zeit, sich von der anstrengenden und bisher besten Saison 2012/13 zu erholen. Dann geht's los mit der Vorbereitung auf den Olympiawinter. Unterbrochen von einer fünfwöchigen Zäsur. Denn eben hat der Briefträger wichtige Post gebracht: das Dienstbüchlein, ergänzt mit einem Marschbefehl. Ende Juni rückt Joana Hählen in Lyss zum ersten Teil der Spitzensport-RS ein.

Spitzensport-RS – willst Du eine Militärkarriere starten?
Nein, aber als Sportsoldat profitiert man von professionellen Trainingsmöglichkeiten. Am Vormittag steht militärische Grundausbildung auf dem Programm, am Nachmittag spezifisches Training.

Wer hat Dich auf die Idee gebracht?
Den Kick gab Nils Mani, der von seinen positiven Erfahrungen berichtete und sich auf Schwingerkönig Kilian Wenger bezog. Ausschlaggebend aber war, dass die Sportausbidung in Magglingen neben täglichen Trainings die Ausbildung zur Militärsportleiterin sowie verschiedene Module zu Themen rund um den Spitzensport umfasst. Mit mir zusammen werden meine Kolleginnen Michelle Gysin, Priska Nufer, Andrea Thürler und Jasmine Flury einrücken.

Und warum willst Du auch noch Skilehrerin werden?
Ich habe eben in Zermatt den Kurs, zu dem mir Swiss-Ski geraten hat, für die Stufe 1 der Ausbildung absolviert. Und dabei brutal viel Basiswissen hinzugewonnen. Nicht nur technisch, sondern vor allem kommunikativ. Ich weiss erst jetzt, wie ein Stemmbogen korrekt beschrieben und demonstriert wird. Aber keine Sorge: Bevor ich mich aktiv
als Skilehrerin betätige, werde ich in den nächsten zehn Jahren alles tun, um meine Ziele im Skirennsport zu erreichen.

Die da sind?
Ganz klar: Ein Olympiasieg und der Gewinn des Gesamt - Weltcups! Diesen Zielen werde ich alles unterordnen, auch mein Privatleben.

Was heisst das?
Mein Freund und meine Eltern kennen diese Absichten und sind mit dem damit verbundenen Engagement und den Entbehrungen einverstanden. Ich setze alles auf den Skirennsport. Skifahren ist mein Leben.

Das tönt gut! Hast Du dazu ein Lebensmotto?
Ich kann mich nur wiederholen: Immer alles geben und dabei stets Spass haben!

Was fasziniert Dich denn speziell am Skirennsport? Was bedeutet er Dir?
Ich bräuchte mindestens eine halbe Stunde, um die Stimmung zu beschreiben, die mich morgens um 8 Uhr schon vor dem Start zum ersten Trainingslauf überwältigt. Es gibt nichts cooleres, als das Gefühl der Geschwindigkeit. In der Natur vergesse ich alles um mich herum, nehme die Herausforderung an. Besonders spannend ist die Abfahrt, weil dabei viele Faktoren miteinander verknüpft werden: Physis, Material, Taktik, Wetter, Pistenverhältnisse, Tagesform.

Abfahrt ist somit Deine Lieblingsdisziplin?
Ja, das trifft zu. Aber auch Super-G und Riesenslalom fahre ich sehr gerne. Für den Slalom bleibt leider zu wenig Zeit. Mein zukünftiger Schwerpunkt bilden die Speed-Disziplinen und der Riesenslalom.

Wo liegen Deine Stärken, wo die Schwächen?
In der positiven, kämpferischen Einstellung. Als Wettkampftyp bin im Rennen besser als im Training. Meine grösste Schwäche ist die Ungeduld. Unbedingt verbessern muss ich mich beim Start und in Gleitpassagen. Steile Kurven liegen mir besonders.

Hast Du ein sportliches Vorbild?
Das ist ganz klar Roger Federer. Ich bewundere seine Konstanz über all die Jahre hinweg und seine mentale und physische Stärke, wenn es darauf ankommt. Wie er den entscheidenden Punkt macht, ist phänomenal.

Wie bist Du mit dem BOSV zufrieden?
Sehr! Der Regionalverband hat mich stets optimal unterstützt und gefördert. Warum nicht mehr Skirennfahrer aus dem Berner Oberland in den nationalen Kadern sind, ist für mich ein Rätsel.

Zur vergangenen Saison 2012/13: Was waren die Höhe-, was die Tiefpunkte?
Den 16. Januar 2013, an dem ich auf der Weltcupstrecke in St. Anton meinen ersten Sieg bei einer Europacup-Abfahrt feiern durfte, werde ich nie vergessen. Ebenso den Triumph im Super-G von Sella Nevea. Besondere Bedeutung für mich hatte aber auch der 2. Rang gegen starke Konkurrenz im Europacup-Super-G von Crans Montana sowie die Silbermedaille bei der Schweizer Abfahrtsmeisterschaft in St. Moritz. Den Tiefpunkt bildete das Verpassen des fixen Weltcupstartplatzes im Super-G in Sotschi.

Aber dafür hast Du einen fixen Startplatz bei den Weltcup-Abfahrten in der Olympiasaison 2013/14…
…ja, das ist neben dem Aufstieg ins B-Kader von Swiss-Ski der grösste Fortschritt, den ich im vergangenen Winter erzielt habe.

Schlussfrage: Was bedeutet Dir Dein Wohnort Lenk?
Sehr viel! Da leben meine Eltern, die mich stets kräftig unterstützen, meine Freundinnen, Freunde und ehemaligen Schulkameraden. Die Lenk ist mein Rückzugsort, wo ich relaxen und mich ablenken kann. Immer wenn ich auf der Heimfahrt in St. Stephan den Wildstrubel erblicke, geht mein Herz auf. Aber es fällt mir auch nicht schwer, nach ein paar Wochen wieder andere Luft zu schnuppern.

• Erwin Thomann

www.joanahaehlen.ch

Steckbrief

Name:	Hählen
Vorname:	Joana (Spitzname: Ana)
Geburtsdatum:	23. Januar 1992
Wohnort:	Lenk i.S.
Beruf:	Hotelfachfrau
Grösse:	157 cm
Gewicht:	60 kg
Augenfarbe:	Grün-Braun
Haarfarbe:	Dunkelblond
Skiclub:	SC Lenk
Regionalverband:	BOSV
Status:	B-Kader Swiss-Ski
Trainer:	Dominique Pittet, Roland Platzer, Luca de Marchi
Ausrüster:	Völkl, Marker, Leki, Uvex, Lange
Hobbies:	Sport allgemein (Biken, Tennis), Natur, Freunde treffen, Schwimmen im Meer, Kochen/Backen
Sprachen:	Deutsch, Englisch, Französisch
Homepage:	www.joanahaehlen.ch
Freundinnen:	Wendy Holdener, Ragnhild Mowinkel, Norwegen, u.a.
Erstmals auf Ski:	mit 2 Jahren

Grösste Erfolge 2012/2013

Europacup:
1. Rang Abfahrt St. Anton
1. Rang Super-G Sella Nevea
2. Rang Abfahrt St. Anton
2. Rang Super-G Crans Montana
3. Rang Abfahrt Gesamt
5. Rang Super-G Gesamt

FIS-Rennen:
2. Rang Riesenslalom Splügen

Schweizer Meisterschaft:
2. Rang Abfahrt St. Moritz

Grösste Erfolge 2011/2012

Junioren-WM:
2. Rang Super-G Roccaraso

Europacup:
3. Rang Abfahrt Sella Nevea

FIS-Rennen:
1. Rang Abfahrt Veysonnaz
1. Rang Riesenslalom Ancelle
2 x 2. Rang Super-G Final
2. Rang Super-G Orcières
3. Rang Slalom Sörenberg

Lieblings-

-ort:	Adelboden-Lenk (dänk)
-land:	Schweiz, Kanada
-disziplin:	Abfahrt
-abfahrtsstrecke:	St. Anton/Arlberg
-essen:	Poulet, Sushi
-musik:	Pop, Rock, chillige Musik
-film:	Intouchables
-buch:	Hunger Games
-farbe:	Rot
-trainingsort:	Engelberg/Magglingen
-sportler/in	Roger Federer, Didier Cuche

«Angst habe ich nur vor Schlangen»

Interview mit Junioren-Abfahrtsweltmeister Nils Mani

Nils Mani stieg in der letzten Saison zum Hoffnungsträger auf. Während die Spitzenleute immer tiefer in die Misere gerieten, hielt der bald 21-jährige Berner Oberländer die Schweizer Fahne hoch. Nachdem er bei der Abfahrt in Bormio als 27. die ersten 4 Weltcuppunkte erobert hatte, trumpfte er bei der Junioren-WM in Kanada gross auf: Gold in der Abfahrt, Silber im Super-G.

In Oey, am Eingang zum Diemtigtal, fallen sie erstmals auf. Und je näher man dem Dorf Schwenden kommt, desto zahlreicher werden sie: die handgemalten, bunten, originellen Tafeln, Leintücher und Banderolen, die an stattlichen Bauernhäusern prangen und mit denen Nils Mani zum Junioren-Abfahrts-WM-Titel gratuliert wird. Man spürt sofort: Die Bevölkerung ist mächtig stolz auf den jungen Einheimischen. Das ist typisch für den starken Zusammenhalt im schönen Seitental des Simmentals.

270 Rennen hat Nils Mani seit seinem internationalen Debüt als 15-jähriger Slalomfahrer (22.11.2007) bis zum letzten Einsatz am 10. April 2013 beim FIS-Super-G in Zinal bisher bestritten. Eine unglaubliche Zahl. Der stille, eher wortkarge Diemtigtaler stand 17-mal auf dem Podest (6x Erster, 7x Zweiter, 4x Dritter) und eroberte 57 Top-Ten-Plätze. Das sind Zahlen, die neugierig machen auf den hoffnungsvollen Nachwuchsfahrer.

Danke für den Interviewtermin bei Dir zu Hause in Schwenden. Geniesst Du den Urlaub?
Ja, ich kehre immer wieder gerne ins Diemtigtal zurück. Im Elternhaus fühle ich mich geborgen. Besonders nach langen Reisen, die ich nicht so mag.

Du weilst zur Zeit in Magglingen. Im Konditionskurs?
Nein, ich absolviere den zweiten Teil der Spitzensport-RS. Nach der Grundausbildung im letzten Jahr werde ich die Schule Mitte Juli abschliessen und als Sportsoldat brevetiert.

Was sind Deine grössten Erfolge?
Alle früheren Spitzenplätze werden vom WM-Titel bei der Junioren-Abfahrt in Quebec sowie von den ersten vier Abfahrts-Weltcuppunkten in Bormio übertroffen.

Tage, die Du sicher nie vergessen wirst?
Den 29. Dezember 2012, als ich auf der Pista Stelvio den 27. Weltcup-Rang erreichte, werde ich stets im Gedächtnis behalten. Unvergessen bleibt auch der 15. Dezember, als ich auf der Saslong in Gröden mein Weltcup-Debüt feierte. Ebenso der 22. und 24. Februar 2013 mit Gold und Silber in Kanada. Dass ich ein Jahr zuvor im italienischen Roccaraso bei der Junioren-WM die Ränge 2 und 3 in Super-G und Abfahrt belegte, hatte ich schon fast vergessen…

Was treibt Dich eigentlich an? Wer oder was motiviert Dich?
Ich habe stets ein Ziel vor Augen, das ich mit Ehrgeiz, Fleiss und Konzentration zu erreichen versuche.

Was für ein Ziel?
Das sage ich niemandem, denn ich habe es mir ganz persönlich gesteckt. Alle meine Bestrebungen sind auf das Erreichen dieses Zieles ausgerichtet. Gäbe ich es jetzt bekannt, würde ich stets daran gemessen und darauf angesprochen. Und das will ich nicht.

Gibt es auch Enttäuschungen in Deiner bisherigen Karriere?
Ja natürlich! Die wetterbedingte Absage der Europacup-Abfahrt in Sotschi führte dazu, dass ich den angestrebten 3. Platz im Gesamtklassement verpasste, somit keinen fixen Weltcup-Abfahrtsplatz erhielt und wohl deshalb auch im B-Kader verblieb. Immerhin kenne ich jetzt die Pisten und speziellen Verhältnisse am Schwarzen Meer.

Und wenn Du die Olympia-Abfahrt 2014 in Sotschi gewinnst?
(lachend) Da müsste wohl der „Schittstock chalbere!“ Wenn ich aber gesund bleibe und weitere Fortschritte erziele, liegt vielleicht vier Jahre später in Pyeonchang etwas drin. Sotschi kommt für mich zu früh.

Deine Stärken, Deine Schwächen?
Zu meinen Stärken zähle ich die Fähigkeit, nach schlechter Trainingszeit im Rennen stark zuzulegen. Die Kollegen bezeichnen mich deshalb als „Rennhund“. Erst wenn es ernst gilt, baue ich die nötige Spannung auf. Eine Schwäche ist meine zu hohe Risikofreudigkeit; ich scheide zu viel aus.

Welche Eigenschaften sind denn für einen Skirennfahrer wichtig?
Das Selbstvertrauen, also mentale Stärke, ist ausschlaggebend. Wichtige Aspekte sind zudem Selbstdisziplin, Talent, Mut, Wille, Ausdauer und Kraft.

Und wie steht es mit der Angst? Zitterst Du nie vor Hundschopf und Mausefalle?
Angst habe ich nur vor Schlangen. Bei der Abfahrt geht es viel zu schnell, um Angstgefühle aufkommen zu lassen. Im Gegenteil: Ich freue mich richtiggehend auf den Hund-

schopf! Die Streif in Kitzbühel kenne ich leider noch nicht…

Magst Du den Medienrummel? Zeitungstitel wie „Nils Mani – die wortkarge Rennsau"?
Nicht unbedingt, aber das gehört einfach dazu. Zwar lese ich die Berichte, nehme sie aber nicht allzu ernst. Ich weiss, wie rasch das Pendel auf die andere Seite ausschlägt.

Wie sieht Dein privates Umfeld aus? Wer ist Dein Manager?
Einen Manager brauche ich nicht. Reto Mani, Cousin meines Vaters und Präsident des SC Schwenden, hilft mir, unterstützt mich und nimmt mir Administrativarbeiten wie z.B. Verhandlungen mit den Ausrüstern ab. Mein Onkel Jürg Mani präsidiert meinen Fan Club, der sehr aktiv ist und bereits 300 Mitglieder umfasst.

Schwingerkönig Kilian Wenger zählt zu Deinen Freunden. Was verbindet Euch?
Kilian ist ein guter Kollege, mit dem ich mich ab und zu treffe und Kondition büffle. Auch besuche ich gerne seine Schwingfeste. Ich drücke ihm schon jetzt die Daumen zur erfolgreichen Titelverteidigung in Burgdorf! Was uns verbindet ist die Herkunft: Er wuchs in Horboden auf, ich in Schwenden. Wir beide sind Diemtigtaler, die stets zusammenhalten.

Wie sieht Dein Programm in nächster Zeit aus?
Als einzige Daten stehen das „Kleiderfassen" für die Saison 2013/14 anfangs Mai und der Abschluss der Sportler-RS Mitte Juli fest. Vorgesehen sind dann Kurse entweder in Italien oder auf Mallorca sowie in Zermatt. Ob das vorgesehene Schneetraining in

Südamerika stattfinden wird, hängt von den Verhältnissen ab. Vielleicht bin ich ja erstmals dabei…?

• Erwin Thomann

www.nilsmani.ch

Steckbrief

Name	Mani
Vorname	Nils
Geburtsdatum	23. Mai 1992
Wohnort	Schwenden/Diemtigtal BE
Beruf	Landmaschinenmech.
Grösse	183 cm
Gewicht	86 kg
Augenfarbe	Blau-Grün
Haarfarbe	Dunkelblond
Skiclub	SC Schwenden
Regionalverband	BOSV
Status	B-Kader Swiss-Ski, WC1 Speed
Trainer	noch offen
Ausrüster/ Sponsoren	Stöckli, Atomic, Leki, Carrera, Ovomaltine, Sporthilfe, Bergbahnen Diemtigtal, Swisscom, Raiffeisen, Helvetia, Alpiq, Audi
Hobbies	z'Bärg, Bauern
Homepage	www.nilsmani.ch
Erstmals auf Ski	mit 4 Jahren

Grösste Erfolge 2012/2013
Weltcup:
27. Rang Abfahrt Bormio
40. Rang Abfahrt Gröden

Europacup:
2. Rang Abfahrt Wengen

Junioren-WM Quebec:
1. Rang Abfahrt
2. Rang Super-G

FIS-Rennen:
3. Rang Super-G St. Moritz

Schweizer Meisterschaften St. Moritz:
2. Rang Super-G.

Schweizer Junioren-Meisterschaften Zinal:
1. Rang Super-G

Grösste Erfolge 2011/2012
Junioren-WM Roccaraso:
2. Rang Super-G
3. Rang Abfahrt

FIS-Rennen:
1. Rang Abfahrt Veysonnaz.

Schweizer Meisterschaften Veysonnaz:
3. Rang Abfahrt.

Grösste Erfolge 2010/2011
FIS-Rennen:
2 x 1. Rang Super-G Veysonnaz
3. Rang Abfahrt Stoos

Schweizer Junioren-SM Stoos:
2. Rang Abfahrt.

Lieblings-

- ort	Diemtigtal
- land	Schweiz
- disziplin	Abfahrt
- strecke	Lauberhorn/Bormio
- essen	Fondue
- getränk	Ovomaltine
- musik	Volkstümlich
- film	Hangover
- sportler	Hermann Maier

vigier beton Berner Oberland · BOAG · SHB · Beton AG Interlaken · frischbetonthun

Geschmacks-volle Momente...

Der Tisch «nox» von Team 7 zeigt Charakter – gefertigt aus 100 % Naturholz, besticht er vor allem durch seine 3,8 cm starke und bis zu 3 Meter lange Platte. Genau der Richtige für eine festliche Tafelrunde – überzeugen Sie sich selbst davon!

ALLES UNTER EINEM DACH:
Wohncenter von Allmen AG
3800 Interlaken
Telefon 033 828 61 11
www.wohncenter-vonallmen.ch

vierzig Jahre 40
von Allmen
INTERLAKEN

Schneesportnation Schweiz

Wie bringen wir unsere BOSV-Talente an die internationale Spitze?

Anlässlich des Weltcupfinals Ski Alpin in der Lenzerheide vertrat ich als Mitglied der Arbeitsgruppe Beruf Schule Sport die Anliegen des Berner Oberländischen Skiverbandes bei Swiss-Ski. Die wichtigsten Erkenntnisse des Workshops fasse ich hier zusammen.
Die Schneesportnation Schweiz braucht Anstrengungen auf allen Ebenen, um den Anschluss an die Weltspitze nicht zu verlieren.

In den FIS-Punktelisten im Jugend- und Juniorenalter belegen zunehmend Athletinnen und Athleten aus nicht Alpenländern wie Belgien, Holland , England oder Tschechien Spitzenplätze. Dafür gibt es Gründe:

- Der Sport hat in diesen Ländern einen hohen Stellenwert in der Gesellschaft und der Staat ist bereit, für die Förderung junger Talente beste Voraussetzungen zu schaffen und die nötigen finanziellen Mittel bereitzustellen.

- Die Spitzensportkarriere eines jungen Menschen ist in den genannten Ländern oft mit weniger Risiken verbunden. Die Talente haben keine Kompromisse mit der Schule und dem Beruf einzugehen. Sport hat Priorität; Schule und Berufsbildung folgen nach der Sportkarriere und das Leben nach dem Sport ist finanziell und sozial abgesichert.

- Feste Trainingsanlagen in anspruchsvollem Gelände, gut ausgebildete Trainer so wie eine individuelle Betreuung und Begleitung sind neben Talent und Wille bei den Athletinnen und Athleten erkannte wichtige Bereiche für den Erfolg.

Dies heisst für uns:

Die Förderstrukturen der einzelnen Sportarten sind unterschiedlich; die Basis bilden immer unsere Clubs.

Animationsrennen Hasliberg

Die Arbeit von motivierten Trainerinnen und Trainern in unseren Clubs ist zentral. Ihnen muss es gelingen, die Kinder und Jugendlichen für den Schneesport zu begeistern, junge Talente zu erfassen und zu fördern. Vereinsarbeit ist zu honorieren. Die Aus- und Weiterbildung der Trainer soll persönliche Perspektiven öffnen und finanziell nicht belasten.

Im BOSV erfüllen alle regionalen Leistungszentren RLZ alpin die geforderten Qualitätskriterien von Swiss-Ski. Die Voraussetzungen für eine wirkungsvolle Zusammenarbeit mit den anderen Schneesportdisziplinen sind gut.

Ein konsequenter und intensiver Trainingsbetrieb und fixe Trainingsanlagen sind Schlüsselfaktoren für den Erfolg.

Der Trainingshang und die anspruchsvolle Loipe vor der Haustüre, die den Kindern und Jugendlichen täglich nach der Schule und in der Freizeit zur Verfügung stehen, gewinnen wieder an Bedeutung. Solche Möglichkeiten fehlen. SWISS-SKI hat dies erkannt und setzt konsequent auf nationaler und regionaler Ebene auf feste Trainingsanlagen. Ein Beispiel dafür ist das Projekt des fixen Renn- und Trainingszentrums in Meiringen Hasliberg. Im Hinblick auf ein mögliches nationales Zentrum für Wintersport ist eine bereits bestehende permanente Anlage ein Standortvorteil. Die Haslitaler verdienen daher unsere volle Unterstützung!

Die gezielte Förderung der jungen Wintersporttalente beginnt im Primarschulalter. Erfolgreiche Snowboarder sind mit dem Rollbrett aufgewachsen. Ihre Dynamik und Sicherheit mit dem Sportgerät erwerben sie spielerisch und vielfach bereits im Kindergartenalter. Daraus entwickelt sich eine konsequente Einstellung zum Sport, die es braucht, um in einer Snowboarddisziplin an die internationale Spitze zu gelangen.
Das Modell ist auf alle Schneesportarten übertragbar. Die Begeisterung für den Spitzensport entwickelt sich aber nur dann, wenn die Kinder und Jugendlichen entlastet werden und nicht in allen Bereichen, in der Schule, im Sport, in der Freizeit und im Familienleben, Höchstleistungen erbringen müssen.

Mein Fazit: Früh übt sich, wer ein Meister werden will!

• Bernhard Häsler, Koordinator BSS/4-2013

Steiner-Stehlin AG
www.steiner-stehlin.ch
Moderne Heizungs- und Sanitärtechnik
Thun Wimmis 033 336 53 53

Aus- und Weiterbildung Trainer

Das Saisonende ist der Anfang der Aus- und Weiterbildung der Schneesporttrainer/innen, sie haben noch keine Ferien. Ende April findet das jährliche Swiss-Ski-Trainerforum in Nottwil statt. Hier bietet Swiss-Ski während zwei Tagen die Plattform, dass alle Trainer bis RLZ Stufe eine gemeinsame Weiterbildung in verschiedenen Themen geniessen dürfen. Wichtig dabei sind ebenfalls die wertvollen Gespräche unter den Trainern und Führungskräften der verschiedenen Verbände.

Anfangs Mai wird unter der Obhut von Reto Schläppi, Swiss-Ski U16 Veranwortlicher, in Engelberg eine Trainerweiterbildung für die JO Trainer aller Regionalverbände durchgeführt. Dieses Wissen wird anschliessend wieder in den einzelnen Regionalverbänden intern an Weiterbildungen weitergegeben.

Im BOSV Gebiet findet diese Weiterbildung mit den BOSV-JO sowie Juniorentrainern und den RLZ und Regionentrainern anfangs Juni auf dem Gletscher in Zermatt statt. Ziel dieser zwei Weiterbildungstage ist es, dass die gemeinsame Sprache der Technik weiterentwickelt werden kann. Zudem werden strukturelle und organisatorische Bereiche in der Zusammenarbeit des Berner Oberländischen Skiverbandes mit den vier Regionalen Leistungszentren angeschaut, diskutiert, überdenkt und schlussendlich optimiert.

Ausblick Kurswesen
Folgende Aus- und Weiterbildungskurse finden im Dezember 2013 im BOSV Gebiet statt:

Modul Fortbildung (BOSV FK), 2 Tage.
Hier werden die offiziellen Fortbildungsthemen in den Wettkampfsport integriert, weitergegeben. (Ideal für Trainer und Rennsportinteressierte Teilnehmer).

Modul Fortbildung Kindersport, 1 Tag
Angehängt an den BOSV FK. Wer sich im Kindersport weiterbilden muss, kann einen Zusatztag anhängen und hat auch diese Fortbildungspflicht erfüllt.

Modul Kurssetzung, 3 Tage
Kurssetzung ist ein enorm wichtiger Bestandteil in der technischen Entwicklung unserer Athletinnen und Athleten.

Alle Kurse sind J+S anerkannt
BOSV Modul Fortbildung und Kurssetzung sind ebenfalls Swiss Snowsports anerkannt.
Modul Kindersport ist nur J+S anerkannt.

Für alle Trainerinnen: Die durch Swis-Ski organisierten Coachpoints am 15. Mai, 12. Juni und 18. September 2013.

Zukunft: Werte Club und RLZ-Verantwortliche motiviert eure Trainer/innen zur Aus- und Weiterbildung. Das zusätzlich erlangte Wissen kann sehr effizient und lernwirksam ins Training eingebunden werden und wird in Zukunft deutlich mehr J+S Gelder auslösen, welche zur Finanzierung der immer grösser werdenden Trainingsumfänge enorm wichtig sind. Ab der Saison 2014/2015 werden die J+S Gelder nicht nur nach Ausbildungsstand des Trainers sondern ebenfalls nach Anzahl Trainer pro Trainingsgruppe (12 Athletinnen und Athleten) berechnet.

BOSV & RLZ Trainer

FAZIT: Wir benötigen mehr gut ausgebildete TrainerInnen zum Wohle unserer rennbegeisterten Athletinnen und Athleten! Ich bin überzeugt, dass wir diese im Berner Oberland finden!

Dankeschön
Herzlichen Dank an alle Coaches, die sich bereiterklären ihre Freizeit für den Schneesport zu investieren, sowie das erlangte Wissen an die jungen RennfahrerInnen weitergeben. Bei den Vorständen der Clubs bedanke ich mich für das riesige Engagement, welches es heute benötigt, um einen Club nicht nur am Leben, sondern in Schwung zu halten. Weiterhin viel Freude an der Sache und Energie, das Begonnene weiterzuführen.

Interesse an Ausbildung
Für Fragen und Auskünfte zur Ausbildung stehe ich gerne zur Verfügung und freue mich auf viele Schneesportinteressierte TrainerInnen, die gerne mit jungen Athletinnen und Athleten trainieren.

• Monika Amstutz, BOSV Ausbildung

Mental Training mit „Schabi“ Berger

Training für Kopf, Herz & Hand

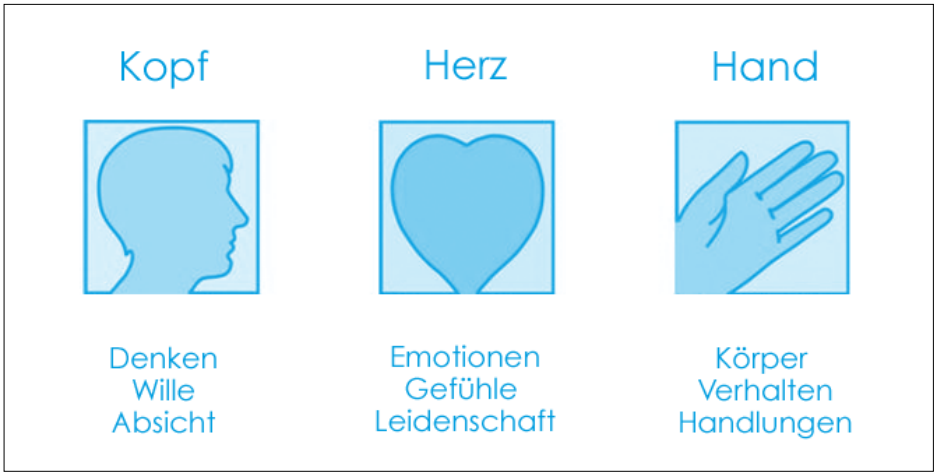
„Schabi“ Berger umringt von den BOSV-Athletinnen und Athlethen

Sei es im Alltag, in der Schule im Beruf oder im Sport, mentale Stärke ist ein wichtiger Baustein für den Erfolg.

Starke Muskeln, ein grosser Wille und Ehrgeiz reichen nicht, um eine optimale Leistung zu vollbringen. Die Gedanken sowie unsere Gefühle steuern unsere Handlungen, Bewegungen und Muskeln. Stimmt der geistige und emotionale Zustand, können wir uns in einen optimalen Leistungszustand versetzen und unsere Leistung deutlich positiv beeinflussen.

Das Herrenteam war an Rennen. Zudem waren alle RLZ- und Regionentrainer sowie die anwesenden Eltern herzlich eingeladen. Wenn an der mentalen Stärke gearbeitet wird, ist es wichtig, dass das ganze Umfeld darüber Bescheid weiss. Es kann ein riesengrosses gegenseitiges Vertrauen aufgebaut werden, wenn Athlet, Trainer und Eltern vom Selben sprechen.

„Schabi“ hat bereits am BOSV Informationsabend die Athletinnen und Athleten, die Eltern, Trainer und den BOSV Vorstand



Im Januar hat der BOSV zusammen mit „Schabi“ Jean-Bernard Berger zwei Abende im Bereich Mentale Stärke organisiert. Teilgenommen haben das BOSV JO Kader sowie das BOSV Juniorinnen Team Alpin. überzeugt, dass das was wir denken und aussprechen einen Einfluss auf unsere Handlungen hat. Mit vielen persönlichen Erfahrungen, einer eindeutigen, lebendigen, verständlichen Sprache hat es „Schabi“ erneut geschafft, dass die KursteilnehmerInnen an seinen Lippen geklebt und sehr aufmerksam zugehört haben. Nicht selbstverständlich, da die beiden Abende während der Wettkampfsaison, nach der Schule und einem Skitrainingsnachmittag stattgefunden haben.

Ziel dieser beiden Abende war es, dass die Athletinnen und Athleten sich Gedanken über ihren Leistungszustand machen. In gemeinsamen Gesprächen mit „Schabi“ und seinem Team konnte jede Athletin und jeder Athlet den optimalen Leistungszustand definieren.
An zwei Abenden können nur Strukturen gebildet werden. Das tägliche mentale Training integriert in den Alltag, den Skisport in die Schule, Beruf, führen zu einer Weiterentwicklung im mentalen, geistigen und emotionalen Bereich.

Gefühle kann man selber steuern, wenn man weiss wie. Es freut mich sehr, dass wir im Bereich mentale Stärke einen „Startschuss“ machen konnten, den wir sicher weiterverfolgen werden.

Ein grosses Dankeschön an alle Athletinnen und Athleten, Trainer und Eltern, die sich an diesen beiden Abenden Zeit genommen haben, um sich gegenseitig im mentalen Bereich weiterzubilden.

„Schabi“ und deinem Team auch ein grosses MERCI, es waren zwei spannende Abende die nach mehr rufen…..

Der BOSV Geschäftsleitung danke ich für die immer grosse Unterstützung in allen Bereichen des Schneesportes sowie für ihr grosses persönliches Engagement zugunsten der Strukturen im Berner Oberländischen Skiverband.

• Monika Amstutz, BOSV Ausbildung

BOSV-RLZ Sichtungskurs Ski in Meiringen Hasliberg

Training für Kopf, Herz & Hand

Begrüssung der Teilnehmer

Am 26./27. März 2013 hat in Meiringen Hasliberg der Sichtungskurs Ski des BOSV stattgefunden. Dieser Test zählt 25% zu den Selektionen in ein BOSV JO Kader. Für die Regionalen Leistungszentren dient dieser Skisichtungstag ebenfalls zur Selektion seiner A- und B-Teams in den RLZ. Seit 2 Jahren findet dieser Sichtungskurs immer in einem anderen Skigebiet der 4 RLZ des BOSV statt.

Externe Experten von Swiss-Ski, Swiss Snowsports sowie BOSV Juniorentrainer schreiben an diesem Tag den Athletinnen und Athleten Noten im Bereich Technik Skifahren.

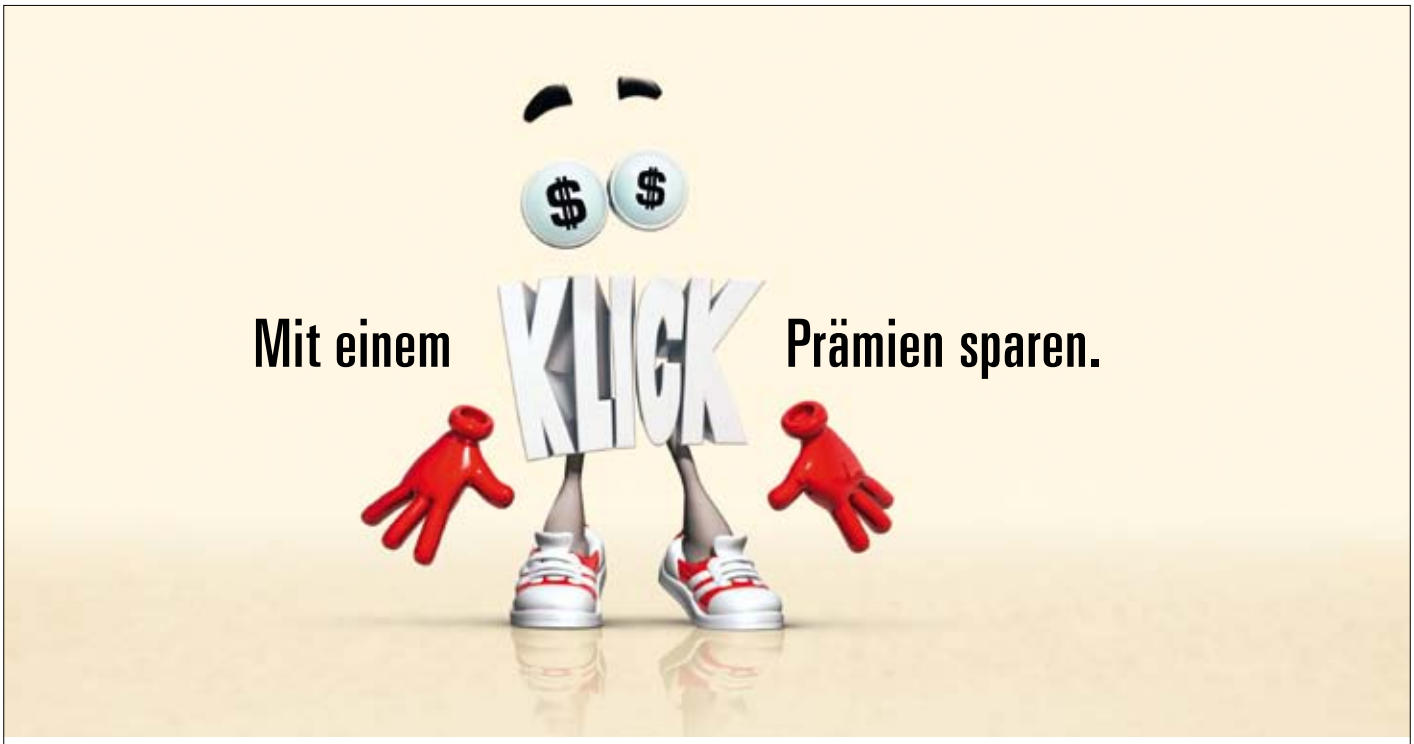
Drei vorgegebene Prüfungsformen, Riesenslalom auf einem Ski, slalomorientierte Kurven mit Stockeinsatz sowie freies Hangabschwingen neben der Piste zusammen mit weiteren 3 Testformen, welche im Vorfeld geübt werden können, aber erst am Testtag definiert werden, sind Bestandteil der Technischen Prüfung.
Am 26. März 2013 haben rund 50 Athletinnen und Athleten der Jahrgänge 1997-1999 bei sehr trüben, bedeckten Bedingungen, aber guten Schneeverhältnissen die Prüfungsformen absolviert. Das Testgelände wurde von der Mägisalp auf die Käserstatt verlegt. Der Nebel hat den JO Trainer, Jonas Odermatt, zusammen mit seinem Experten Team zu diesem Schritt veranlasst. Im bewaldeten Gebiet Käserstatt konnten sehr faire Testbedingungen vorgefunden werden.

Nur einen Tag später kamen rund 100 Kinder der Jahrgänge 2000-2002 aus dem ganzen Berner Oberland auf den Hasliberg. Ein wunderbarer Wintertag hat die Athletinnen und Athleten bei besten Bedingungen ihr Können zeigen lassen.

Während der zwei Testtage haben rund 150 Kinder aus dem ganzen Berner Oberland ihr technisches Können unter Beweis gestellt. Ende April finden nun die Selektionen in die verschiedenen Kader statt.

BOSV Selektionskriterien:
45% Wettkampfleistung (Rennen)
25% Technik Sichtungskurs
15% Kondition SwissSki Powertest
15% Athletenbeurteilung nach PISTE
(Potenzialeinschätzung, ohne Wettkampfresultate)
Das BOSV und RLZ Trainerurteil bei Diskussionsfällen.

• Monika Amstutz, BOSV Ausbildung



Gut, sind Sie Mitglied des BOSV. Denn Sie erhalten über 20 % Rabatt bei den Zusatzversicherungen der KPT und profitieren von den vielen weiteren Vorteilen der führenden Online-Krankenkasse mit persönlicher Beratung. Jetzt Offerte anfordern über www.bosv.kpt.ch oder Tel. 058 310 98 70.

KPT CPT
Einfach gut versichert.

Rückblick BOSV JO Kader

Wir schauen auf einen erfolgreichen Winter zurück

Katja bei der Preisverteilung

Es war ein erfolgreicher Winter. Wir konnten wieder einen Schritt vorwärts machen und interregional und national mit Podest-Plätzen und diversen Top 10 Rangierungen auf uns aufmerksam machen! Dies stimmt mich auch sehr zuversichtlich für die kommende Saison. Die jungen Wilden sind am Drücker und sind erfolgshungrig. Ich freue mich schon jetzt auf die kommende Vorbereitungsphase mit einem motivierten Team. Das Trainerduo Hombi/Jonas bleibt bestehen und sorgt für Ruhe und Kontinuität.

Als wir wussten, dass die ersten nationalen Rennen bereits im Dezember beginnen werden, war ich eher etwas skeptisch. Ist es nicht zu früh war meine grosse Frage?
Doch im Nachhinein muss ich sagen, waren die Kids extrem hungrig, endlich zu zeigen was sie drauf haben und wollten nicht mehr länger warten. Die U 16 Athleten waren bereit dafür. Es erwartete auch niemand, dass dort alle schon voll bereit sein müssen, schon gar nicht die jüngeren Athleten.

Die BOSV Zusammenzüge sowie Interregionszusammenzüge konnten sehr erfolgreich durchgeführt werden. Die spezielle Vorbereitung auf Grossanlässe zahlte sich aus. Das werden wir im nächsten Winter weiterführen. Um nur ein Beispiel zu nennen; das Vorbereitungstraining an der Tschenten auf die IR Rennen Adelboden, hatte eine positive Wirkung auf das Abschneiden der BOSV-ler.

Der Ländervergleich mit den Nationen CH, ITA, FRA, DE, und USA zeigte einmal mehr, dass wir uns mit unserer Arbeit auf JO Stufe nicht ganz auf dem Holzweg befinden. Im Gegenteil! Da sind wir absolut konkurrenzfähig.

Die Disziplin Combi-Race sorgte für viel Zündstoff. Wenn man es abschliessend beurteilt, waren diese drei Combi-Races super Punktelieferanten und unsere Strategie dahinter ist in diesem Punkt voll und ganz aufgegangen. Es wird auch im nächsten Jahr wieder Combi-Races geben. In welcher Form diese ausgeflaggt werden und was für die sportliche Entwicklung der Athleten am meisten Sinn macht ist Sache von uns Trainern dies zu entscheiden.

Damit wir allen fünf Jahrgängen bei jedem Leki Cup Rennen gerecht werden können, ist ein Ding der Unmöglichkeit. Doch die Variation in den Kurssetzungen muss unbedingt mehr ausgereizt werden. Den Spielraum vom Reglement her haben wir.

Die Kaderselektionen stehen noch an. Danach heisst es Energie tanken. Eine weitere spannende Saison wartet auf uns!

• Jonas Odermatt, JO Trainer

Joel Oehrli Rang 3, IR Rennen Adelboden

Rang 5 Oehrli Joel, JO SM Davos

Rang 1 und 3 Gerber Deborah, Katja Grossmann, IR Rennen Adleboden

Rang 10 Katja Grossmann, JO SM Davos

RLZ Haslital

8 Podestplätze an den JO BOSV Meisterschaften

Das Team des RLZ Haslital beim LEKI-Final

Bereits im Juni 2012 starteten die RLZ Athleten/innen mit schweisstreibendem Konditionstraining in die Saison 12/13. Danach folgten die ersten Skikurse auf dem Gletscher in Zermatt. Bis Ende November folgten weitere Ski Camps, unter anderem zwei Mal in der Skihalle in Landgraaf in Holland. Im Dezember dann noch ein letztes Techniktraining auf heimischem Schnee, bevor die ersten nationalen Rennen im Appenzellischen noch vor Weihnachten anstanden.

Der Rennplan war eng und teilweise auch sehr hart für die Athleten/innen. Es war daher wichtig, die Kräfte einzuteilen und zwischendurch einen Jokertag einzuziehen. Die Kids sollen schon früh lernen, auf ihren Körper zu hören und ihm zwischendurch auch mal Ruhe zu gönnen.
Viele unseren Athleten/innen haben während der Saison an verschiedenen Rennen Top Rangierungen erreicht. Besonders zu erwähnen sind dabei die BOSV JO Meisterschaften, welche sicherlich zu den Saisonhöhepunkten der Athleten/Innen gehören. Hier durften wir gleich 8 Podestränge bejubeln.

Am Ostersamstag wurde das letzte Rennen des Leki Cup 2012/13 ausgetragen. Auch hier waren unsere Athleten/innen erfolgreich.

Schweizermeisterschaften Davos
Katja Grossmann und Marco Kohler qualifizierten sich für die technischen Disziplinen. Arne Ackermann konnte sich nicht durchsetzen und stand als 1. Ersatz zur Verfügung.
Katja Grossmann fing mit einem 16. Rang im Riesenslalom an und steigerte sich im Slalom auf den guten 10. Rang. Bravo!!!
Marco Kohler konnte im Riesenslalom ebenfalls nicht all seine Fähigkeiten zeigen und wurde 25. Im Slalom erging es ihm besser, und er wurde guter 11. Katja und Marco werden ab diesem Jahr in den Junioren Bereich aufsteigen.

Youngsters (Jahrgänge 2003 und 2002)
Ziel der Youngster-Trainings ist, die Technik und den Spass am Skifahren zu vermitteln.
Für die Youngsters sind die einheimischen Animationsrennen ein wichtiger Bestandteil.
Fünf Rennen wurden geplant, vier konnten durchgeführt werden. Hier konnten sich unsere Kaderfahrer mehrheitlich gegen das restliche Teilnehmerfeld durchsetzen. Weiter besuchten die Kids regelmässig die EKI-Rennserie in unserer Region. Hier können sich die jungen Fahrer auch mal gegen externe Konkurrenten messen. Erfreulicherweise zeigen die Resultate, dass wir auf dem richtigen Weg sind und unsere Jüngsten sich durchzusetzen vermögen.

16 Athleten aus dem SKI ALPIN Kader Haslital-Brienz haben sich für den Final des Migros Grand Prix qualifiziert, wo sie auch sehr gute Leistungen gezeigt haben und nebst Skifahren mit viel Plausch auch einen tollen Rennabschluss geniessen durften.

Verletzungspech
Leider blieb auch in diesem Jahr das Verletzungspech nicht ganz von unseren Athleten fern. Ines Moor und Nicolas Zurfluh wünschen wir gute Genesung, sie laborierten den ganzen Winter an Verletzungen und konnten dadurch nie 100% in das Geschehen eingreifen. Wir wünschen Ihnen viel Glück im Aufbau für die kommende Saison. Es braucht jeweils viel Kraft, Wille und Glaube um Tiefpunkte zu überwinden. Doch bekanntlich werden genau aus solchen Persönlichkeiten die Champions von Morgen geschaffen. Glaubt an Euch und verfolgt Eure Ziele.

Herzliche Gratulation an alle, die in irgendeiner Form eine persönliche Leistung/Ziel erreicht haben.

Vielen Dank allen Athleten/innen, Eltern, Vorstand, Sponsoren und Trainern. Ohne Eure Unterstützung könnten wir diese Leistungen nicht erbringen.

- Monika Nägeli, Marketing
  Manfred Schild, Cheftrainer SAK

Gesamtwertung

JO BOSV Meisterschaft 2012/13

1. Rang
U12 Sue Fuchs, 2001 Slalom & Riesenslalom
U16 Katja Grossmann, 1997 Slalom
U16 Arne Ackermann Slalom

2. Rang
U12 Eric, Wyler, 2001 Slalom
U16 Katja Grossmann, 1997 Riesenslalom
U16 Marco Kohler 1997 Riesenslalom

3. Rang
U12 Elin Fuchs, 2001 Slalom
U14 Sonja Kohler, 2000 Slalom

LEKI Cup 2012/13

U12 Mädchen	1.Rang	Sue Fuchs
	2.Rang	Elin Fuchs
U12 Knaben	3. Rang	Eric Wyler
U16 Mädchen	1. Rang	Katja Grossmann
U16 Knaben	2. Rang	Marco Kohler

RLZ Jungfrau

„Merci vielmal für die grossartigi Understützig“

Das Team des RLZ Jungfrau

26 Podestplätze in BOSV Leki-Cup Rennen. An jedem Rennwochenende der Saison stand mindestens ein Kadermitglied vom Regionalen Leistungszentrum, RLZ Jungfrau auf dem Podest. Darüber hinaus erreicht Christian Michel vom RLZ Jungfrau A-Kader bei den Speed Jugend-Schweizermeisterschaften den hervorragenden 5. Rang in der Disziplin Super-G.

Ein wichtiger Grundstein für solche Erfolge ist die Harmonie im Team. Die jüngsten Talente wurden ausgezeichnet integriert, so dass auch diese nach kleinen Anlaufschwierigkeiten bereits am dritten Rennwochenende mithalfen, Leki-Cup Podestplätze herauszufahren. Hingegen in der Kategorie U14, insbesondere bei den Knaben, lief nicht immer alles wunschgemäss. Cheftrainer Yves de Roche meint: „Irgendwie fehlte beim einen oder andern die letzte Überzeugung, um den entscheidenden Schritt vorwärts zu machen.“ Doch generell ist de Roche mit der Saison zufrieden: „Die Resultate stimmen und der Teamgeist unter den jungen Skitalenten ist ausgezeichnet.“

Die Resultate der RLZ Jungfrau Talente sind ein deutlicher Beweis, dass sich die strukturellen Anpassungen der Skinachwuchsförderung in der Jungfrau Region und auf dem Bödeli ausbezahlen. Jetzt will das RLZ Jungfrau den eingeschlagenen Weg konsequent weiterverfolgen. Profiteure soll es nur unter den zweifellos vorhandenen Top Skitalenten unserer Region geben.

Wir sind stolz, auf ausgezeichnete Partner und Sponsoren zählen zu dürfen, die uns unterstützen und unser Bestreben fördern. Insbesondere danken wir unserem „Mutterhaus“ dem Berner Oberländischen Skiverband für die konstruktive Zusammenarbeit und unseren Sponsoren, Jungfrau Ski Region, Baerg Marti und den Raiffeisenbanken Lütschinentäler und Jungfrau, die uns sowohl finanziell, als auch ideell und materiell stark unter die Arme greifen.

Fazit von RLZ Jungfrau Präsident Kurt Sommer:

„Die Organisation RLZ Jungfrau bewährt sich, die Trainingsumgebung ist laufend optimiert worden und die Athleten fühlen sich wohl. Zielsetzung war es vielen Athleten die Basis zu legen den nächsten Schritt in Richtung Nationales Leistungszentrum machen zu können. Die Resultate der Athleten zeigen die gute Arbeit im Team auf. Wir sind auf Kurs, das RLZ wird über die Region anerkannt und unsere Partner unterstützen uns super.“

• Christoph Leibundgut

RLZ Frutigen

Erfolgreiche Saison für die jungen Sportler und die Organisatoren

Konditionstraining anstatt Gletschertraining

Mit dem Erhalt des Labels von Swiss-Ski konnte das RLZ Frutigen einen wesentlichen Schritt in Richtung Zukunft machen. Die Schneesportler mit ihren Eltern, die Skiclubs, Gemeinden und alle Sponsoren sowie die „Göttis" der Nachwuchsfahrer haben dies mit ihren Resultaten und ihrer Unterstützung sowie der zahlreichen Teilnahme an den Marti Cup Veranstaltungen honoriert.

Trainings

Das konditionelle und technische Rüstzeug für die lange Wettkampfsaison, in welcher, je länger sie dauerte, die jungen Rennfahrer immer besser in Fahrt kamen, wurde bei den Konditionstrainings und den Gletscherskitrainings geholt. Nebst den drei bis vier Mal wöchentlich durchgeführten Konditionstrainings in den Turnhallen und dem speziell eingerichteten Kraftraum des RLZ in Frutigen erlebten die jungen Wintersportler zusammen mit ihren Trainern beim Outdoor-Weekend vom Kander- ins Simmental und wieder zurück und dem Teambildungsevent in Frutigen Momente, an welchen körperlich und geistig an die Grenzen gegangen werden musste. Nach den Gletscherskitrainings, bei denen in Ferienwohnungen gewohnt und selbst gekocht wurde, und dem Hallenskitraining in Landgraaf, das zusammen mit den anderen RLZ durchgeführt wurde, konnte schon früh auf den Pisten in heimischen Gefielden trainiert werden. Die Schneetrainings fanden ab Weihnachten in den beiden Trainingsstützpunkten im Kander- und Niedersimmental statt, damit die Anfahrtswege möglichst kurz und die Schneezeit möglichst lang gehalten werden konnten.

Wettkämpfe

Die guten Ansätze, die man in den Trainings und in der ersten Saisonhälfte gesehen hatte, wurden schlussendlich in gute Resultate umgesetzt. Das ist sicher auch darauf zurückzuführen, dass sehr vielseitig und abwechslungsreich trainiert wurde, und so das Problem der Monotonie und fehlender Motivation nicht aufkam. Mehrere Skirennfahrer

Marti Cup Final

des RLZ Frutigen belegten regelmässig Podestplätze an den BOSV Punkterennen. Einen der 14 Startplätze des für die Schweizermeisterschaft konnten sich Deborah Gerber, Josina Siegenthaler und Stefanie Pieren bei den Mädchen sowie Delio Kunz und Yannick Mani bei den Knaben sichern. Da Mathias Tschanz und Manuel Rösch den Rücktritt gegeben hatten, kamen diese beiden trotz guten Leistungen nicht mehr für eine Teilnahme an den Schweizermeisterschaften in Frage. Überzeugen konnte an den nationalen Titelkämpfen indes Delio Kunz bei den Knaben (Jahrgang 1999). Zu den guten erreichten Resultaten gratuliert das RLZ allen. Wer Pech hatte oder wem es nicht so gut lief, kann darauf vertrauen, dass die nächste Saison bald kommt, wo das Können wieder unter Beweis gestellt werden kann.

Die Juniorinnen und Junioren

Nicole und Silvia Turtschi konnten im Berner Cup sehr gute Resultate erzielen. Silvia konnte die Gesamtwertung für sich entscheiden, wobei Nicole den 5. Rang erreichte. Trotz gezieltem Aufbautraining nach dem 2. Kreuzbandriss im März 2012 lässt das Knie von Natascha Bär keine wettkampfmässigen Belastungen mehr zu, weshalb sie vom Wettkampfsport zurücktritt. Matthias Brügger konnte dank guten Resultaten ins C-Kader aufsteigen und Nils Mani feierte grossartige Erfolge an den Junioren Weltmeisterschaften und im Europacup und stand zum ersten Mal im Weltcup im Einsatz. Beiden gratuliert das RLZ herzlich und wünsch ihnen weiterhin viel Erfolg.

Marti Cup

Nach der erfolgreichen letztjährigen Premierenrennserie des Marti Cup, konnten in diesem Jahr gar sechs Veranstalter gefunden werden, die ihr Animationsrennen zur Gesamtwertung des Marti Cups zählen lassen wollten. Die Rennen fanden in unterschiedlichen Disziplinen statt. Bei drei Riesenslaloms, zwei Combi Race und einem Parallelslalom als Finalevent konnten sich die jungen Mädchen und Knaben Punkte für die Gesamtwertung holen. Das RLZ Frutigen bedankt sich herzlich bei allen organisierenden Skiclubs: SC Frutigen, SC Gehrihorn-Kiental (2 Rennen), SST Diemtigtal und SSC Erlenbach sowie den Eventsponsoren Spenglerei / Bedachungen Marti (Kurt Marti), Frutigen und Raiffeisenbank Frutigland, Frutigen.

Die Resultate aller Rennen sowie die Gesamtrangliste finden sich unter http://www.rlzfrutigen.ch/marti-cup/saison-2012-2013.

• Mathias Wyssen

RLZ Gstaad

Erfolgreicher Winter 2012/2013

Leki 3+4: Strahlende FahrerInnen des RLZ Gstaad, mit 5 Siegen und weiteren Podestplätzen.

Nach zahlreichen und gut besuchten Aufbautrainings mit polysportivem Charakter, konnte bereits im Sommer mit den Techniktrainings auf dem Schnee begonnen werden. Auch hier machten die Jugendlichen interessiert und eifrig mit, hatten offensichtlich persönliche Ziele vor Augen, für welche sie sich skifahrerisch verbessern wollten.

Und tatsächlich: Es zeigte sich schon bald, dass die meisten unserer FahrerInnen technisch einen deutlichen Schritt vorwärts machen würden, so dass wir alle gespannt darauf warteten, ob sich dies in den ersten Zeitläufen auswirken würde.

Dies war in den meisten Fällen erwartungsgemäss der Fall und bestätigte sich in Folge in schöner Regelmässigkeit an den regionalen JO Rennen. Von den möglichen 270 Podestplätzen belegte das RLZ Gstaad deren 96, was über 35% Prozent aller Medaillenränge entspricht. Die Verteilung von 32 Siegen, 34 zweiten und 30 dritten Rängen zeigt eine ausgewogene Verteilung innerhalb der Podestplätze. Aber auch auf den folgenden, meist von jüngeren FahrerInnen belegten Rängen, zeichnet sich ab, dass sich die nächsten PodestfahrerInnen, mit Blick auf kommende Zeiten, zügig heranarbeiten. Hier heisst es: Motoviert weitertrainieren, bei den „Grossen“ abschauen, Spass am Ganzen haben und ... die nächste Saison kommen lassen.

An den interregionalen Rennen mussten wir uns der Stärke der Innerschweizer beugen. Mit 20 Rangierungen in den ersten 10 Rängen waren ihnen die FahrerInnen des RLZ Gstaad zwar auf den Fersen, blieben den Beweis der vollen Konkurrenzfähigkeit jedoch schuldig. Wir arbeiten daran, dies auf die kommenden Rennen hin durch gezieltere Vorbereitung und Engagement –als Team aber auch individuell- zu ändern.

Dass interregional mehr möglich gewesen wäre, bewiesen –sicherlich auch stellvertretend für die nicht selektionierten KollegInnen- zwei der Jahrgangsältesten an Nationalen Vergleichen und an der Schweizer Meisterschaft: Natalie und Joel überzeugten mit mehreren Rängen innerhalb und um die ersten Zehn. Dies lässt uns auf interessante kommende Skisaisons der beiden, hoffentlich zusammen mit weiteren JO-AbgängerInnen, bei den JuniorInnen hoffen.

Dort werden sie schon bald von unseren zehn ehemaligen RLZ Gstaad AthletInnen begrüsst werden, die sich im BOSV bzw. im NLZ Kader befinden und sie bestimmt von ihren Erfahrungen im JuniorInnenbereich und an den FIS Rennen werden profitieren lassen.

• Roland Hofmann

BOSV BIKE-FERIEN IN DER TOSCANA

6. bis 13. Juli 2013

Jetzt anmelden!

Geniessen Sie aktive Ferien
mit den erfolgreichsten Athleten und
Athletinnen des BOSV.

Bike- & Ferienplausch
für die ganze Familie!

Unterkunft im Doppelzimmer inkl. Vollpension (7 Nächte), Bike-Guide und Reise mit Car: 730 Euro. Ohne Transport: 680 Euro.

Abfahrt ab Wimmis, Interlaken: 5. Juli abends, ca. 20.00 Uhr.

Anmeldung: bis 20. Mai 2013

Anmeldung & weitere Auskünfte:

Johny Wyssmüller, Schönried,
T 079 311 06 82, sport-timing@bluewin.ch

Albergo Podere Massa Vecchia,
58024 Massa Marittima GR - Italien,
T 0039 0566 903885, F 0039 0566 901838,
info@massavecchia.it, www.massavecchia.it

Podere Massa Vecchia
Alta Maremma Toscana

Ein Jahr Bern Freeski

Gelungener Start der Berner Freeskier

Im Sommer konnten wir dank der Unterstützung des BOSV ein neues Freeski Team ins Leben rufen. Unterstützt wurde der Start ebenfalls durch Raiffeisen .
Aus dem Projekt „Hands up“ – Gemeinsam für den Schweizer Nachwuchs – erhielt der BOSV CHF 10‘000 von Raiffeisen und setzte diesen Betrag für „Bern Freeski“ zur Verfügung.

Wer ist Bern Freeski?
Bern Freeski ist ein Team von acht Ridern: Yves Müller, Remo Minder, Lucien Blum, Joshua Thomann, Arnaud Michod, Marco Buchs, Loris Burn, Kai Jussel und vier Coaches: Menkö Hösli, Nico Höckel, Ashee Burri und Alex Hüsler.

Was macht Bern Freeski?
Wir begannen im Sommer mit Trainings in Saas Fee. Auch die guten Trainingsbedingungen am Glacier 3000 in der Zwischensaison konnten wir nutzen. Um die Jungs fit zu halten, führten wir neben dem Freeskitraining ein Konditions- und Koordiationstraining (Off-Snow) durch. Im Winter bestritten wir nationale und internationale Contests. Sogar eine Weltcupteilnahme ist Yves Müller gelungen.
Mit der Schweizermeisterschaft von Laax (6.-7.4.) war dann der Saisonhöhepunkt gekommen. Leider war die Line schwierig zu fahren und wir hatte einige Probleme mit dem Setup. Es lag keine Top Ten Platzierung drin. Trotzdem hat es Yves Müller mit seinen Resultaten auf den 6. Platz im Swisscom Freeski Tour-Ranking geschafft.
Dazu kommen drei Podestplatzierungen über die gesamte Saison. Damit sind wir vorerst zufrieden.

Yves Müller an der Mythen Style Session

Wie geht’s weiter?
Die gemachten Erfahrungen bauen wir jetzt in die Struktur der neuen Saison ein. Wir haben uns einiges vorgenommen! Auch weiterhin sind wir auf der Suche nach jungen motivierten Ridern.

Bist du interessiert? Dann schau dich auf www.bernfreeski.ch etwas um und schreib uns eine Nachricht ins Kontaktformular.

- Alex Hüsler

Rückblick auf die Langlauf-Saison 2012/2013

Jonas Egger beim Swiss Cup in Feutersoey

Swiss Cup
Die Wettkampfsaison begann Ende November in Val Müstair. Mit der Durchführung der Swiss Cup Rennen musste der Heimatort von Weltmeister Dario Cologna noch die Feuerprobe bestehen für die Premiere der ersten Tour de Ski Etappe in der Schweiz. Der zweite Swiss Cup fand traditionellerweise im Goms statt. Die kräftigen Schneefälle kurz vor den Wettkampftagen ermöglichten erst die Durchführung. Am Fusse des Lukmanierpasses hatte es hingegen genügend Schnee, sodass kurz vor dem Jahreswechsel die Schweizer Elite noch zwei Wettkämpfe in Campra absolvierte. Für die Athleten der TG BOSV SSM fiel die bisherige Saisonbilanz doch etwas ernüchternd aus. Überdurchschnittlich viele Athleten konnten durch Verletzung oder Krankheit in der Saisonvorbereitung nur reduziertes Training absolvieren.

Die Swiss Cup Tour baute ihre nächste Station in Adelboden auf. Bereits nach der zweiten Austragung der Mini Tour nimmt der Anlass einen festen Platz im Kalender ein. Zurück im Bündnerland folgte Mitte Februar der erstes Teil der Schweizermeisterschaft auf der Lenzerheide. Nun schlug das Pendel der Veranstaltungsorte zwischen dem Berner Oberland und den Bündner Bergen endgültig hin und her. Nach Feutersoey Anfangs März folgte bereits die Schweizermeisterschaften in den Sprint, Langdistanz und Staffelbewerben. Die Saisonbilanz liess sich durch einzelne Lichtblicke verbessern. James Egger holte sich in den Sprintprologen jeweils eine sehr gute Position. Eine Bronzemedaille holten sich die U20 Staffel aus Zweisimmen trotz einer verkorksten Saison aller drei Läufer. Als Lichtblick dürfen auch die sehr gute Saisonresultate von Nathalie von Siebenthal erwähnt werden, die von ihrem Vater betreut wird.

Helvetia Nordic Trophy
Gleich zu Beginn dieser Wettkampfserie herrschten in Davos sehr schwere Wachsverhältnisse. Diese nutzten die Athleten zu sehr guten Resultaten. In Evolen, der zweiten Station zu hinterst im Arollatal, konnten die Resultate von Davos gleich bestätigt werden. Dann folgte in Wald, dem Heimatland von Bundespräsident Ueli Maurer, mit den Schweizermeisterschaften der Saisonhöhepunkt für die U16 Langläufer. Mit einigen Klassierung unter den Top 15 und Top 10 sind diese Nachwuchsathleten auf dem guten Weg. Den Abschluss dieser Wettkampfserie bildeten die Nordic Games an der Lenk mit über 500 Teilnehmern.

Raiffeisen Trophy
Die Neuerung der Kategorien hat sich schon im ersten Jahr sehr gut bewährt. Somit sind die FIS Lizenzierten Läufer unter sich und es können auch FIS-Wettkämpfe fair in die Wertung genommen werden bei denen der Veranstalter gleichzeitig Raiffeisen Trophy Wettkämpfe durchführt. Die steigende Teilnehmerzahl bestätigt die Wichtigkeit und grosse Beliebtheit dieser Wettkampfserie. Gespannt wartet man auf die Entscheidung von Swiss Ski und die Auswirkung der neuen Lizenzen.

Alle Resultate sind auf der Website www.bosv.ch zu finden.

- Toni Burn, Cheftrainer Langlauf

Stefan Christeler an der RUAG Kids Trophy

Saisonrückblick Biathlon

Sandro Bovisi siegte an den Schweizermeisterschaft in La Lecherret

Sascha Prentler und Rahel Niedhart

Nach dem die TG BOSV und SSM im letzen Frühling 12 vermehrt auch die Biathlonisten ins Training integriert, nahm eine Gruppe von ca. 10 Athleten regelmässig, vorwiegend an den verschiedensten RUAG Kids Trophy Wettkämpfen teil.

Während das Training im Sommer durch den Verband gut integriert und abgedeckt werden kann, wird der Wettkampfbetrieb gänzlich von engagierten Eltern und Clubverantwortlichen organisiert und betreut.

Die jungen Biathlonisten konnten sich an den nationalen Vergleichen sehr gut in Szene setzen und auch Podestplätze herauslaufen. Höhepunkt war sicher die Schweizermeisterschaft in La Lecherret zusammen mit den Eliteläufern. Sandro Bovisi konnte sich gar als Kategorien-Sieger feiern lassen.

Alle Resultate sind auf der Website www.bosv.ch zu finden.

- Toni Burn, Cheftrainer Langlauf

Krankheiten vorbeugen

Einfache Krankheitsprophylaxe

Tipps zur Prophylaxe

Nach dem diesen Winter sehr viel Athleten mit Erkältungen und Krankheit gekämpft haben, hier einige einfache Tipps zur Prophylaxe.

• Genügend Schlaf	-->	vor 21.30 Uhr Bettruhe
• Tägliche Entspannung	-->	bewusstes Abschalten oder ein Buch lesen
• Trockene Kleider	-->	sofort nach jedem Training, inkl. Unterwäsche und Socken
• Viel Trinken	-->	Zusätzlich zwischen dem Training.
• Ernährung	-->	ausgewogenene Ernährung, Slow Food
• Hygiene	-->	desinfizieren von Händen und Arbeitsgeräten
• Bewusstes Training	-->	kurz schnell und lang langsam
• Anzeichen Ernst nehmen	-->	Müdigkeit, Motivationsverlust, Halsschmerzen, Reizhusten u.ä.
• Rechtzeitiger Trainingsstop	-->	nicht es geht schon, oder ist halb so schlimm.
• Abstand	-->	„open Window Time " Kontakte vermeiden
• Auskurieren	-->	Trainingsbeginn frühestens nach dem 2. Tag, nachdem die Motivation und Kraft wieder da ist.

Was ist ein Infekt?
Infekt oder Erkältung sind umgangssprachliche Abkürzungen für den grippalen Infekt, der wiederum fälschlicherweise oft mit der Grippe (Influenza) gleichgesetzt wird. Die Bezeichnung „grippaler Infekt" ist ein Sammelbegriff für eine fieberhafte Erkrankung der oberen Atemwege. Betroffen sind meist die Schleimhaut von Nase (einschließlich der Nebenhöhlen), Hals oder/und Bronchien. Die Infektion wird in erster Linie von Viren, manchmal auch zusätzlich von Bakterien verursacht. Kälte unterstützt dabei die Anfälligkeit, löst den grippalen Infekt aber nicht aus. Die Symptome ähneln denen einer Grippe (deswegen auch die häufige Verwechslung). Allerdings fallen die Krankheitserscheinungen deutlich leichter aus. Im Normalfall dauert eine Erkältung sieben bis neun Tage.

Häufigkeit von Infekten
Jeder fängt sich im Durchschnitt zwei bis viermal pro Jahr eine Erkältung ein. Sportler sind aufgrund des sogenannten „Open Window" Phänomens nach Belastungen besonders anfällig für Infekte. „Open Window" besagt, dass nach einer körperlichen Belastung über mehr als eine Stunde an der Leistungsgrenze oder unter Sauerstoffschuld (anaerobe Belastung), das Immunsystem geschwächt ist. Dieser Zustand hält mindestens vier bis sechs Stunden (manchmal bis zu einem Tag) an. In diesem Zeitraum haben Viren und Bakterien leichtes Spiel und können Infektionen verursachen.

Untersuchungen im Skilanglauf
Aufgrund der äußeren Bedingungen (Kälte) und der Belastungsintensität besteht im Skilanglauf dagegen ein erhöhtes Risiko für Infekte. Eine aktuelle Studie der Universität Tübingen (Individuelles Gesundheitsmanagement im Olympischen Nachwuchs-Leistungssport), in der Nachwuchsathleten zwischen 14 und 18 Jahren befragt wurden, zeigt, dass Biathleten/Skilangläufer im Vergleich zu Athleten anderer Sportarten an deutlich mehr Wettkampftagen aufgrund von Krankheit ausfallen. Im Schnitt sind dies 3,44 Tage im Vergleich zu zum Beispiel 1,17 Tagen im Kraftsportbereich.

- Toni Burn, Cheftrainer Langlauf

5 Jahre Skisprunggemeinschaft BOSV mit Ski-Romand

Equipe West: Gruss aus der Rotonde

Sandro Hauswirth, einer der jungen Gstaader Springer in der Equipe West auf dem Startbalken in Chaux-Neuve

Am Osterwochenende hiess es für die Skispringer der Equipe West zum letzten Mal für die Saison 2012/13 „Piste libre!“. In Chaux-Neuve machten sie bei den französischen Landesmeisterschaften mit. Auch wenn die Berner Oberländer und Westschweizer auf den offiziellen Ranglisten fehlen: es waren fast Heimspiele.

Das Dörflein Chaux-Neuve, gleich hinterdem Vallée de Joux, kennen die Springer der beiden Regionalverbände BOSV und Ski-Romand auswendig. Dort, im Schatten des Mont Risoux, stehen quasi ihre Heimschanzen. Neujahrsgrüsse und Dankeskarten in der Rotonde, dem berühmten Lokal von Schanzenchef Joël Pagnier, bezeugen, wie eng die Beziehung der Oberländer und Westschweizer Springer zu den Nachbarn im Jura geworden ist.

Gewachsen ist diese Freundschaft über Jahrzehnte. Für die die nordischen Disziplinen spielte die Landesgrenze zwischen Waadtländer Jura und Franche Comté schon immer mehr eine verbindende als eine trennende Rolle. Im Langlauf ist der Worldloppet-Lauf Transjurassienne seit 1979 ein Gemeinschaftswerk. Im Skispringen war bereits zu Zeiten, als noch die alte Schanze „La Chirurgienne“ für Emotionen am Lac de Joux sorgte, eine Zusammenarbeit über die Landesgrenzen gang und gäbe. In der Rotonde, dort, wo heute Dankeskarten der Equipe West hängen, hat schon manch ein Schweizer Coach aus dem Uhrmachertal Verspätung in Kauf genommen.

Seit fünf Jahren gehört neben allerlei Französisch-Varianten jurassischer Prägung auch Saanenländer Dialekt zum ständigen Klangbild in besagtem Lokal, wenn Sprünge analysiert und Pläne geschmiedet werden. Damals, im Frühling 2008, haben die Sprungsektionen von BOSV und Ski-Romand ihre Gemeinschaft aufgegleist und unter dem Namen Equipe West zum Fliegen gebracht. Mit Unterstützung von Swiss-Ski, den Sponsoren Helvetia, Bächler-Güttinger und Adolf Krebs AG sowie substanziellen Beiträgen der Athleten ist die Kooperation inzwischen zum festen Bestandteil der Schweizer Skisprungszene geworden.

Trainer Arnaud Bousset hat es verstanden, in nachhaltiger Aufbauarbeit ein Team mit Ambitionen und starkem Halt zu formen. Erste Erfahrungen im Umgang mit dem Schweizer Kultur- und Sprachenmix hatte der Franzose aus Bois d’Amont anfangs der 2000er Jahre bei Swiss-Ski gesammelt. Vor und nach diesem vierjährigen Mandat war er beim französischen Verband tätig. In der Equipe West hat er eine Aufgabe gefunden, in der sein Feinge-

Arnaud Bousset, Baumeister eines esprit d’équipe mit nachhaltiger Wirkung

fühl für das Befinden der einzelnen Athleten und sein ausgeprägter Teamgeist ihre optimale Wirkung entfalten.

Die innern Werte des Teams sind es denn auch, die der Coach beim Rückblick auf die Saison und die vergangenen fünf Jahr in den Vordergrund stellt: „Der Teamgeist hat sich sehr positiv entwickelt. Die Athleten haben's ausgesprochen gut untereinander, sind eine gute Equipe de copains. Ich habe das Privileg, hier mit glücklichen Jungs zu arbeiten, die zufrieden durchs Leben gehen und miteinander lernen, über sich hinaus zu wachsen."

Dass ihnen dies gelingt, das verschweigt Arnaud nicht. Aber er erwähnt es nie zuerst, und wenn er's erwähnt, immer nur auf Nachhaken hin und mit bescheidener Miene. Vor allem stellt er jeden Erfolg in den Kontext der Equipe: „Die Erfolge der Grösseren zeigen den Jüngeren ihre Perspektive auf," kommentiert er das Abschneiden Killian Peiers (SC Vallée de Joux) und Gabriel Karlens (SC Gstaad) in der soeben abgeschlossenen Saison. Der erste hat sich mit regelmässigen Punkten im Continentalcup und einem bemekenswerten Start im Weltcup für höhere Aufgaben empfohlen. Der zweite konnte nach einer jahrelangen Durststrecke wieder dort anknüpfen, wo er vor seiner Pubetät bereits einmal war: in der Gruppe der Nachwuchscracks, auf deren weitere Entwicklung man mehr als nur gespannt ist in der Szene.

Den Teamgeist pflegen, und Erfolge dem Teamgeist zugute halten. Diesem Leitmotiv entlang ist die Equipe West gewachsen. Die Geschichten dazu haben sich in den Köpfen der jungen Sportler fürs Leben eingeprägt. Sie haben sich vor zwei Jahren in einem Chalet ohne Strom und fliessend Wasser im Vallée de Joux zugetragen. Oder letzten Sommer während eines Lagers an der Olympiaschanze in Courchevel. Jüngeren Datums ist jene rund um Killian Peiers 18. Geburtstag, am Vorabend des Osterwochenendes in Chaux-Neuve. Sie fand im Schanzenlokal mit den Dankeskarten, beim Fondue mit dem ganzen Schanzenteam in der Rotonde statt.

Auch so eine Geschichte, deren Einzelheiten nicht den Weg aufs Papier finden. Ihr Zuhause ist in den Köpfen und Herzen. Dort hat sie

Mannschaft Equipe West und Gstaad

Kevin in St. Moritz

Luca in St. Moritz

Lars in St. Moritz

Sandro in St. Moritz

Zeit zu wirken. Schon bald beginnt die Sommersaison. Mit neuen Zielen – und neuen Geschichten.

13 champions: Schweizermeisterschaften

Die Verantwortlichen der Equipe West haben in den letzten fünf Jahren regelmässig Wettkämpfe der Helvetia Nordic Trophy durchgeführt. Im Oktober 2013 folgt mit den Schweizermeisterschaften der Disziplinen Skisprung und Nordische Kombination die nächste Aufgabe.

Das Datum und Informationen zum Programm folgen ab Mitte April auf den Facebook- und Twitter-Kanälen der Equipe West sowie auf www.skispringen.ch.

• Ueli Anken, Toni Beat Romang

Nehmen Sie es gemütlich auf der Skipiste.

Sonst kann Ihr Bremsmanöver schnell zu einem fatalen Sturz führen. Laden Sie jetzt die Suva-App «Slope Track» auf Ihr Smartphone. Diese App zeichnet auf der Piste Ihre zurückgelegte Abfahrt, die Höhendifferenz und die persönliche Geschwindigkeit auf und macht Sie auf besondere Gefahren aufmerksam. Gratis-Download im App Store und Android Market.

suvaliv
Sichere Freizeit

Beat Indermühle ist Weltmeister!

Masters-Weltmeisterschaften Alpin

3. Mackamuh Christian GER, 1. Indermühle Beat SUI, 2. Kron Gregory GER

Die Masters-Weltmeisterschaften Alpin der über 30-jährigen fanden vom 18. - 23. März 2013 auf der anspruchsvollen Piste Côte 2000 in Megève statt. Ca. 500 Teilnehmer aus 28 Nationen kämpften um Titelehren. Reichlich Schneefall verhinderte am Montag ein Super-G Training und das Super-G Rennen vom Dienstag musste auf Donnerstag verschoben werden.

Der FMC-Riesenslalom vom Samstag wurde abgesagt, weil der Slalom Herren und der Riesenslalom Damen auf diesen Tag verschoben wurden. Die Organisation des Sports Club Megève mit ihren zahlreichen Helfern leistete grossartige Arbeit für renntüchtige Pisten, musste doch sehr viel Neuschnee aus der Piste entfernt werden. Ab Mittwoch begrüsste uns strahlender Sonnenschein und die Rennen konnten beginnen. Beat Indermühle vom Skiclub Krattigen holte sich in der Kat. A1 (30-34jährige) nach hartem Kampf, den Weltmeistertitel im Riesenslalom und ebenfalls im Super-G und Slalom eroberte Beat Indermühle Podestplätze. Für ihn war das eine sehr erfolgreiche Weltmeisterschaft. Auch Emil Würsten vom Skiclub Gstaad errang in der Kat. B10 (75-79jährige) die Bronzemedaille im Slalom; im Super-G und Riesenslalom verfehlte er das Podest nur knapp. Im Zielraum sorgte jeden Mittag ein Buffet für das leibliche Wohl und die aufgestellten Tische und Bänke vor dem Zelt, liessen die Wettkämpfer bei milden Temperaturen über die gefahrenen Rennen fachsimpeln. Das Galadiner am Freitagabend und die musikalische Showeinlage boten beste Unterhaltung. Die Schweizer Delegation reiste mit 11 Medaillen: 2x Gold, 4x Silber und 5x Bronze nach Hause. **Herzliche Gratulation!**

• Julia Schärer

Künzi + Knutti AG
Planen Bauen Wohnen

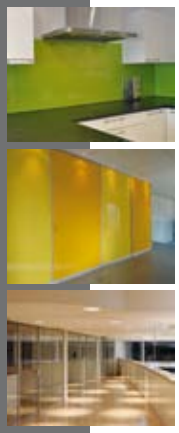
Wo Zukunft entsteht

Unsere Kernbereiche:

- PLANEN
- TIEFBAU
- HOCHBAU
- HOLZBAU
- FENSTER UND TÜREN
- INNENAUSBAU
- KUNDENSERVICE
- UMBAUEN UND SANIEREN

Landstrasse 84
3715 Adelboden
Telefon 033 673 90 00
info@kuenzi-knutti.ch

Künzi + Knutti AG
www.kuenzi-knutti.ch



AMM KÜNZLI THUN
GLAS- UND METALLBAU AG

FRISCHE IDEEN
Ihr Partner für Innen.

AMM KÜNZLI Thun
Glas- und Metallbau AG
Tempelstrasse 9 | CH-3608 Thun
Tel. 033 334 66 00 | Fax 033 334 66 01
www.amm-kuenzli.ch
info@amm-kuenzli.ch

Damit es funktioniert

In Ihrer Nähe: Über 200 Profis
an über 20 Geschäftsstellen

Ihr Installations-
und Servicepartner

BKW ISP AG
Thunstrasse 34
3700 Spiez
Tel. 033 650 82 50

BKW ISP AG
Lauenenstrasse 50
3780 Gstaad
Tel. 033 748 48 48

www.ispag.ch isp AG

Elektro - Telematik - 24h Service

INTERSPORT
Central Sport
WENGEN

Central Sport • Viktor Gertsch AG • 3823 Wengen
Telefon 033 855 23 23
www.centralsport.ch • info@centralsport.ch

HOTEL des Alpes KANDERSTEG

Direkt beim Langlaufzentrum

Pizza

- gemütliches Restaurant mit gutbürgerlicher Küche
- Saal bis 80 Plätze
- Terrasse mit Sicht auf «Muggeseeli»
- heimelige Hotelbar
- durchgehend warme Küche

Ist der Bauch leer und die Kehle trocken, dann musst du dich ins des Alpes hocken

Familie Elsbeth und Burkhard Prentler
Tel. 033 675 11 12, Fax 033 675 11 01
E-Mail: info@desalpes-kandersteg.ch Internet: www.desalpes-kandersteg.ch

Ihr Lieferant für den Vereinsbedarf

GERBER SPORTPREISE AG
Inhaber Thomas Gyseler
Dorfstrasse 12 / Postfach 46
3714 FRUTIGEN
Tel. 033/ 671 30 82 Fax 033/ 671 33 41
E-Mail info@gerber-sportpreise.ch
Internet: www.gerber-sportpreise.ch

Pokale Medaillen Zinn Werbeartikel Textilien Gravuren Mineralien Geschenke Kopfkränze

Verlangen Sie unverbindlich unseren Katalog,
oder besuchen Sie unsere grosse Ausstellung in Frutigen.

GUTSCHEIN: 10% Rabatt
(nur 1x pro Verein einlösbar)

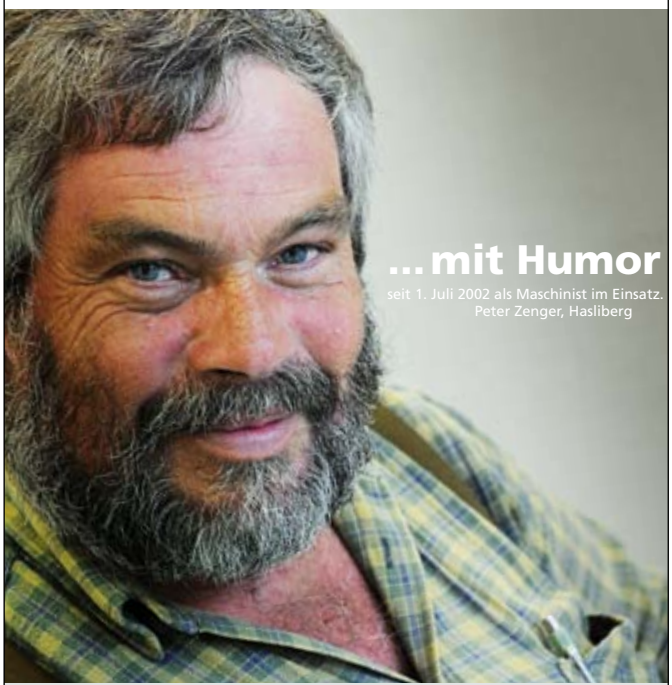
Sowohl als auch. Individuelle Lösungen.
Wir unterstützen Sie dabei.

Aus Erfahrung

AEK BANK 1826

Innovatives Bauen.

GHELMA



Hochbau · Tiefbau · Strassenbau · Untertag- und Felsbau
Generalunternehmung · Kundenservice · Transporte

Meiringen · Interlaken · Grindelwald · Sarnen

Ghelma AG Baubetriebe
Liechtenenstrasse 10
3860 Meiringen
Tel. +41 33 972 62 62
www.ghelma.ch

Rücktritt Walter Fischer

Abschied nach 13 Jahren

Walter Fischer, abtretender Tourenchef

Nach anfänglichen Turbulenzen im BOSV Tourenwesen, habe ich das Amt als Regionaler BOSV Tourenchef im Jahr 2000 angetreten.

Als langjähriger Bergsteiger und Skitourenfahrer und als J+S Leiter in den Sportfächern Bergsteigen, Skitouren und Kinderbergsteigen weiss ich, wie wichtig eine gute und seriöse Grundlage zum sicheren und freudvollen Ausüben dieser Sportarten ist.

Als regionaler BOSV Tourenchef hatte ich die Möglichkeit, Kurse zu organisieren und durchzuführen. Zusammen mit Bergführern und erfahrenen ausgebildeten Tourenleitern konnte viel Wissen, Technik und Praktisches an die Kursteilnehmer vermittelt werden.
Jedes Jahr wurde je ein 2-3 tägiger Winter- und Sommerkurs durchgeführt. Das Angebot der Karten-, Kompass- und GPS Kurse richtete sich je nach Nachfrage. Neu dazugekommen sind ESA – Kurse (Erwachsenen Ausbildung.) Auf nationaler Ebene ist der regionale Tourenchef in der KfT (Kommission für Tourenwesen) von Swiss-Ski vetreten.
Wichtig war mir der Kontakt mit der Basis, das heisst den Club-Tourenchefs, Club-Tourenleitern und Tourenfahrern, wichtige Glieder in der Kette im Schneesport BOSV. Dem BOSV Vorstand, den Clubtourenleitern, den Clubmitgliedern und allen Beteiligten danke ich für die schöne, interessante und lehrreiche Zeit. Ich wünsche allen viel „Gfreuts“ und unfallfreie Skitouren. Ich freue mich (nach zäher Suche) in Andrea Fahrni–Fankhauser vom Ski Club Goldiwil eine kompetente Nachfolgerin gefunden zu haben. Sie wird das Amt nach der BOSV Delegierten Versammlung 2013 übernehmen. Ich danke Andrea und wünsche Ihr eine fruchtbare und motivierte Zeit im BOSV.

- Walter Fischer, BOSV Tourenchef

Telemark-Rennen

Eine neue Herausforderung

Damit die Gstaaderin Simone Oehrli 2011 ihre Ausbildung als Schneesportlehrerin mit Eidg. Fachausweis vervollständigen konnte, musste sie sich für ein zweites Schneesportgerät entscheiden. Sie wählte die freie Ferse und trainierte hart für die Telemarkprüfungen. Im Zuge dieser Ausbildung kam sie auch mit dem Telemarkrennsport in Berührung und fand Spass daran, die verschiedenen Elemente wie Tore fahren, springen und skaten zu kombinieren. Der zweite Rang, hinter der mehrfachen Weltcupsiegerin Amélie Reymond, bei den Schweizer Skilehrermeisterschaften in Engelberg motivierte sie im Rennsport weiter zu machen.

Simone Oehrli

Simone entschied sich im Herbst 2012 ein gezieltes Training zu starten und schloss sich der Trainingsgruppe 3 von Swiss-Ski Telemark an. Ab Mitte September trainierte sie jedes Wochenende 2 – 4 Tage in Saas Fee und machte riesen Fortschritte, so dass sie sich für die ersten Weltcuprennen in Slowenien und Österreich qualifizieren konnte. Dort klassierte sie sich auf Anhieb in den Weltcuppunkten und mit den Rängen vier Classic und fünf Sprint in der erweiterten Weltelite. Während der Saison die sie noch nach Frankreich und Norwegen führte konnte sie sich für die Telemarkweltmeisterschaften in Espot, Spanien qualifizieren. Bei diesem Grossanlass wurde sie im Sprint und in der Classic achte, konnte sich beim Parallelsprint jedoch knapp nicht für die Finals der besten Acht qualifizieren.

Im kommenden Sommer will sich Simone neben dem Kraft- und Ausdauertraining vor allem auch im Skating verbessern, dazu wird man ihr sicher oft auf den Strassen des Saanenlandes auf Rollskiern begegnen.

Das Ziel der FIS Telemarkbewegung ist ab 2018 Olympisch zu sein. Bis zu diesem Zeitpunkt wird Simone 28 Jahre sein und kann diesen Anlass als Motivation für das Training in den kommenden Jahren nehmen.

Wir wünschen ihr dazu viel Glück!

- Ruedi Weber

Sommertraining, das Spass macht!

Die Schweizer Fleisch Summer Trophy macht Halt in Thun

Skifahren im Winter, Faulenzen im Sommer? Weit gefehlt. Wer erfolgreich Skifahren will, bleibt auch im Sommer aktiv und trainiert für die Skisaison. Da kommt die dritte Ausgabe der Schweizer Fleisch Summer Trophy gerade recht! Am 1. September macht die Nachwuchsserie in Thun Halt – die besten Teams werden Ende Saison ans grosse Finale eingeladen.

Bei der Sommerserie von Swiss-Ski gibt es alles ausser Langeweile: Teams aus fünf Mitgliedern messen sich in den Kategorien Youngsters (Jahrgänge 2003 – 2006) und Juniors (Jahrgänge 1998 – 2002). Bestreitet werden acht Disziplinen wie zum Beispiel der Schweizer Fleisch Power Parcours, Garretten- oder Miniscooter-Stafette, Slackline, Bob-Anstossen, Skilaufen oder gar Autoschiebwettkämpfe. Die Wettkampfposten haben's in sich sind jeweils nur mit viel Teamgeist erfolgreich zu meistern.

Das Ticket fürs Finale

Die fünf besten Teams der sieben Austragungsorte treten am 14. September 2013 am Finale in Zürich noch einmal gegeneinander an – erwartet werden mehr als 80 Mannschaften aus der ganzen Schweiz. Den Gewinnern winkt unter anderem ein Gratisbesuch im Alpamare in Pfäffikon. Und neben Sport, Spielfreude und Teamgeist gibt's zur Stärkung natürlich auch eine leckere Grillade von Schweizer Fleisch.

Spass wird bei der Schweizer Fleisch Summer Trophy gross geschrieben. „Ziel ist es, die Jugendlichen spielerisch zu einem sinnvollen Sommertraining zu animieren und so optimal auf eine verletzungsfreie Wintersaison vorzubereiten. Der Spass steht dabei eindeutig im Vordergrund!", so Hans Bigler, Projektleiter bei Swiss-Ski. Organisiert wird der Sommerspass von Swiss-Ski in Zusammenarbeit mit dem Hauptsponsoren Schweizer Fleisch.

Das Thuner Programm im Detail:

Datum:	1. September 2013
Ort:	Sportanlage Progymatte, Thun
Anmeldung:	www.schweizerfleisch-summertrophy.ch
Anmeldeschluss:	26. August 2013
Startgeld:	CHF 75.- pro Team
Startnummernausgabe:	8.00 - 8.30 Uhr
Startzeit:	9.00 Uhr
Mittagspause:	Alle Teilnehmer erhalten einen Gratisverpflegungsbon inklusive einem Getränk. Pro Team gibt es zusätzlich einen Bon für die Betreuer.
Rangverkündigung & Preisverteilung:	16.00 Uhr auf dem Festplatz.

Die fünf besten Teams pro Kategorie werden ans Finale nach Zürich eingeladen. Sämtliche Teilnehmer erhalten ein Geschenk.

Ausrüstung:	Badeutensilien, Out- und Indoor-Equipment. Wichtig: In den Turnhallen sind nur Hallenschuhe zugelassen.

Das Anmeldeportal ist ab dem 1. Mai geöffnet:
www.schweizerfleisch-summertrophy.ch

Die Schweizer Fleisch Summer Trophy 2013:

15. Juni
Leysin (VD)

30. Juni
Herisau (AR)

18. August
Ilanz (GR)

25. August
Hergiswil (NW) und Orsières (VS)

31. August
Siebnen (SZ)

01. September
Thun (BE)

14./15. September
Zürich - Finale 2013

Sommer 2013

Wichtige Sommertermine

Datum	Anlass	Infos
24. Mai 2013	Veranstaltersitzung Berner Raiffeisen Cup	www.bosv.ch
8. Juni 2013	Jugend Biathlon Sommer Cup in Kandersteg	www.jb-kandertal.ch
15. Juni 2013	BOSV Delegiertenversammlung in Wengen	www.bosv.ch
15. Juni 2013	BOSV Fussballturnier in Reichenbach	www.skiclub-gehrihorn.ch
29. Juni 2013	Spiezathlon in Spiez	www.spiezathlon.ch
29. Juni 2013	Swiss Ski Delegiertenversammlung Crans Montana	www.swiss-ski.ch
1. September 2013	Schweizer Fleisch Sommer Trophy in Thun	www.schweizerfleisch-summertrophy.ch
25. Oktober 2013	BOSV Infoabend in Wimmis	www.bosv.ch

Internet

Neue Internetseite

Das Marketing- & Kommunikationsteam des BOSV hat sich in den letzten Monaten intensiv mit dem Erscheinungsbild des Verbandes beschäftigt und einen neuen Weg eingeschlagen. Dieser soll sanft umgesetzt werden und beinhaltet das vorhandene klassische Logo.

Die BOSV Nachrichten sind bereits zum zweiten Mal im neuen Design.

Ebenfalls wurde eine BOSV-Postkarte umgesetzt.

Der nächste Schritt ist ein neuer Internetauftritt. Dieser wird im Laufe vom Mai 2013 online gehen.

Wir freuen uns auf Euren Besuch.

Gesucht

Wir suchen eine/n BOSV Nachrichten Redaktor/in

Liebe Leserinnen und Leser

Nach fünf Jahren als BOSV Nachrichten Redaktorin möchte ich meine Aufgabe auf die kommende Wintersaison an eine neue Person abgeben und suche eine/n Nachfolger/in.

Diese/r sollte vor allem Freude und Begeisterung für den Skisport mitbringen.

Das Aufgabengebiet umfasst

- Berichte aus allen Bereichen des BOSV zusammentragen und redigieren, allenfalls auch aus externen Bereichen
- kleine Texte zum Teil selber verfassen
- enge Zusammenarbeit mit der Grafikerin

Die Nachrichten erscheinen zweimal pro Jahr, einmal im Dezember und einmal im Mai

Interessiert? Gerne gebe ich noch mehr Informationen.
monika.mani@bosv.ch

Impressum

Redaktion
Monika Mani
Hintere Gasse 12, 3700 Spiez
monika.mani@bosv.ch

Layout & Design
carol art&design
Carol Fuchs
Seestrasse 9, 3855 Brienz
info@carol.ch
Tel. 076 422 69 02

Inserate
Paul Flück
Kreuzgasse 10, 3860 Meiringen
paul.flueck@bosv.ch
www.bosv.ch/inserate

Adressänderungen
Swiss-Ski
Worbstrasse 52
3074 Muri b. Bern
Telefon 031 950 61 11
mitglied@swiss-ski.ch

Auflage
7500 Exemplare

Erscheinungsdaten
Dezember und Mai

Nächste Ausgabe
Dezember 2013

Titelbild
Rechte: KEYSTONE
Quelle: KEYSTONE
Urheber / Fotograf: Marcel Bieri

Wer bringt Sie auf den Gipfel und ist kein Bergführer?

Ohne uns läuft nichts. 1to1 energy ist die gemeinsame Strommarke von rund 140 Energie versorgern aus 15 Kantonen und dem Fürstentum Liechtenstein.

1to1 energy

www.1to1energy.ch

Ihr Strom