

Anlässe



Vereinsnews



Verschiedenes



Radler

rsv pizol

Rad sportvereinigung
Pizol

2018

Ausgabe 9



rsv pizol



Inhalt dieser Ausgabe

INHALT DIESER AUSGABE	3
JAHRESRÜCKBLICK	4
WINTERTRAINING	4
SARGANSERLÄNDER BIKETREFF	5
SAISONSTART-WEEKEND FÜR DIE LEITER KIDSBIKE	6
KIDSBIKE	7
FAHRTECHNIKKURS 2018	9
WURSTFAHRT	10
GÖTTIWEG/WALDRÄUMEN	12
KIDSBIKE EVENT	13
CLUBAUSFLUG DAVOS	14
VEREIN	15
VORSTAND 2018	15
MITGLIEDERZAHLEN	15
HOCHZEIT	17
SPONSOREN	18
VERSCHIEDENES	19
EIN TAG IM NAMEN DES BIKESPORTS – OHNE DABEI ZU BIKEN	19
DIE BIKERNETZWERK AG STELLT SICH VOR	21
EINBLICK IN EINEN FAMILIEN(RENN)-ALLTAG	22
BIKERSCHOOL FLUMSERBERG: ERSTE SAISON	24
SCHLUSSWORT	25
JAHRESPROGRAMM	26
IMPRESSUM	27



Jahresrückblick

von Bettina Hengartner

Wenn wir auf den Sommer 2018 zurückblicken, wird uns bestimmt der eine oder andere Schweisstropfen von der Stirne fließen. Es war einfach ein Traumsommer um viele Stunden auf zwei Rädern zu verbringen.

Durch das trockene und warme Wetter hatten wir aber auch optimale Bedingungen für die Durchführung unserer Vereinsanlässe. Diese waren gespickt von vielen lustigen Abendtrainings bei den Kids sowie bei den Erwachsenen, dem Fahrtechniks-Kurs und dem Clubausflug in Davos. Aber es wurden auch sehr viele Helfereinsätze von den Mitgliedern geleistet, sei es beim Leiten des Kidstrainings oder beim Göttiweg und Waldräumen. Und nicht zu vergessen die zahlreichen Stunden, die investiert wurden für den 6. Kidsbike-Event, welcher ein voller Erfolg war.

Näher möchte ich gar nicht darauf eingehen, sondern bitte euch, denn Radler aufmerksam zu lesen und einfach das vergangene Vereinsjahr nochmals zu geniessen.

Wintertraining

von Vanessa Kohler

Das Wintertraining 2017/2018 war von vielen verschiedenen Erneuerungen geprägt. Bei den Erwachsenen fiel die Anwesenheit der Mitglieder, mit einer tieferen Teilnehmerquote im Vergleich zum Vorjahr, bescheiden aus. Das treue Trainingsmitglied kam jedoch nicht zu kurz. Auch in kleinen Gruppen wurde mit witzigen Spielen geschwitzt und man hatte sichtlich Spass.

Bei den Schülern und Jugendlichen harzte das Training in der ersten Phase ein wenig. Die Disziplin liess zu wünschen übrig. Auch unter den Kin-

dern kam es zu Zankereien. Im Vorstand war man dann der Meinung, dass bezüglich dem Verhalten im Training und der Trainingsstruktur etwas geändert werden musste.

Nicht nur als Kassierin, sondern auch beim Übernehmen von Leiterfunktionen stellte ich mich gerne zur Verfügung. Da ich als Physiotherapeutin und ehemals Leiterin der Mädchenriege des GETU Sargans etwas Erfahrung mit Kindern mitbringe, stellte ich den Leitern ein kleines Trainingsdossier

zusammen und schaute mal in der Turnhalle Kastels vorbei. Es zeigte sich, dass mit mehr Struktur wahrscheinlich auch einigen disziplinarischen Problemen Einhalt geboten werden könnte.

Wir beschlossen, dass ich dann für einige Male das Training übernehmen werde. Obwohl ab diesem Zeitpunkt die Kids gewisse Abmachungen zu befolgen hatten, ging der Spass nicht verloren. Im Gegensatz, sie zeigten viel Freude und Engagement beim Mitgestalten der Trainingsstunde.

Diese Erfahrung lehrte uns, dass wir als Leiter eine gewisse Autorität, Struktur und Sicherheit

den Kids gegenüber ausstrahlen müssen. Auch für uns Leiter bringt eine gewisse Struktur in den Trainings weniger Aufwand und mehr Gelassenheit mit sich. Zudem haben wir mehr Zeit um uns auf die Kids zu konzentrieren.

Im kommenden Wintertraining gestalten wir die erste Lektion nur mit den Leitern und besprechen, wie ein erfolgreiches Training für Leiter und Kids gestaltet werden kann. Auf diesen Erfahrungen können wir nun professioneller aufbauen und den Kindern ein qualitativ gutes Training mit einem grossen Spassfaktor bieten.

Mein Name ist Carina Cappellari

Ich fahre für das Hiag Data NS Bikes Team in der Disziplin Downhill.

Mountainbiken bedeutet für mich Spass, Freiheit und Action.

Meine Stärken sind technische Passagen.

Was ich gar nicht mag, sind riesige Sprünge.

Meine grössten Erfolge im Jahr 2018 waren zwei Top 7 Resultate im Weltcup und die Verteidigung von meinem Schweizermeistertitel.

Mein peinlichstes Erlebnis auf dem Bike war ein Sturz im Stillstand (nicht aus der Pedale gekommen) vor einem Fotografen.

Mein grösstes Highlight meiner Karriere waren die Heim-Weltmeisterschaften 2018 in der Lenzerheide.

In 5 Jahren sehe ich mich, ob rennmässig oder nicht, immer noch glücklich mit dem Bike unterwegs.



Sarganserländer Biketreff

von Beda Berchtold

Und Zagg neigt sich die Bikesaison 2018 wieder dem Ende zu!

So schnell wie es im Frühling losging, rüttelte es uns auch durch den langen Sommer hindurch.

Dies war in meinen Augen ein perfektes Jahr für alle sportbegeisterten Leute. Der Winter 2017/2018 war lange und hart, wie es sich die Menschen von früher her erzählen. Unzählige Skitouren und Powdertage konnten genossen werden, auch wenn nicht immer bei Traumwetter.

Und dann im Frühling der Start aufs Velo. Buuum hat es gemacht und der Sommer war da!! Staubtrockene Trails von April bis Oktober über die ganze Saison!! Die Regenbiketage konnten an einer halben Hand abgezählt werden!! Für die Bauern vielleicht nicht optimal (aber jetzt gegen Ende Jahr auch nicht mal so schlimm wie es anfangs aussah), für uns Biker jedoch eine Saison wie aus dem Bilderbuch und dem Schlaraffenland!

Die Ausrede mit dem Schönwetterfahrer konnte heuer also definitiv nie gebraucht werden. Für mich persönlich ein super Wiedereinstieg nach der letzten recht unfallreichen Bikesaison... Die Dienstagabendausfahrten wurden meiner Meinung nach super besucht. Wir waren stets eine Gruppe von nicht allzuvielen, jedoch immer top motivierten Bikern und Bikerinnen. Eine gute Gruppengrösse also, um auch einmal eine Abenteuerbike-

tour mit Suche nach neuen Verbindungswegen zu riskieren. Auch wenn das Resultat nicht immer zu 100% zufriedenstellend war. ;-)

An zwei Ausfahrten musste ich speziell immer wieder zurückdenken und wurde ab und zu auch wiedermal drauf angesprochen. Zum einen eine Ausfahrt ziemlich am Anfang der Saison, als die Tour über den Melserberg hoch zur Alp Ebenwald ging. Heute noch ist es ungewiss, was Lukas und mich an diesem Abend gebissen oder getränkt hatte. Es zog uns regelrecht den Berg hoch! Als wir oben ankamen fragte uns unsere Präsidentin Bettina, ob dies wirklich das normale Tempo am Dienstagabend sei. Wir waren uns alle einig, dass dies definitiv nicht der Fall sein könne! Einfach einen guten Tag erwischt. :-D

Und die zweite Ausfahrt war jener Abend, an dem wir hoch zum Chapfensee trampelten, uns dort ein Glacé gönnten, danach bei Sonnenuntergangsstimmung am See ein Foto schossen und runter ins Seetobel gedonnert sind. Abkühlung im Seetobelgumpen war auch inklusive und zum Schluss ein Bier im Restaurant Traube! Dieser Abend zeigte mir einmal mehr, dass die grössten Dinge im Leben eben die kleinen Dinge sind!

Fazit: Von mir aus kann der Niederschlag nun in Form von Schnee runterkommen! Wir sollten diesen Sommer alle auf unsere Kosten gekommen sein, und uns nun auf den Winter freuen. Danke allen Teilnehmern für die tollen Abende und Erinnerungen.

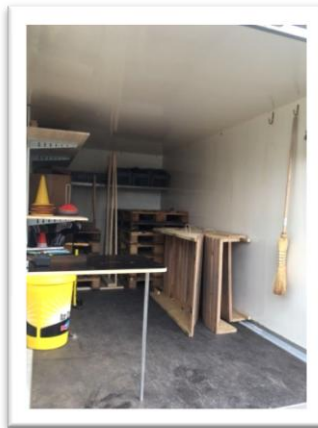
architektwysocki

Saisonstart-Weekend für die Leiter Kidsbike

von Mirjan Plaku

Nach einem guten Winter mit vielen Tagen auf dem Schnee sind die Vorbereitungen für das Aussen-Training auf dem Bike voll im Gange. Das Hallentraining ist beendet. Nun sind die J+S-Bikeleiter und Hilfsleiter umso mehr gefordert, ein attraktives Aussen-Training zu bieten. Dafür haben wir zum ersten Mal ein Saisonstart-Weekend durchgeführt.

Am Samstag, 14. April haben sich die Hauptleiter, Hilfsleiter und einige Vorstandsmitglieder im Clubhaus beim Tennisplatz Wangs zum Znüni getroffen. Gesprächsthema war einerseits das Wintertraining, vor allem aber die kommende Saison und die Tagesplanung des Wochenendes.



Die meiste Zeit nahmen Umstell-, und Neubauarbeiten an und um den Clubanhänger in Anspruch. Der Anhänger hat seinen Sommerplatz neu etwas näher beim Lift der Pizolbahnen. Im Anhänger sind nun ein paar neue Gestelle, die viel mehr Ablagefläche und eine effizientere Nutzung des Platzes ermöglichen. Das Holz für die Hindernisse am Kidsbike-Event im August ist auch an seinem neuen Platz und wartet auf den nächsten Einsatz.

Als Neubau dürfen wir stolz einen Hop'o'Meter präsentieren. Für alle Unwissenden: eine Hochsprunganlage für Biker, Überquerungsart der Latte: Bunny-Hop. Dank 2 Klammern lässt sich die Höhe stufenlos verstellen und kann auch als Bike-Limbo Anlage benutzt werden. Ausserdem wurden die bisher gehaltenen Holz-Wellen etwas abge-

flacht und verstärkt. Fahrspass ist nun auch für weniger Geübte und jüngere Kidsbiker mit kleineren Radgrössen garantiert.

Das Mittagessen gab es wiederum im Clubhaus beim Tennisplatz Wangs. Mit Heiss hunger war in Kürze alles weg und wir konnten gestärkt in den Nachmittag starten. Nebst allen anderen Arbeiten standen auch noch einige Beispiellektionen der J+S-Leiter auf dem Programm. Zum Beispiel wurde der neue Hop'o'Meter gleich mit der Lektion «Bunny Hop» von Tobias Rohner eingeweiht. Ich gab mein Wissen über «Pick-up/Drop-down» zum Besten (kurz: Ziel war es, im Sattel sitzend den Boden mit der Hand zu berühren) und erklärte einige methodische Grundsätze und wichtige Punkte, die für einen guten Unterricht zu beachten sind.

Nach einem langen Samstag entschlossen wir uns, den Sonntag zur individuellen Vorbereitung frei zu halten. Tobias und Moritz Rohner führten ihre Vorstandssitzung auf dem Elhorn beim Grillieren mal etwas anders durch. Meine Brüder, Yanni und ich machten eine Rundtour via Gonzenwald, Balzers, Regitzerspitz, Matluskopf, Heidiwiese und Rheinau. Somit sind wir nun auch auf dem neusten Stand, was der Zustand dieser Wege angeht. Nach dem Sturm «Burglinde» sind viele Trails wegen liegenden Bäumen nicht mehr fahrbar.

Der Vorstand, die J+S Leiter und alle Hilfsleiter freuen sich auf einen erlebnisreichen Sommer auf dem Bike.



Kidsbike

von Moritz Rohner

Das Saisonstartweekend half uns, um mit den Leitern und Hilfsleitern einen guten Start in die Saison zu schaffen und tatsächlich wurden unsere Trainings rege besucht. Wie immer im Frühjahr, haben einige Kids den Austritt gegeben, dafür durften wir aber viele neue Kinder auf dem Parkplatz der Pizolbahnen begrüßen.

Schlussendlich hat es mich sehr gefreut, dass sich in diesem Jahr jeden Montag zwischen 40 und 60 Kinder mit ihren Bikes auf dem Parkplatz besammelten und wir mit ihnen tolle Trainings durchführen konnten. Sogar an einem Montag im Juni, als es sprichwörtlich sintflutartig zwischen 18 und 19 Uhr geregnet hat, waren 15 Kids auf dem Parkplatz und wir hatten viel Spass auf einer Ausfahrt.

Nach den Sommerferien war unsere Leiterzahl wieder etwas geschwächt, da ein paar der Hilfsleiter ihre Lehre begonnen haben und diese natürlich besonders am Anfang einiges an Konzentration und Zeit abverlangte. Trotzdem konnten wir unsere Trainings etwas verbessern indem wir 5 anstatt nur 4 Gruppen bildeten. Somit konnten wir den einzelnen Kindern besser gerecht werden und auch uns Leiter etwas entlasten, da es selbstverständlich einfacher ist auf 10-15 der Gruppe aufzupassen als auf 14-19 Kids pro Gruppe.

In der Zwischenzeit haben Mika, Sandro und Fatjon den J+S-Leiterkurs besucht und auch bestanden. Herzliche Gratulation und Willkommen im Team. Es freut mich in einem jungen und motivierten Leiterteam zu sein. An einer J+S-Weiterbildung, welche ich im Sommer besucht habe,

empfang ich grosse Verwunderung und Achtung als ich erzählte, dass ich der älteste Leiter in unserer Jugendgruppe sei.

Nachdem wir das Wintertraining in der Halle nun auch mit einem Leitertraining begonnen haben und die Kids jeden Montag mit den Leitern in der Halle stehen, bleibt mir nur noch zu danken.

Ich bedanke mich herzlich bei meinen Leiterkollegen Mirjan, Tobias, Sandro, Mika und Fatjon. Ich freue mich auf viele abwechslungsreiche Trainings mit euch! Ebenso bedanke ich mich bei den Hilfsleitern Larin, Loris, Livio, Silvan, Andrin, Noel, Luca, Pascal und Yanni für ihren Einsatz und ihre Mitarbeit. Den Eltern unserer Kidsbiker danke ich für ihr Vertrauen in uns Leiter und unseren Verein.

Und natürlich auch dem gesamten Vorstand und Verein für die Mithilfe bei Trainingsgestaltung, Trainingsplanung, Elternveloabend, Trikottaushtag, Saisonstart-weekend, Waldräumen und Kidsbike-Event.

Mein Name ist Dario Thoma

Ich fahre für das Team Biketeam BULLS-Auerpower hauptsächlich in der Disziplin Cross Country XCO.

Mountainbiken bedeutet für mich pure Leidenschaft und die Freiheit die extrem verschiedenen Facetten der Natur zu erleben.

Meine Stärken sind der Ehrgeiz und der Wille mich ständig zu verbessern.

Was ich gar nicht mag, sind Verletzungen, Krankheiten, Rückschläge und Niederlagen.

Meine grössten Erfolge im Jahr 2018 waren der vierte Platz beim PROFFIX Swiss Bike Cup in Solothurn und der 38. Rang beim UCI U23 Mountainbike Weltcup in Vallnord (AND).

Ein peinliches Erlebnis auf dem Bike kommt mir so spontan nichts in den Sinn. Natürlich gab es aber ein paar äusserst schwierige Situationen wie zum Beispiel Stürze, Defekte in den wichtigsten Rennen oder die nicht Selektion für Meisterschaften, auf welche man über Jahre hinarbeitet und alles dafür gibt.

Meine grössten Highlights meiner Karriere waren der Vize-Schweizermeistertitel, der 14. Rang an der Europameisterschaft in Chies d'Alpago, aber auch die zahlreichen Weltcuprennen. Ein ganz besonderes Erlebnis war auch das Swiss Epic, bei welchem man in einem 2er-Team über eine Woche durch die Walliser Alpen fährt.

In 5 Jahren sehe ich mich ganz bestimmt immer noch auf einem Velo.



COOL & CLEAN

... für sauberen und fairen Sport



SchenkBruhin

Gebüdetechnik fürs Leben

Schenk Bruhin AG
Heizung - Lüftung - Sanitär - Metallbau - Kundendienst

Ragazerstrasse 25, 7320 Sargans
Comercialstrasse 24, 7000 Chur

081 720 46 46
081 252 23 93

sbc@schenk-bruhin.ch

www.schenk-bruhin.ch

Fahrtechnikkurs 2018

Von Patrick Steger

Im Vorfeld war die Ungewissheit gross: werden wir wieder genug Anmeldungen haben, um den Kurs auch wirklich durchzuführen? Denn im 2017 war nur noch eine kleine Gruppe an dem Angebot interessiert. Nichts desto trotz haben wir die vergangenen drei Kurse analysiert und sind zum Schluss gekommen, dass ein neuer Austragungsort gefunden werden muss. Mit dem Castels Hügel in Mels haben



wir einen würdigen nächsten Austragungsort gefunden. Das Ganze findet einfach mitten in der Natur statt und es gibt trotzdem auch den tollen grossen flachen Platz (Löschplatz), der viel Möglichkeiten für die Grundübungen bietet. In dieser Umgebung gibt es Trails mit Treppen, Stufen, Absätzen, Wurzeln, weiten und engen Kurven, steilen Pfaden etc. Wir nutzten ausschliesslich zwei Kanäle um den Kurs zu bewerben: Unsere Adressdatenbank vom Verein und Facebook. So kam doch wieder eine stattliche Gruppe von 20 Bikern zusammen. Ideal für ein Leiterteam von vier Personen: Beda Berchtold, Jakob Oswald, Bettina Hengartner und Moritz Rohner. Dies ist uns auch ein grosses Anliegen: wirklich Kursleiter einzusetzen, die kompetent sind und aus eigener Erfahrung ihr Wissen weitergeben können. Und das haben die Vier dann auch gemacht.

Nach einer kurzen Begrüssung und einem Gipfeli ging es los. Es mussten vier Gruppen gebildet werden. Von den Basics wie Position auf dem Bike bis zu Spitzkehren mit Umsetzen haben sich die Teilnehmenden so selber eingeschätzt und seiner Gruppe angeschlossen. Wie schon erwähnt, bietet der Löschplatz jede Menge an Raum für Grund-

übungen wie Spurfahren, Slalom, Stehen an Ort, Überwinden kleiner Hindernisse,... Man konnte aber auch fortgeschrittene Sachen beobachten wie bremsen und Hinterrad anheben, Vorübungen für den Bunnyhop,... Obwohl auch mal ein verkraampftes Gesicht auszumachen war, wenn man sich gerade mit einer neuen herausfordernden Aufgabe konfrontiert war, spürte man doch sichtlich den Spass und die gute Stimmung auf dem Platz. Nach und nach verschwanden dann die Gruppen im umliegenden Wald resp. natürlich auf den dafür vorgesehenen Trails. Immer mal wieder kreuzte man eine andere Gruppe, da aber das Gelände relativ weitläufig ist, konnte man sich gut verteilen. So verging dann auch die Zeit wie im Fluge und schon war es an der Zeit, ganz nach oben auf den Castels Hügel zu gehen, wo das Mittagessen wartete.

Bereits vor Kursbeginn hatte ich alle Verpflegung und Getränke zur Feuerstelle bei der Magerwiese ganz oben auf dem Castels gebracht. Am Mittag konnten alle Wurst und Brot als Belohnung für ihre Anstrengungen am Vormittag geniessen. Denn auch wenn strecken- oder höhenmetermässig nicht viel geschehen ist, so verlangen die Übungen einem doch sehr viel an Balance, Mut und Konzentration ab. Sowohl die einleitenden Worte vor dem Kurs sowie das Mittagessen boten gute Gelegenheiten, ein wenig Werbung für die rsv pizol zu machen. Gut möglich, dass der eine oder die andere bei einer Dienstagsausfahrt mal auftaucht.



Für den Nachmittag war noch eine freiwillige geführte Tour angesagt. Es ging über Plons, Untertils, Clevelau, Kleinberg nach Flums. Es hat allen sichtlich Spass gemacht, und einige haben Stellen gefahren, die sie vor dem Kurs noch zu Fuss, das Bike neben sich her schiebend, passiert hätten.

Wurstfahrt

von Moritz Rohner

Zurück zum Ursprung war das Motto unserer Wurstfahrt der vergangenen Saison. Naja nicht ganz an den Ursprung. Aber nachdem sich unsere Wurstfahrt seit ich aktiv im Verein dabei bin doch etwas verändert hat, haben wir beschlossen wieder etwas am Rad der Zeit zurück zu drehen. In den letzten Jahren war die Wurstfahrt immer ein geselliger Anlass, sofern das Wetter mitspielte. Im letzten Jahr konnten wir die Wurstfahrt sogar zum Neptun in Walenstadt machen und profitierten von Würsten, Grill und Personal. Meine beiden ersten Jahre im Verein war ich Feuermann, welcher die Glut bereit stellte. Während die anderen mit ihrer Wurst oder Grillgemüse im Rucksack auf zwei oder drei verschiedenen Routen zur Feuerstelle pedelten. So war auch in diesem Jahr angedacht, dass Vanessa und ich auf dem „Füdlebackeberg“ die Feuerstelle bereit machen und auf die hungrigen Biker mit



ihren Würsten warten. Doch es kam alles anders...

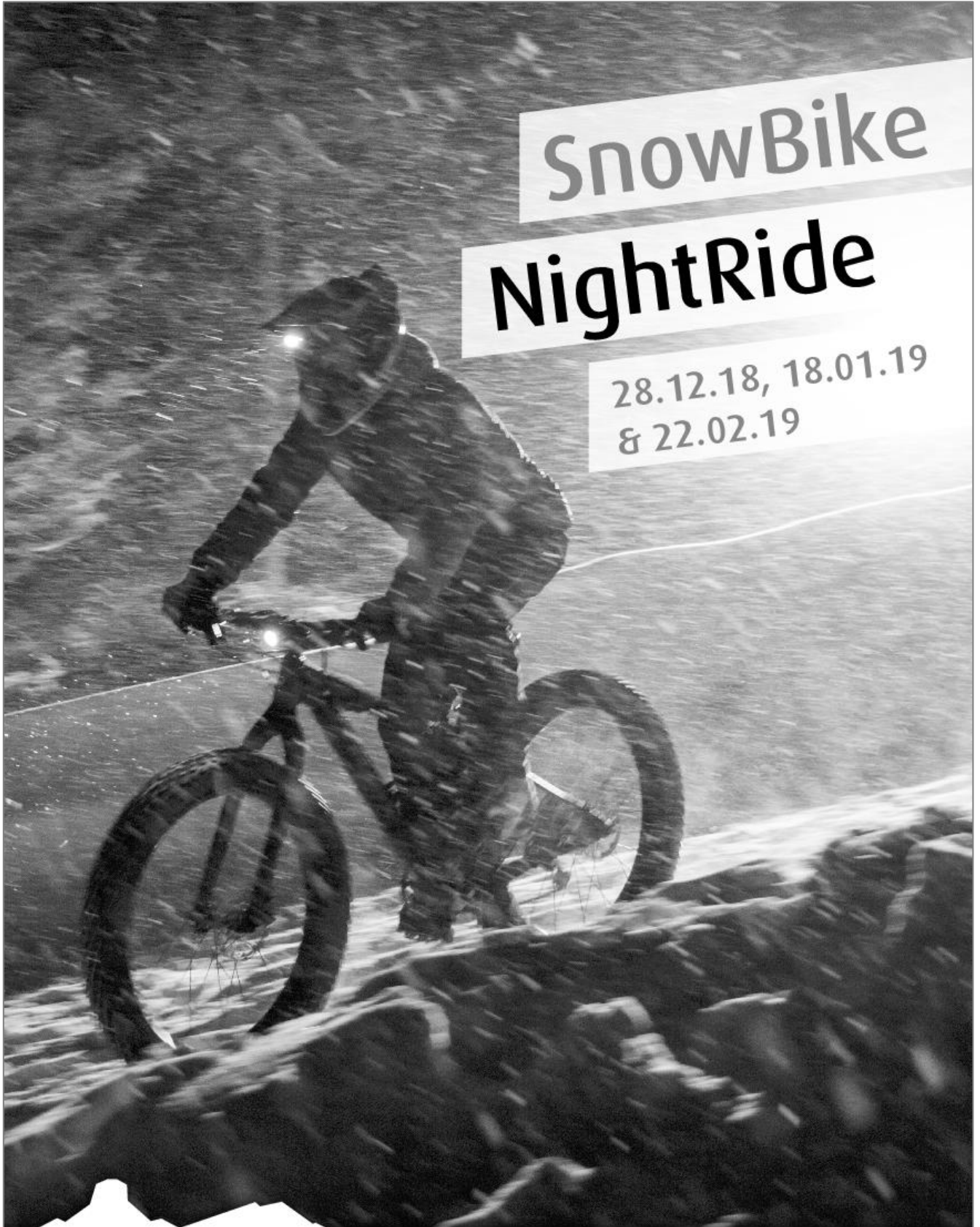
Schnell sprach sich herum, dass ich an jenem Abend meinen Geburtstag feiere. Somit wurden Kuchen gebacken, Bier und Getränke besorgt und mein Bruder bot sich als Grillchef an, beziehungsweise als Transporter für Holz, Getränke und Kuchen zur Grillstelle. Ich durfte somit zusammen mit den Bikerinnen und Biker und meiner Freundin via Vild zur Grillstelle fahren. Während meine beiden Brüder und Vanessa für Glut sorgten. Dieser Geburtstag war für mich aus mehreren Gründen sehr schön! Erstens konnte ich einen gemütlichen und geselligen Abend verbringen, zweitens hatte ich mit minimalem Aufwand eine schöne Feier und drittens durfte ich an diesem Tag dem nachgehen was ich in der Freizeit am liebsten mache nämlich Biken! Es hat mich sehr gefreut und danke denen, die mitgeholfen haben oder mit dabei waren!

Dein Opel Fachbetrieb
im Sarganserland



GARAGE
kuhn
garage kuhn sargans ag

Grossfeldstrasse 81
7320 Sargans
Tel. 081 720 48 68
Fax 081 720 48 60
opel.kuhn@bluewin.ch
www.kuhn.opel.ch



SnowBike

NightRide

28.12.18, 18.01.19
& 22.02.19

**FLUMSER
BERG** 

BIKERBERG 
Flumserberg

Göttiweg/Waldräumen

von Tobias Rohner

Göttiweg

Einige Tage vor dem geplanten Arbeitseinsatz besprach ich mit dem Förster die Arbeit an den Göttiwegen und besichtigte sie. Durch ein Erinnerungsmail erschienen am Montag- und Dienstagabend zahlreiche Helfer. Dank meiner Stellvertretung durch Moritz am Montag wurde die Arbeit super eingeteilt. Durch den Sturm im Januar war der Vermölerweg komplett zu und wurde deshalb vom Forstbetrieb geräumt. Daher standen dieses Jahr vor allem Ausmähen und das Sanieren von Entwässerungskanälen auf dem Programm.

Mit den jüngsten Helfern wurden am Montag die grössten Steine und Äste vom Weg geräumt. Unsere Leiter und Hilfsleiter schnappten sich mit voller Energie einen Freischneider und fingen an den Weg auszumähen und zu räumen.

Am Dienstagabend war ich auch dabei und wir konnten eine kleine Gruppe an die Hexenplatte schicken, um diesen Weg auszumähen. Dank vielen erwachsenen Helfern konnten wir beim Vermölerweg die alten Querrinnen verbessern und neue bauen. So fließt bei starkem Regen das Wasser ab und schwemmt den Weg nicht aus. Damit wir Biker bei diesen Querrinnen keinen Platten holen, bauten wir kleine Absprünge vor den Rinnen.

Durch ein paar alte Füchse, welche immer dabei waren, musste ich fast nichts erklären. Durch die selbstständige und motivierte Arbeit kamen wir recht schnell voran und der Weg sah am Schluss super aus.

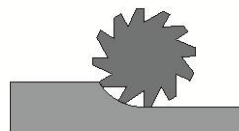
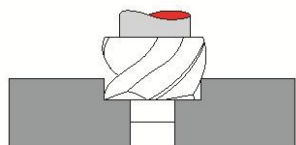
Waldräumen

Dieses Jahr war es speziell. Da letztes Jahr nur 6 Teilnehmer dabei waren. Das waren eindeutig zu wenige und die Ortsgemeinde war nicht zufrieden. Aus diesem Grund suchte der Vorstand nach einer Lösung und fand sie. So schlossen wir das Waldräumen mit dem Damenturnverein Mels zusammen. Organisiert wurde der Anlass von Rebecca Kalberer aus dem Verwaltungsrat der Ortsgemeinde. So konnten wir eine Weideräumung machen. Dank der Hilfe einiger Bauern mit Kettensägen wurden halbe Wälder gefällt. So wurden sehr grosse Haufen gemacht und wir kamen schnell voran. Zum Znüni gab es Kaffee und frische Gipfeli. Am Mittag war die ganze Weide geräumt und wir konnten zufrieden Feierabend machen. Jetzt haben die Kühe wieder mehr Gras zum Fressen.



Es war ein gelungener Arbeitstag bei schönstem Herbstwetter. Rebecca Kalberer war mehr als zufrieden mit unserem Einsatz. So gab es einen schönen Batzen in die Vereinskasse. Die rsv pizol verstand sich super mit dem Damenturnverein. Ich denke, das war eine gute Entscheidung des Vorstands. Wir werden es nächste Jahr wieder zusammen machen.

BRODER MECHANIK AG



CNC und konv. Dreh-, Fräs- und Bohrarbeiten

Martin Broder

Mechanische Werkstätte Bahnweg 67, 8887 Mels
Tel. 081 710 46 00 Natel 079 350 97 40 Fax 081 710 46 01
E-mail: broder-m@gmx.net www.brodermechanik.ch

Kidsbike Event

von Patrick Steger

Neue Streckenführung hat sich bewährt



Wir haben zum sechsten Mal den Kidsbike-Event durchgeführt. Zum ersten Mal haben wir ein OK gebildet, weil der Anlass doch von Jahr zu Jahr etwas wächst. Wie die Jahre zuvor haben sich Buben und Mädchen auf einem Rundkurs, der ihrem Alter angepasst war, gemessen. Weil auf dem Gelände des unteren Parkplatzes der Pizolbahn mit der Bachverbauung und der Erweiterung der Parkplätze veränderte Verhältnisse herrschen, musste das OK und speziell die Streckenbauer Beda und Tobias neu planen. Das war aber ein Umstand, der wohl schlussendlich zu einer noch attraktiveren Strecke als die Jahre zuvor geführt hat. Unterwegs warteten auf die Kids einige Hindernisse. Jedes Jahr kommt dort etwas Neues dazu, sodass man mittlerweile von einer wirklich attraktiven Strecke reden kann.

Die Kleinsten mit Jahrgängen bis 2016 absolvierten ihren Parcours auf Laufrädern. Die etwas Älteren waren dann natürlich mit Mountainbikes unterwegs. Im Mittelpunkt stand bei allen Rennen der Spass, was nicht ausschliesst, dass jeder einzelne Teilnehmer und jede Teilnehmerin sich verausgabte haben. Die Zuschauer konnten fair ausgetragene Rennen mitverfolgen. Damit all die Mütter, Väter, Onkel und Tanten nicht Hunger und Durst leiden mussten, war wie gewohnt eine Festwirtschaft eingerichtet worden. Und nicht zu vergessen ist Petrus, der auch dieses Jahr wieder ein Rennen ermöglicht hat, das bei trockenen Verhältnissen stattfinden konnte. Einzig ein paar richtig deftige Windböen hat er uns geschickt. Alles in allem dürfen wir auf einen geglückten Anlass zurückblicken, bei dem es zwar auch mal zum einen oder anderen Sturz kam, zum Glück aber niemand ernsthaft verletzt wurde. Über 90 Kinder haben die Chance eine Auszeichnung beim

Fäh Power Cup zu bekommen, wenn sie auch noch an den beiden anderen Rennen des Cups teilnehmen, das Wurst und Brot MTB-Race in Walenstadt und das Adventure in Mols.



Clubausflug Davos

von Beda Berchtold

Heuer ging es Mitte September auf den alljährlichen Clubausflug. Dieses Jahr durften wir uns in Davos niederlassen und zwei Tage Biken auf landschaftlich höchstem Niveau geniessen! Auch wettermässig wurden wir an diesem Wochenende einmal mehr verwöhnt.

Am Samstagmorgen trafen wir uns am Pizolbahnparkplatz und die Velos wurden verladen. Die Autofahrt nach Davos machte uns schon richtig gluschtig auf Trailspass. Im Hotel angekommen durften als erstes die Suiten bestaunt und bezogen werden, die uns Patrik Locatelli wieder einmal aufgetrieben hatte! Danke an dieser Stelle nochmals für deine Mühe!

Dann gings los! Wir gönnten uns zum Start die Bahn hoch aufs Jakobshorn. Erste Bikemeter also schon mal runter ins Sertigtal. Geniale Abfahrt für alle auf einer der flowigsten Trails von Davos. Man sah es den Gesichtern an! Weiter ging es auf dem Trail leicht steigend Richtung Rinerhorn. Kurz vor Monstein erwarteten uns Bea und Walti beim Trailausgang mit ebenfalls fröhlichen Gesichtern.

In Monstein durften wir einen recht währschaften Zmittag und natürlich ein Monsteiner Bier geniessen. Weiter ging es direkt in eine steile Auffahrt, um das Mittagessen wieder zu verbrennen. Die Abfahrt Richtung Landwasser war landschaftlich sicher ein Höhepunkt des gesamten Wochenendes. Unglaublich schön! In Wiesen ging es auf die RhB und die harten Kerle treteten aus eigener Muskelkraft wieder zurück nach Davos.



Am Abend im Hotel genossen wir das Abendessen und einen Schlummertrunk. Der nächste Tag brachte uns mit der Bahn hoch aufs Weissfluhjoch. Danach ging es kräfteraubend rüber Richtung Chörbschhornhütte mit einer superschönen und wohlverdienten Abfahrt zur Stafelalp. Dort genossen wir einmal mehr einen feinen Zmittag und die einen sogar noch ein Mittagsschlöfli im Liegestuhl.

Der Weg runter nach Davos-Frauenkirch wurde wieder genossen. Wir hatten jedoch noch nicht genug! So teilten wir uns in zwei Gruppen auf und liessen uns ein weiteres Mal aufs Jakobshorn chauffieren. Die Einen genossen noch einmal den Flowtrail ins Sertigtal und die Anderen holten alles was sie an Energie noch übrig hatten in der technischen Abfahrt ins Dischmatal raus!

Zurück in Davos trafen wir uns alle überglücklich und übermüde zugleich beim Hotel.

Für mich persönlich war dieses Wochenende ein Erfolg in Sachen Gruppenfahren und Zeitplan. Mit

20 Leuten auf dem Trail erreichten wir stets pünktlich unsere reservierten Mittagessen und es gab nie Wartezeiten im Gelände. Ein Paar kleine Defekte gehören natürlich auch dazu, jedoch meisterten wir diese ebenfalls mit Bravour! ;-)

Metzgerei AG Vilters - Wangs

Dorfzentrum, 7323 Wangs, Telefon 081 723 13 69 Fax 081 723 65 82

Verein

Vorstand 2018

von Bettina Hengartner

Präsidentin	Bettina Hengartner (Neu)
Kassierin	Vanessa Kohler (Neu)
Aktuar	Patrick Steger
Leiter Erwachsene	Beda Berchtold
Leiter Jugend	Moritz Rohner
Bau- und Material:	Tobias Rohner

Mitgliederzahlen

von Vanessa Kohler

In diesem Jahr konnten wir 13 Neumitglieder (Kids) in unseren Verein aufnehmen. An der kommenden Hauptversammlung wird noch die Wahl von Rainer Lutz zu den Aktiven durchgeführt.

Aufgrund diverser persönlicher Gründe mussten wir ebenfalls auch ein paar Austritte entgegennehmen. 14 Mitglieder aus verschiedenen Gruppen verlassen die rsv pizol. Sie sind aber herzlich eingeladen zu einem späteren Zeitpunkt wieder mit uns zu trainieren.



Neumitglieder

De Luca	Elias	Schüler/in
Dosch	Ramon	Schüler/in
Fuentes	Jaël	Schüler/in
Fuentes	Nico	Schüler/in
Gabathuler	Fabio	Schüler/in
Good	Pascal	Schüler/in
Good	Manuel	Schüler/in
Good	Lynn	Schüler/in
Grimm	Julian	Schüler/in
Hartmann	Luca	Schüler/in
Hobi	Elias	Schüler/in
Hofer	Nevio	Schüler/in
Marthy	Ramon	Schüler/in
Mauchle	Yannik	Schüler/in
Meier	Tina	Schüler/in
Pfiffner	Silvan	Schüler/in
Rodriquez Alonso	Yosé Lois	Schüler/in
Scherrer	Nico	Schüler/in
Vogler	Thomas	Schüler/in
Vogler	Sandro	Schüler/in
Zogg	Normen	Schüler/in
Zogg	Mike	Schüler/in
Dosch	Elia	Schüler/in
Forlin	Noe	Schüler/in
Wyss	Julian	Schüler/in
Lutz	Rainer	Aktive

Austritte

Dumoulin	Leonie	Schüler/in
Dumoulin	Séverin	Schüler/in
Gort	Jan	Schüler/in
Kalberer	Severin	Schüler/in
Niffeler	Nicolas	Aktive
Ritter	Josef	Familie
Ritter	Dawa	Familie
Ritter	Evano	Familie
Ritter	Lorena	Familie
Schneider	Yanik	Schüler/in
Stadelmann	Raphael	Schüler/in
Vogler	Rachel	Schüler/in
Willi	Lukas	Schüler/in
Willi	Alice	Schüler/in

Insgesamt gehören zu diesem Zeitpunkt 151 Mitglieder zur rsv pizol. Genau 41 zu den Aktiven, 22 Passive, 8 Familien mit 14 Kindern, 17 Jugendliche und 49 Schüler.

mn küchen Spitzenleistungen



www.movanorm.ch

Für Spitzenleistungen braucht es Konzentration, Erfahrung, Disziplin, Siegeswillen und Passion. So ist es in der Leichtathletik, beim Stabhochsprung, aber auch im Küchenbau. Movanorm kombiniert Funktionalität mit Design, Technik mit Ästhetik und verschmelzt sie in ihren mn-küchen zu einem Ganzen. Seit 70 Jahren planen, gestalten und produzieren wir Qualitätsküchen in Vaduz mit viel Liebe zum Detail. Ob klassisch oder modern, ob preiswert oder exklusiv, mn-küchen sind immer Unikate, entwickelt und gebaut nach den individuellen Wünschen unserer Kunden. Ein Raum für Kochen und Sein entsteht.



Movanorm AG

9490	Vaduz	+423 265 47 47
9015	St. Gallen	071 310 22 50
7000	Chur	081 258 43 43
8834	Schindellegi	055 410 34 34
8057	Zürich	044 318 80 80

Hochzeit

von Bettina Hengartner

Dankend nahmen wir vom Verein die Hochzeits-Einladung von Gabriela und Lukas, unserem ehemaligen Vorstandmitglied Leiter Jugend, an. Und somit begannen auch bereits unsere Vorbereitungen.

Das junge Paar gab sich am 5. Mai 2018 das JA-Wort in der Kirche Mels. Zur selben Zeit versammelten wir uns draussen für einen Spalier mit Bike-Rädern. Weitere Spalier bildeten Arbeits- und Vereinskollegen der Frischvermählten. Die sommerlichen Temperaturen trieben uns den Schweiss auf die Stirn. Deshalb gingen wir direkt in den super feinen Apéro. Danach konnten wir unser vorbereitetes Spiel gekräftigt in Angriff nehmen. Denn einfach so wollten wir Lukas und Gabriela nicht in den Abend gehen lassen.

Gabriela und Lukas mussten als Erstes 10 ihrer Gäste auswählen, welche sich als Hindernisse zu Verfügung stellten. Somit konnten wir starten. Doch es gab noch einen «kleinen» Hacken. Wer Lukas kennt, der weiss, er mag es gerne gross oder noch grösser. So fährt er bestimmt lieber mit einem Downhiller als mit einem Hardtail-Bike, mit seiner Motocross-Maschine anstatt mit einem Töffli oder mit seinem XXL-Bus als mit einem Smart. Also.... musste etwas Kleines her. Mit einem Mini-BMX musste er den Parcours bewälti-



gen, was gar nicht so einfach ist. Nicht nur, dass dieses Mini-BMX wirklich mini ist, es hat zudem keine Bremsen. Und auch die Schuhwahl von Lukas war nicht optimal gewählt (rutschige Sohlen, welche wohl besser für den Hochzeitstanz als zum Biken geeignet sind). So ging es los, unter der Limbostange durch, den Slalom zwischen den Menschentöggeln, unter dem 8-armigen Tunnel hindurch zum Fischerstand, wo er während der Fahrt ein Päckli fangen musste und zurück zu seiner Frau. Gabriela durfte danach ihr geliebtes Hobby ausüben und ein herzförmiges Puzzle von ihnen beiden zusammensetzen.

Das noch junge Ehepaar absolvierte diesen kleinen Test mit Bravour und wir von der rsv pizol wünschen ihnen hiermit nochmals alles Gute für ihre gemeinsame Zukunft!

Winterservice

Für mehr Fahrspass im Frühling: Der Lucky-Star-Winterservice – mit kostenlosem Abholservice im Sarganserland

Komplettangebot

Rennräder, Mountainbikes, Elektro-Fahrräder, Zubehör, Kinderartikel und Bekleidung – bei uns finden Sie alles

Experten-Team

Lucky Star steht für ein professionelles und freundliches Team von Fahrrad-Experten – überzeugen Sie sich selbst



Lucky STAR
Fahrräder

Lucky-Star Partners GmbH
St. Gallerstrasse 110
7320 Sargans

E-Mail: rolf@luckystar.ch
Telefon: 081 710 43 85
Website: www.luckystar.ch

Sponsoren

von Patrick Steger

Wahrscheinlich ist die Ausgangslage für jeden Verein in etwa dieselbe. Um das ganze Vereinsleben aufrecht erhalten zu können, braucht es einen finanziellen Boden. Dieser wird natürlich einerseits durch die Mitgliederbeiträge generiert. Diese müssen sich aber in einem Rahmen bewegen, der es allen Interessierten ermöglicht bei uns mitzutun. Wir sind der Überzeugung einen wirklich vernünftigen Mitgliederbeitrag zu erheben. Dieser alleine wird aber nicht reichen um die Clubkasse so fit zu halten, dass laufende Kosten gedeckt werden können. Aus diesem Grund ist der Verein auf verschiedene Art und Weise darum bemüht, anderweitig auch noch an finanzielle Unterstützung zu kommen. Dies tun wir unter anderem auch durch den Unterhalt eines Göttiweges, für den wir von Mels Tourismus entschädigt werden. Und immer im Herbst steht ein Arbeitstag für die Ortsgemeinde Mels an. Je reger die Beteiligung (und natürlich der Einsatz) von unserer Seite, desto besser auch für die Kasse. Den finanziellen Boden aber legen unsere geschätzten Sponsoren. Sie sind bereit unserem Verein die finanzielle Sicherheit zu schaffen. Innerhalb dieser Rahmenbedingungen können wir

vor allem unserer Jugend ein tolles Training anbieten und sie so langsam und gezielt ans Biken im Gelände heranzuführen. In dem Sinne hoffen wir, dass unsere Sponsoren einen Teil ihres Profites in glücklichen Kindergesichtern abbuchen können. Des Weiteren wollen wir aber auch alle Mitglieder auffordern, bei ihrem nächsten Einkauf, ihrer nächsten Anschaffung, ihrem nächsten Projekt, einem Essen auswärts,... unsere Sponsoren zu berücksichtigen. Wir möchten uns an dieser Stelle noch einmal herzlich bei allen Sponsoren bedanken. Und gleichzeitig unsere Mitglieder dazu animieren in ihrem Umfeld Ausschau nach Sponsoren zu halten.

Mein Name ist Gusti Wildhaber


Ich fahre für das Team Cube Action Team in der Disziplin Enduro.

Mountainbiken bedeutet für mich Spass-Freunde-Adrenalin-Herausforderung.


Meine Stärke ist der Focus.

Was ich gar nicht mag, sind Konflikte in der Trail/Natur.

Mein grösster Erfolg im Jahr 2018 war der 4 Platz am Enduro World Series Chile.

Mein peinlichstes Erlebnis auf dem Bike war, im Wheelie vor ca. 100 Leuten übers Hinterrad  gestürzt, Bremsen waren verkehrt (Bike war von Greg Callaghan Ireland).

Mein grösstes Highlight meiner Karriere war der 4 Platz beim Enduro World Series Chile.

In 5 Jahren sehe ich mich, am Fussballplatz mit meinen Kiddies .



Viel Erfolg dem RSV Pizol wünscht

RESTAURANT · PIZZERIA
TANDEM
 SARGANS



Sonntag und Montag Ruhetag

081 723 01 03

restaurant-tandem.ch

Verschiedenes

Ein Tag im Namen des Bikesports - ohne dabei zu biken

von Patrick Steger



Kurz bevor der vom Wetter her wunderbare April sich zu Ende neigte, versammelten sich etwas mehr als zwei Hände voll Biker morgens um 8 beim Restaurant Rose in Sargans. Die Bikes blieben zuhause und die Kleidung deutete auf Arbeit hin, Bikeschuhe wurden gegen Bergschuhe getauscht. Ziel der Gonzenwald mit seinen Trails. Das BikerNetzwerk hat in Zusammenarbeit mit dem Revierförster Bruno Meli einen halben Arbeitstag zur Instandhaltung der Trails resp. der Wanderwege organisiert. Adrian vom BikerNetzwerk begrüßte uns und gab Informationen über das Zustandekommen der Aktion bekannt. Aus den Worten Bruno Melis war sein grosses Herz für uns Biker zu spüren. Er schätzt unser proaktives Vorgehen und den Dialog sehr. So rüstete er uns mit genug Werkzeug aus und schickte uns auf die Trails. Damit auch wirklich sinnvoll und an der Praxis orientiert gearbeitet wird, holten sich Adrian und Bruno schon im Vorfeld fürs Rekognoszieren Ueli Guntli von Trailworks an Board. Er war dann auch an diesem Samstag vor Ort. Für uns Befahrer von Trails war es durchaus interessant, einen Einblick in die Gedanken eines Trailbauers zu bekommen. Es muss aber an dieser Stelle betont werden, dass wir nicht einen Biketrail gebaut haben. Viel eher ging es darum, für die Wanderer wieder eine leichter begehbarer Route zu gestalten. Denn einige Kurven sind durch das häufige Befahren mit den Bikes schon recht glatt und schmierig geworden.



Neben den nicht zu verachtenden Resultaten und dem Knowhow, das wir erworben haben, gab es noch einige andere Aspekte die den Arbeitshalbtage lohnenswert haben werden lassen. Zum Beispiel die tolle Durchmischung der Leute vom

Drift und Lucky Star, das Bekannt- und Konkretwerden vom BikerNetzwerk, neue persönliche Kontakte, die Zeit in der Natur verbracht zu haben (gemäss Förster Bruno Meli ein sicheres Rezept gesund und jung zu bleiben), geselliges Beisammensein im Anschluss an die getane Arbeit im Garten von unserer Präsidentin Bettina, den Trail den man so oft schon befahren hat mal aus anderer Perspektive betrachten,...

Um 17 Uhr desselben Tages hiess es noch einmal in die Hose steigen für den Bikesport, ohne wirklich ein Rad dafür zu benutzen. Immerhin nutzten fast alle OK-Mitglieder vom Kidsbike Event ihr Strassenvelo um zum Austragungsort (unterer Parkplatz Pizolbahnen) der ersten Sitzung zu gelangen. Moritz als Verantwortlicher Jugend in unserem Verein hatte eingeladen. Durch Bauarbeiten (Hochwasserschutz und neue Parkplätze) wurden Teile unserer bisherigen Strecke zunichte gemacht. Die Gedanken an eine neue Streckenführung brachten unsere Köpfe etwas zum rauchen. Mit der klaren Aufgabenteilung die anschliessend innerhalb des OK's erfolgte, sind nun



Tobias Rohner und Simon Girardi mit der Strecke und der Sicherheit betraut. Wir sind optimistisch, dass auch 2018 wieder eine tolle Streckenführung mit dem Niveau des Rennens und dem Alter der Kids angepassten Schwierigkeiten geboten werden kann. Auch den Rest der Aufgaben (welche uns Walter Kuhn zum Glück sauber aufgelistet überlassen hat) haben wir auf die verschiedenen Köpfe innerhalb des OK's verteilt. Sodass jetzt jeder weiss, was es zu tun gibt. Das gibt die Gewissheit, dass wir auch dieses Jahr hoffentlich einen gelungenen Anlass organisieren dürfen.

Bodenbeläge, Parkett
Vorhänge, Polsterei

« Für Wohnideen...
Ihr Fachgeschäft »



Bärtsch & Söhne AG

Grofstrasse 36, 8887 Mels | info@baertsch-soehne.ch
www.baertsch-soehne.ch | Telefon +41 81 723 48 15 | Fax +41 81 723 33 72



MEHR ERFAHREN
foellmiag.ch

Business IT & Telefonie

081 710 65 65 | Wangs | Chur

Die BikerNetzwerk AG stellt sich vor

von Adrian Stäuble



BIKER NETZWERK

Das eine oder andere Mitglied der rsv pizol hat im Laufe des letzten Jahres vermutlich irgendwann etwas vom BikerNetzwerk gehört oder gelesen. Nur die wenigsten können sich darunter jedoch etwas vorstellen. Gerne nehmen wir die Gelegenheit wahr, um uns im Radler vorzustellen.

Der Ursprung der BikerNetzwerk AG ist im erfolgreichen Aufbau des BikerBergs Flumserberg zu suchen. Bald entstand die Idee, den Schwung vom Berg auch ins Tal mitzunehmen und die Region fahrradtechnisch voranzubringen. Getragen durch die Bergbahnen Flumserberg AG, Grand Resort Bad Ragaz AG, Suso Bike, BikerSchool René Wildhaber und zwei Privatpersonen wurde im Mai 2017 zu diesem Zweck die BikerNetzwerk AG gegründet. Seither nimmt Roger Walser (Walenstadt) die Aufgabe des Geschäftsführers wahr und Adrian Stäuble (Sargans) wurde als Projektleiter eingestellt. Das Projekt wird zudem vom Amt für Wirtschaft und Arbeit des Kantons St. Gallen unterstützt.

Ein Ziel - viele Wege

Das Ziel des BikerNetzwerks ist die Entwicklung einer attraktiven Velo- und Bikeregion für Touristen und Einheimische. Was sich im ersten Moment einfach liest, ist in der Realität eine komplexe Herausforderung. So gilt es etwa wirtschaftlich interessante Angebote zu realisieren, die Vermarktung zu stärken, die Infrastrukturen zu modernisieren, Partnerschaften zu pflegen, die Qualität von Routen zu sichern



oder Öffentlichkeitsarbeit zugunsten der Mountainbiker zu leisten. Um es wieder simpel auszudrücken: das BikerNetzwerk gibt der Bikeregion, aber auch der Interessensgruppe Velofahrer & Mountainbiker, ein Gesicht.

Auch als Kompetenzzentrum

Speziell die Mountainbiker gelten vielerorts als sehr schwierig fassbare Sportgruppe. Vereine wie die rsv pizol nehmen hier eine sehr wichtige Rolle ein. Das BikerNetzwerk möchte die Bikeszene in der Region unterstützen und stärken. Aus diesem Grund verstehen wir uns auch als Kompetenzzentrum und Anlaufstelle für Behörden, Grundeigentümer oder Mountainbiker. Wir helfen bei Fragen weiter und nehmen Anregungen gerne auf. Wir verstehen uns als Netzwerk. Aus diesem Grund suchen wir nicht nur die Zusammenarbeit mit unseren Aktionären, sondern auch mit allen anderen, welche die Entwicklung unserer Bike Region voranbringen wollen.

SUSOBIKE^{GmbH}

WALENSTADT - WWW.SUSOBIKE.CH

Waisenhausstr. 1 | 8880 Walenstadt | 081 735 32 70

LIEBE DEINEN BIKESHOP

Eine Webseite kann weder Reifenpannen reparieren noch kann sie dein Schaltwerk einstellen, deine Sattelhöhe korrigieren, dir eine Tasse Kaffee anbieten oder dir geduldig dabei zuhören, wenn du von diesem einen Rennen berichtest, das du beinahe gewonnen hättest. Lokale Fahrgeschäfte sind das Herz und die Seele der Fahrradwelt. Aus diesem Grund sind Trek - Bikes nur in den besten Bike-Shops erhältlich.



Einblick in einen Familien(Renn)-Alltag

von Corin Forlin

Planung

Das letzte Rennen, des Swissbike Cups findet dieses Wochenende in Lugano (Carona) statt. Unser älterer Sohn Fabry fährt bei U13 mit und der jüngere Noé bei der Kategorie U11.



Es ist Mittwoch, ein idealer Tag, um die Wetterprognosen fürs kommende Wochenende zu studieren. Regen bedeutet eine Tasche mehr Kleider, Gummistiefel und evtl. sogar der Pavillon, da wir im VW Bus über-

nachten. All die vorsorglichen Massnahmen bleiben zum Glück ein Gedankenspiel, da voraussichtlich die Sonne scheinen wird.

Der Donnerstag ist gekommen. Ein Prüfblick fällt auf den Wetterbericht. Alles im grünen Bereich. Heute stelle ich alles parat, sodass wir abends gemeinsam den Bus beladen können. Gas- Wok, Kiste mit Geschirr und Essen, Kleiderkisten, Schlafmaterial und Zahnbürsteli :)). Provisorisch auch Kleider für die Jungs, die sie selber noch ergänzen mit der Rennbekleidung.

Abends verstauen wir alles im Bus, Bikes werden auch schon aufgeladen, sodass wir am Freitagmittag sofort losfahren können.

Jetzt, am Freitagmorgen bereite ich noch die Tomatensauce vor, damit auf dem Rennplatz nur noch Spaghetti ins Wasser müssen.

Anfahrt

Um 12.00 Uhr fahren wir los, essen Brötli, die ich natürlich auch vorbereitet habe. Auch mit dabei das Lernmaterial für die bevorstehenden schulischen Prüfungen. Während sich die Jungs darin vertiefen, konzentrieren wir uns auf den Verkehr, bis sich meine Augen, als Beifahrerin schliessen.



Carona noch nie vorher gehört, ein Dorf über dem Luganer See. Wir sind gespannt.

Kurvige Strassen führen uns durch Häuser und Wald, bis wir Männer in orangen Westen erkennen. Sie zeigen uns unseren Parkplatz. Für uns unvorstellbar, dürfen alle Wohnmobile auf einem Fussballplatz mit wunderschönem grünen Rasen parkieren. Daneben sind Tennisplätze und etwas erhöht können wir die rot-weissen Bänder der Rennstrecke erkennen.

Rennvorbereitung

Schnell schnell wird das schwere ausgeladen und die Bikes vom Ständer befreit. Die Jungs stürzen sich in ihre Trikots, füllen ihre Bidons und gehen mit Papi die Strecke anschauen. Dies ist immer ein spannender Moment, auf den sie sich immer sehr freuen.



In dieser Zeit richte ich die Kochstelle ein, bereite die Betten vor und trinke danach einen Kaffee. Die Kaffeemaschine darf immer mit, wenn wir Strom haben;))

Jetzt gehe auch ich zu Fuss auf die Strecke. Zwischen Wiese und felsigen Passagen entdecke ich schnell den Parcours, den die Kategorien U9 und U11 absolvieren. Unser Junge ist bereits am Üben, sieht nicht einfach aus, aber mit etwas Geduld wird er die Übungen schaffen. Der Ältere ist mit Papi auf der Strecke. Vor allem die technisch schwierigen Passagen werden geübt. Die Strecke beinhaltet felsige Abschnitte, steile Abfahrten und Aufstiege. Unserem Älteren Sohn gefällt die Strecke, nicht ganz einfach, aber eine spannende Herausforderung. Abends geniessen wir dann die Spaghetti, tauschen uns mit unseren Kollegen aus und die Kids verbringen Zeit miteinander.

Gute Nacht.

Aktion

Früh startet der Renntag. Noch vor dem Frühstück wollen die Jungs nochmals auf die Strecke. Alles nochmals fahren und üben.

Danach gibt es Frühstück, Zähneputzen vor dem Bus, dasselbe gilt für den Abwasch. Da es auf dem Fussball-Parkplatz kein fliessendes Wasser hat, füllen wir alle Bidons bei der WC/Dusch-Anlage. So gelingt dann auch der Geschirr-Abwasch.

Startnummer abholen gehört meist zu meinen Ämtern. Jetzt ist alles bereit. Die Startzeit von Kategorie U11 naht. Spannung liegt in der Luft. Ich stehe beim Parcours und warte bis der Start von unserem Sohn erfolgt. Jetzt kurvt er durch die Wiese, gelangt zum Parcours und meistert diesen mit Bravour. Ab ins Ziel und abwarten, was der Sprecher über das Resultat verkündet. Er erreicht mit null Fehlerpunkten und der zweitschnellsten Zeit den zweiten Platz. Ist aber immer noch Gesamtleader.

Für den Grösseren ist es jetzt Zeit sich einzufahren auf der Rolle und den Kopf für den Start vorzubereiten. 15 Min. vor dem Start, versammeln sich alle Biker im Startgelände. Letzte Worte werden ausgetauscht, bis ihre Namen aufgerufen werden und sie sich der Rangierung nach an der Startlinie aufstellen. Der Countdown läuft, Startschuss fällt und los geht's ab ins Gelände. Positionen werden eingenommen und verändert, ein Kampf um die teilweise entscheidenden Platzierungen. Unser

Sohn kann sich immer weiter nach vorne kämpfen und fährt als Fünfter durchs Ziel.

Für beide ein zufriedenes Resultat und wir Eltern sind froh, dass Beide gesund im Ziel sind.



PROFFIX

Software für KMU

«SIE **SETZEN AUF TECHNIK**
BEIM **VELOFAHREN**. WIR BEI DER
SOFTWARE-ENTWICKLUNG.»

Baldassare Nastasi, Mitinhaber und Entwickler PROFFIX Software AG



JETZT IM VIDEO Erfahren Sie, weshalb
PROFFIX heute zu den erfolgreichsten
Schweizer KMU-Softwareanbietern zählt.
www.proffix.net

Genuss

Bevor eine Dusche droht, gehen wir zur Siegerehrung. Mit Freude dürfen sie ihre Leistung feiern und bekommen ein Andenken. Die gute Stimmung unter den Sportlern aus verschiedenen Vereinen erfreut uns immer wieder und ergänzt die gute Organisation der Rennen.

Nach einem feinen Glace heisst es nun den Schweiss in der Dusche lassen und danach die weiteren Rennen verfolgen.



und eine Pizza. Die Kids sind immer noch munter und zusammen mit anderen Kids organisieren sie selbständig ein abendliches Spass-Rennen. Sie kreisen mit ihren Bikes um die Wohnmobile und haben grossen Spass. Später spielen alle noch Fussball, bis der Ball im Schwarzen der Nacht verschwindet.

Gute Nacht.

Reflexion/Erholung

Am Morgen stehen mein Mann und ich früh auf, ziehen unsere Laufschuhe an und erkunden im Lauftempo die Gegend. Carona ist ein wunderschöner Ort mit einem grossen Freibad, schönen Wäldern und einem Park. Auch das Dorf ist schon richtig italienisch mit engen Gassen und zahlreichen Restaurants.

Nach dem Frühstück packen wir unsere Sachen zusammen. Schauen kurz noch auf die Rennstrecke, verabschieden uns von allen und treten unsere Heimreise an. Anfänglich sprechen wir über das Erlebte, schauen zurück auf das Rennen und sind zufrieden.

Jetzt heisst es nochmals lernen, bis dann nicht nur mir, sondern auch den Jungs die Augen zufallen.

"Chaosbewältigung"

Zu Hause angekommen erwartet uns noch etwas Arbeit. Zusammen verstauen wir alles wieder an seinen Ort, sogar das Auto wird von den Jungs heraus gesaugt. Die Wäsche wird vor der Maschi-

Nach Rennschluss lassen wir uns vor unserem VW Bus nieder und geniessen

mer noch

ne gestapelt und die Kühltruhe ausgeräumt und geputzt. Während ich mich mit dem Verstauen beschäftige, widmen sich meine Männer den Bikes. Diese werden abgespritzt, gereinigt, geölt und was auch immer noch (dafür kenne ich mich zu wenig aus). Nach einiger Zeit ist dann alles soweit i. O.

Ein gemütlicher Abend steht jetzt noch an und später fallen wir zufrieden, jedoch müde ins Bett.

BikerSchool Flumserberg: Erste Saison

von René Wildhaber



Kurz nach der Beendigung der Wintersaison habe ich im Frühling 2018 die BikerSchool Flumserberg lanciert. Nebst meinen zahlreichen Einsätzen an Bike-Festivals und Medienpräsentationen für meine Sponsoren Trek und Bosch sowie meiner Abenteuerreise nach Kirgistan für Red Bull konnte ich regelmässig am Flumserberg und in der Region Heidiland MTB-Fahrtechnik unterrichten, Bike-Touren führen und Kids Camps organisieren.

Die Sommersaison 2018 gestaltete ich ein wenig anders als die vergangenen Jahre zuvor. Nach mehr als 20 Jahren Rennaktivitäten standen neu nicht mehr Rennen und Training an erster Stelle, sondern Einsätze an Bike-Festivals, Journalisten-Ausfahrten, Produkt-Präsentationen, Trailbau am BikerBerg Flumserberg sowie der Aufbau der BikerSchool Flumserberg. Trotzdem flog ich im Februar noch nach Chile an das sechstägige Enduro-Rennen Andes Pacifico und erfüllte mir so einen lang gehegten Traum. Das Rennen war ein grosses Abenteuer und machte grossen Spass. Im Mai absolvierte ich dann die Ausbildung zum Swiss Cycling Guide sowie der Weiterbildung für E-MTB als optimale Vorbereitung für den MTB-Unterricht.

Internationale Bike-Präsentation in Bad Ragaz

Der amerikanische Fahrradhersteller Trek präsentiert seine neuen Bike-Modelle jeweils mit einem aufwändig organisierten Event für Bike-Journalisten sowie Fachhändler. Nach Flims und Verbier konnte der Anlass nun im Mai in Bad Ragaz durchgeführt werden. Für Bike-Journalisten aus der ganzen Welt sowie für rund 100 Fachhändler konnte ich eBike-Touren im Heidiland organi-

sieren und ihnen so unsere Region zeigen. Bei den Gruppenleitern war mit Mirjan Plaku auch ein weiteres rsv pizol Mitglied und Swiss Cycling Guide mit von der Partie.

Privatunterricht und Bike-Touren

Die meisten Buchungen über die BikerSchool Flumserberg erfolgten für 3 oder 6 Stunden Fahrtechniktraining, meist auf den Bike-Trails am BikerBerg Flumserberg. Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen, von jung bis erfahren – meist allein oder in Zweiergruppen konnte ich viele Tipps und Tricks weitergeben. Paare, Firmen oder Kollegengruppen buchten auch ein- oder zweitagestouren in der Region.

BikerFüchse Camps

In den Sommer- und Herbstferien führte ich mehrere zweitägige Bike-Camps für Jugendliche von 11 bis 16 Jahre in zwei Stufen – Advanced und Expert – durch. Nach unzähligen Fahrten auf den Bike-Trails übernachteten wir in der Gruppenunterkunft Alpenlodge Prod auf der Prodalp auf 1576 m. Das Abendessen und Frühstück mussten die Teilnehmer jeweils selbst zubereiten. Diese Camps bereiteten den motivierten Teilnehmern sowie auch mir viel Spass.

Ausblick Sommer 2019

Im Sommer 2019 wird die BikerSchool Flumserberg wieder Privatunterricht, Touren sowie auch Bike-Camps durchführen und weiter ausbauen. Weitere Details sind derzeit noch nicht spruchreif ;-).

Schlusswort

von Bettina Hengartner

Und bereits sind wir am Schluss des Radlers. Ich hoffe, ihr hattet viel Spass beim Durchlesen und freut euch bereits aufs nächste Rad-Jahr.

Hier möchte ich auch die Gelegenheit ergreifen, um mich beim ganzen Vorstand zu bedanken. Es war mein erstes Jahr im Vorstand und dann gleich noch als Präsidentin. Es gab für mich viele Lehrstunden und der Vorstand brauchte auch ganz viel Geduld, um mir den einen oder anderen Ablauf zu erklären. Aber das erging nicht nur mir so, unsere neue Kassierin Vanessa Kohler, welche mit sehr viel Herzblut und Engagement ihren neuen Posten annahm. Deshalb an alle DANKE DANKE DANKE!!!

Im Weiteren möchte ich mich bei allen Leitern des Kids Bikes bedanken, welche jeden Montag, ob bei sonnigem Wetter oder bei Dauerregen, auf dem Platz standen und die rund 50 Kids trainieren.

Ebenfalls bedanke ich mich beim OK und allen Helfern des Kidsbike – Events und bei allen Vereinsmitgliedern, welche den Verein am Leben halten.

Ein ganz besonderer Dank gebührt allen Sponsoren und Gönnern. Ohne euch könnten wir den Nachwuchs und den Radsport nicht im gleichen Rahmen fördern und geniessen. Nochmals ein herzliches DANKESCHÖN!!!



züst
physio
FITNESS

**Oberdorfstrasse 14
8887 Mels
T+41 81 723 08 08
info@zuest-physio.ch
www.zuest-physio.ch**

Jahresprogramm

Das Programm muss an der HV noch angenommen werden. Bis dann ist es als provisorisch zu betrachten.

Januar 2019

Freitag, 25.1. Hauptversammlung Tandem, Sargans

März 2019

Freitag, 8.3. Winterplausch ab 16 Jahren

April 2019

Dienstag, 02.4. Sarganserländer Biketreff ab 16 Jahren
Besammlung 18:45 Uhr Dorfplatz Mels

Samstag 13.4. Saisaonstart Kidsbikeleiter Für Leiter, Hilfsleiter und Interessierte

Montag, 29.4. Start des Kidsbike - Training Besammlung 18:30 Uhr unterer Parkplatz der Pizolbahn

Mai 2019

Montag, 20.5. Elternveloabend alle Eltern mit ihren Kids
Trikottausch Besammlung 18:30 Uhr unterer Parkplatz der Pizolbahn
Materialbörse

Juni 2019

Freitag, 14.6. Wurschtfahrt ab 16 Jahren
Besammlung 18:45 Uhr Dorfplatz Mels

Montag, 17.6. Göttiweg „Kidsbike“ Besammlung 18:30 Uhr Ortsgemeinde Mels

Dienstag, 18.6. Göttiweg Besammlung 18:45 Uhr Ortsgemeinde Mels

August 2019

Mittwoch, 21.8. Aufbau Kidsbike – Event ab 17: 00 Uhr unterer Parplatz Wangs

Donnerstag, 22.8. Aufbau Zelt und Strecke ab 17:00 Uhr unterer Parplatz Wangs

Freitag, 23.8. 5. Kidsbike – Event Wangs

Samstag 24.8. Jubiläumsanlass
20 Jahre rsv pizol

September 2019

Samstag 14.9. Pässefahrt Wieder mal was für unser Rennvelos

Oktober 2019

Freitag/Samstag Clubausflug Nähere Auskünfte siehe separates Programm
12./13.10.

Samstag, 19.10. Waldräumen Besammlung 7:45 Uhr Ortsgemeinde Mels

Montag, 21.10. Start ins Wintertraining Kids Schulhaus Kastels, Sargans
von 18:00 bis 19:00 Uhr

Montag, 21.10. Wintertraining Erwachsene Schulhaus Kastels, Sargans
von 19:00 bis 20:30 Uhr

Januar 2020

Freitag, 24. Januar Hauptversammlung

WICHTIG:

Änderungen des Jahresprogramms werden per INFO oder E-Mail und auf unserer Homepage www.rsvpizol.ch bekannt gegeben.

Impressum

Herausgeber:

rsv pizol, Postfach 120, 8887 Mels

E-Mail:

info@rsvpizol.ch

Internet:

www.rsvpizol.ch

Facebook:

www.facebook.com/rsvpizol

Text und Berichte:

Bettina Hengartner-Kuhn, Patrick Steger, Mirjan Plaku, Corin Forlin, Moritz Rohner, Tobias Rohner; Beda Berchtold, René Wildhaber, Andrian Broder; Vanessa Kohler

Gestaltung:

Patrick Steger

Fotos:

Von verschiedenen Vereinsmitgliedern, Fotos Kidsbike Event: Corina Fuentes-Kuhn, Foto Bikernetzwerk: Roger Walser

Druck:

Typovision, Theo Hobi, Mels
Sarganserländer Druck

Sponsoring:

Vanessa Kohler, Kassierin

E-Mail: vanessa.kohler@rsvpizol.ch





Alles drin, was Spass macht: YoungMemberPlus.

Geniesse vergünstigte Freizeitangebote, erlebe die Welt von Raiffeisen Music und erledige kostenlos deine Bankgeschäfte. Jetzt Konto eröffnen und profitieren auf raiffeisen.ch/youngmemberplus

Raiffeisenbank Sarganserland

Oberdorfstrasse 11
8887 Mels
081 725 38 38
raiffeisen.ch/sarganserland

RAIFFEISEN

Wir machen den Weg frei