

RADLER 2021

rsv pizol

RadSPORTvereinigung Pizol

Ausgabe 12

Vereinsjahr der RSV Pizol in Bildern



Bericht Präsidentin

von Bettina Hengartner

Ich möchte gerne mal aus den negativen Schlagzeilen ausbrechen. Denn negatives Denken ist überhaupt nicht mein Ding und es ist ja alles für etwas gut.



Schauen wir mal auf den Radsport im Allgemeinen. Seit dem Ausbruch des Corona-Virus kommt es mir vor, als ob all die verstaubten und vergessenen Velos endlich wieder mal frische Luft schnuppern können. Dies tut natürlich nicht nur den Fahrrädern gut. Der Bike-Boom ist in der Schweiz noch deutlicher ausgebrochen, als er mit den E-Bikes eh schon war. So sah man immer mehr Velofahrer/innen auf den Strassen oder im Gelände und die Trainingsgruppen wurden auch immer grösser. So kann man sehen, dass der Radsport nicht nur ein Einzelsport ist. Denn in der Gruppe zu trainieren macht einfach viel mehr Spass. Und da sind wir bereits beim Vereinsleben angekommen. Gemeinsam zu trainieren und die verschiedenen Trails in unserer schönen Region unsicher zu machen, setzt unheimlich viele Glückshormone frei. Sei es

für die Kids oder für die Erwachsenen. Alle können voneinander lernen und profitieren. Unsere bestens ausgebildeten Leiter und unsere Top-Biker vermitteln die entsprechende Sicherheit, sich auch mal ausserhalb der Komfortzone zu bewegen und eine schwierigere Stelle in der Abfahrt auszuprobieren. Natürlich dürfen die einen oder anderen sich auch in den Aufstiegen etwas ärgern und die Beine brennen lassen. Es hat für alle einen Platz in unserem Verein, egal ob Anfänger oder Weltmeister ☺.

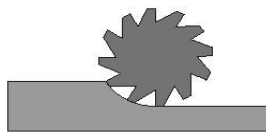
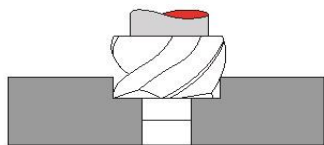
Des einen Freud, des anderen Leid. So gab und gibt es immer mehr Diskussionen um die Trails zwischen Bikern und Wanderern. Aber auch darin sehe ich etwas Gutes. Je mehr Gesprächsstoff es gibt, desto grösser das Gehör und man merkt, dass es ein Bedürfnis der Menschheit ist, sich in der Natur zu bewegen.

Wir von der Radsportvereinigung Pizol (kurz RSV Pizol oder rsv pizol) unterhalten viele Trails, sogenannte Göttiwege, am Melserberg. Die Wanderwege instand zu stellen verschafft uns Genugtuung und dient ja nicht nur den Wanderern. Zudem wird ein Grossteil der Unterhaltsarbeiten an Wanderwegen und Trails im Sarganserland durch die „Wägmacher“ erledigt.

Es wäre doch einfach schön, wenn wir alle gemeinsam die wunderschöne Natur und die frische Luft geniessen könnten. In diesem Sinne: Auf ein neues und positives Vereinsjahr!

Eure Präsidentin, Bettina

BRODER MECHANIK AG



CNC und konv. Dreh-, Fräs- und Bohrarbeiten

Martin Broder

***Mechanische Werkstätte
Tel. 081 710 46 00 Natel 079 350 97 40
E-mail: broder-m@gmx.net***

***Bahnweg 67, 8887 Mels
Fax 081 710 46 01
www.brodermechanik.ch***

Inhaltsverzeichnis

Winterplausch	7
Leiter Erwachsene – Dienstagsausfahrten	10
Leiter Jugend – Kidsbiken	13
Sarganserländer Biketreff Frauen	14
Jugend und Sport	15
Fahrtechnikkurs	16
Göttiwege	17
Wurstfahrt	20
Hochzeit Nadine & Beda	21
Kids-Bike-Event	23
WANTED – Hilfsleiter gesucht!	26
Trainingsgemeinschaft	27
Clubausflug	29
Interview Thomas Girardi	32
Mitgliederzahlen	37
Impressum	38



SnowBike NightRide

28. Januar 2022 & 25. Februar 2022

www.nightride.ch



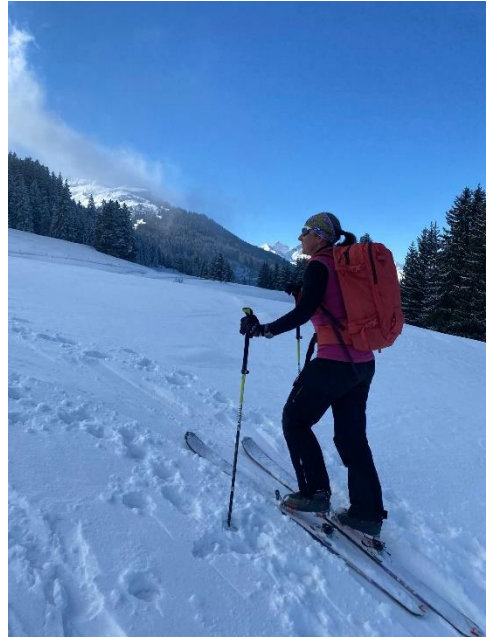
**FLUMSER
BERG** 

BIKERBERG 
Flumserberg

Winterplausch

von Bettina Hengartner

Eine kleine, aber feine Gruppe versammelte sich in Mels, um gemeinsam den Garmil zu erklimmen. Das Wetter spielte super mit und so liefen wir ab dem Hienzi los, mal mit den Tourenskiern auf dem Rücken, mal unter den Füßen. Der Single-Trail-Aufstieg durch den Wald hatte es ganz schön in sich. Da gab es bereits den einen oder anderen Ausrutscher.



Auf dem Garmil auf 2033 M.ü.M. wurde ein feines Plättli auf der Schneeschaukel serviert. Der Gipfelwein für die Damen und das Gipfelbier für die Herren durfte natürlich auch nicht fehlen. Mit guter Laune und lustigen Gesprächen wurde es aber langsam Zeit, die Abfahrt in Angriff zu nehmen.

Leider zog etwas unterhalb des Gipfels bereits der Nebel auf und so wurden einige Meter zum Blindflug. Durch akustische Orientierung fanden wir uns immer alle wieder. Frauen kann man ja im Nebel fast nicht verlieren 😊



Bei Gampidells gab es dann noch eine kleine Pause, wo wir unsere Schoggi-Osterenten assen. So waren wir wieder fit und bereit für den letzten Abschnitt. Die akrobatischen Sprünge über die schneefreien Stellen der Strasse machte den Jungs sichtlich Spass. So ging ein supertoller Tag im Schnee zu Ende.

architektwysocki

Auf die Pedalen, fertig, los!



ŠKODA



Wir wünschen Ihnen eine gute Fahrt!

ŠKODA. Made for Switzerland.

Seeztal AG

Zeughausstrasse 14, 8887 Mels

Tel. +41 81 710 60 40

info@seeztal.ch | www.seeztal.ch



Leiter Erwachsene - Dienstagsausfahrten

von Simon Girardi und Raphael Rüegg

Ein verrücktes Jahr ist nach einem noch verrückteren vorüber. Auch diese Saison hat uns das Coronavirus begleitet und auch in der Ausübung unseres Hobbys beeinflusst, wenn zum Glück nicht mehr so sehr wie am Anfang. Leider hat die Pandemie kein Wintertraining zugelassen, so dass wir uns auf den Frühling und das Biken in der freien Natur freuen mussten.



Anfang April war der Besuch der Dienstagsausfahrten noch bescheiden, wohl auch dem schlechten Wetter geschuldet. Ende des Monats wurde das Wetter besser und die Teilnehmerzahlen stiegen. Ein geschichtsträchtiger Tag war der 4. Mai, als gegen 15 Frauen, viele auch aus dem Techniktraining ein paar Tage zuvor, mit etwa gleich vielen Herren auf dem Dorfplatz standen und mit dem Bike eine schöne Runde über Ellhorn - Motzentobel in Angriff nahmen. Die Teilnehmerzahl pendelte sich im Verlaufe des Jahres dann, je nach Wetter, auf fünf bis fünfzehn Personen ein. Dieses war uns dieses

Jahr nicht immer hold. Obwohl meistens von Regen verschont, war es doch häufig bewölkt. Echte BikerInnen schreckt dies jedoch nicht ab und die Tatsache, dass man nach dem Biken wieder einkehren konnte / durfte, hat viele zusätzlich motiviert.

Neben den altbekannten Trails in unserer Region haben wir ab und zu auch neue Pfade befahren. Nicht immer lohnte sich die Neugier und ab und an flog auch der/die eine, das eine oder andere Mal vom Rad oder fuhr sich einen Defekt ein. Dinge die dazugehören und in der Gruppe eben nicht so schlimm sind, da man sich auf die Hilfe anderer verlassen kann.

Auch gegen Ende der Saison und mit zunehmender Dunkelheit am Abend wurden die Dienstagsausfahrten gut besucht. Erfreulich ist insbesondere der doch hohe Frauenanteil, welcher nicht selten höher als derjenige der Herren war. Dass im Herbst eine gute Beleuchtung von Vorteil ist, weiss jedes Kind. Trotzdem müssen einige dies jedes Jahr von neuem am eigenen Leib und auf die harte Tour erfahren, wenn sie ohne Licht ins Training starten. Aber fahren ohne Licht in der Dunkelheit soll ja die Konzentration und das Gefühl fürs Gelände und das Bike schulen ☺.

Mit Freude blicken wir auf eine erlebnisreiche und verletzungsfreie Saison zurück. Sich gemeinsam in der Natur zu bewegen und miteinander auszutauschen ist in dieser Zeit wohl so nötig und wichtig wie selten zuvor. Dies sollte man sich bewusst sein und auch zu schätzen wissen.

Nun freuen wir uns auf einen schneereichen Winter und den Wechsel von den Rädern hin zu den Skis (oder Snowboard, Langlauf, Schlitten,...), sodass wir uns im Frühling gesund wieder auf dem Bike sehen.



Thomas Tschirky
Getränkhandel
8888 Heiligkreuz
Tel. 081 723 04 01

mn küchen Spitzenleistungen



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

Leiter Jugend - Kidsbiken

von Moritz Rohner

Wie immer können es die Kids kaum erwarten, nach den Frühlingsferien endlich wieder ins Kidsbiken zu gehen. Folglich sind auch in diesem Jahr viele neue Kinder und Jugendliche zu uns gestossen und biken mit uns am Montag- oder Donnerstagabend. Von den Frühlings- bis zu den Herbstferien lernen die Kids bei uns nicht nur Bike-Technik, sondern auch die eine oder andere Lebensweisheit. Zum Beispiel, dass Aufessen und viel Salat und Gemüse essen für gutes Bikewetter sorgen. Oder, dass Zimmeraufräumen und Mithilfe im Haushalt ein neuer Helm oder sogar ein neues Bike bedeuten können. Jeweils montags betreuten und trainierten wir um die 20 Kids und donnerstags um die 30 Kinder. Um dieser Anzahl Kids möglichst gerecht zu werden, teilen wir nun die Trainings etwas auf.



Neu gelten im Jahr 2022 für die Kids die folgenden Trainingszeiten:

Montag 18:30-20:00 Uhr, Training für Jugendliche ab 10 Jahren

Donnerstag 18:30-19:30 Uhr, Training für Kids von 6 bis 8 Jahren (auf Platz)

Donnerstag 18:30-20:00 Uhr, Training für Kids von 8 bis 10 Jahren

Sarganserländer Biketreff Frauen

von Bettina Hengartner

Das erste Training schlug ein wie eine Bombe. Unsere männlichen Bike-Kollegen staunten nicht schlecht, da standen doch tatsächlich zwölf Frauen auf dem Melser Dorfplatz. Wir starteten mit einer leichten Runde über die St. Luzisteig. Dort nahmen wir dem Können entsprechende Abfahrten. Beim gemütlichen Nachhauserollen kam dann der Wunsch der Teilnehmerinnen, nicht nur einmal im Monat zusammen zu trainieren, sondern wöchentlich. Diesen Wunsch erfüllten wir gerne. Die ersten Trainings waren wir auch immer zahlreich am Start. Doch mit der Zeit liess die Anzahl der Teilnehmerinnen etwas nach. Aber es waren teils immer noch mehr Bikerinnen auf dem Dorfplatz als Biker. So ging es dann oft gemeinsam auf eine Tour.



Jugend und Sport

von Moritz Rohner

Jugend und Sport geht mit der Zeit, so wurde neu die Sportart Radsport wieder in die einzelnen Disziplinen aufgeteilt. Das heisst, eine Leiterperson mit der Anerkennung Radsport besitzt nun die Anerkennung Radsport und zusätzlich Mountainbike. Jede Person, die einen neuen Kurs besucht, erhält die Anerkennung Bahnrad sport, BMX, Einrad, Kunstradfahren, Mountainbike, Radball, Radquer, Strassenrad sport oder Trialrad sport, abhängig vom Grundkurs. Zudem soll in den nächsten Jahren der bisherige J+S Ausweis im Kreditkartenformat durch ein elektronisches Pendant ersetzt werden.

Nachdem die J+S-Neuigkeiten erzählt sind, möchte ich mich bei meinen Männern bedanken, die für mich und mit mir jeden Montag und Donnerstag im Einsatz standen. Danke an Sandro, Loris, Fabian, Kevin, Cyril, Raphael, Robin und Yanni. Wir hoffen, dass Luca und Mirjan sich im nächsten Jahr nicht gleich zum Saisonstart hin eine Verletzung zuziehen 😊 und freuen uns, wenn auch ihr wieder mit dabei seid.



Wir sind dabei.

www.jugendundsport.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

ackermann

≡ METALLBAU AG

Fahrtechnikkurs

von Susanne Jappert

Morgens um 9 Uhr auf dem Castelshügel in Mels ist es zwar noch recht kühl im Wald, aber zum Glück trocken. In der grosszügigen Waldlichtung haben sich ca. 30 Bikebegeisterte versammelt, um mehr zu den Themen Bikebeherrschung, Kurven- und Bremstechnik zu erfahren. Und genau darum geht es am heutigen Fahrtechnikkurs unter dem Patronat der Radsportvereinigung Pizol.



In diversen Kleingruppen werden uns heute Vormittag zu diesen Themen diverse Tricks und Kniffe gezeigt und diese Schritt für Schritt eingeübt. Das Ziel ist es, aus Anfängerinnen und Anfängern sicherere Bikerinnen und Biker zu machen und aus bereits guten noch bessere. Klingt verlockend, zumal die Leiterinnen und Leiter, alles selbst sehr erfahrene Bikerinnen und Biker der RSV Pizol aus purer Freude am Biken, dem entsprechenden Fachwissen und dem nötigen Fingerspitzengefühl an die Sache herangehen. Anfängerinnen wie ich lernen mal über längere Zeit die Balance zu halten und Kontrolle

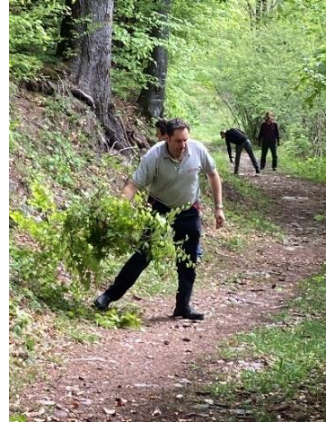
über das Vorder- und Hinterrad zu erlangen. Danach lernen wir mehr zu den Themen Anfahren, Tempo, Linienwahl und Herausbeschleunigungen. Abschliessend werden uns noch die Grundlagen der Bremstechnik vermittelt. Hochkonzentriert führen wir unsere Übungen durch und freuen uns auch innerhalb unserer Frauengruppe über Fortschritte jeder einzelnen Bikerin oder E-Bikerin. Es macht wirklich Spass, in so kurzer Zeit so viel Neues zu lernen. Ich fühle mich jetzt auf meinem funkelneuen Bike viel wohler und sicherer als noch vor ein paar Stunden. Der Kurs hat mich und viele andere begeistert und uns alle definitiv einen grossen Schritt weiter gebracht. Vielen herzlichen Dank an Moritz Rohner, Simon Girardi, Lena Kleeb, Stefan Hengartner und Mirjan Plaku für eure kompetenten Anleitungen und eure Geduld. Es reizt mich, das Gelernte anzuwenden und ich freue mich bereits heute auf den nächsten Fahrtechnikkurs!

Göttiwege

von Tobias Rohner

In der Gemeinde Mels wurde schon lange von Mels Tourismus festgelegt, dass alle offiziellen Wanderwege von Vereinen unterhalten werden. So hat jeder Weg einen Götti, der zu ihm schaut. Dadurch ist ein regelmässiger Unterhalt garantiert. Dafür werden die Vereine pro Person und pro Stunde grosszügig entschädigt.

Unser Verein ist für drei verschiedene Wanderwege verantwortlich. Der erste ist der **Vermölerweg**. Dieser beginnt bei Vermol unterhalb der Kapelle und endet bei St. Martin. Da er sehr breit ist, braucht er nicht so viel Unterhalt. Wichtig ist bei diesem Weg, dass die Sträucher auf der Seite zurückgeschnitten werden. So kommen mehr Sonne und Licht auf den Weg und er trocknet nach einem Regen schneller. Nächstes Jahr werden wir wieder einen Abschnitt ausholzen. Für diese Arbeit sind viele helfende Hände von Vorteil.



Der **Parmortweg** bei der Hexenplatte im Bangs, der zweite Weg, verläuft vom unteren Parkplatz beim Chapfensee hinauf bis zum Hexehüusli. Da dieser Weg über viele Steinplatten führt, ist eine Entwässerung notwendig. So wird bei starkem Regen nicht die ganze Erde weggeschwemmt. Diese Entwässerungsgräben wurden von uns vor ein paar Jahren neu erstellt und müssen jetzt laufend gereinigt werden. Damit sie nicht einbuschen, müssen sie ausserdem von Zeit zu Zeit ausgemäht werden.



Der dritte Weg, der **Bangsbodenweg**, erstreckt sich von der Tilserviesenstrasse bis zum Bangsboden. Bei diesem Weg haben wir vor einem Jahr eine neue Brücke über das Tobel gebaut. Die Fundamente müssen kontinuierlich geprüft werden, schliesslich sollen sie auch halten. Deshalb ist es wichtig, dass das Wasser oberhalb der Brücke vom Wanderweg abgeleitet wird, so dass die Fundamente nicht weggespült werden. Der Einstieg dieses Weges verläuft über eine Wiese und muss ab und zu gemäht werden. Die beste Pflege für den Weg ist, wenn man das Laub und die kleinen Äste mit dem Laubbläser zur Seite bläst.



Ich finde es sehr gut, dass wir als Verein so viele Wege unterhalten können, denn dadurch haben wir immer genügend Arbeit. So verdienen wir einen schönen Batzen Geld, sofern genügend Helfer dabei sind und anpacken. Die Helfer werden mit einem Credit für den Clubausflug belohnt. Zudem besteht stets die Möglichkeit am Mittag zu grillieren. Es ist jeweils ein lustiger und schöner Tag im Vereinsjahr.



Unser Service macht gute Autos besser



HYUNDAI



O P E L

GARAGE
kuhn
garage kuhn sargans ag

Grossfeldstrasse 81
CH-7320 Sargans
Tel. 081 720 48 68
Fax 081 720 48 60
info@garagekuhn.ch
www.garagekuhn.ch

Wurstfahrt

von Bettina Hengartner

Ende Juni führten wir unsere alljährliche Wurstfahrt durch. Von Heiligkreuz aus fuhren wir über den Jubiläumsweg zur Feuerstelle Rosschopf auf der Höhe von Wiesental (Flums).

Der „Historische Weg“ von Sargans bis Flums wurde zum Jubiläum 1250 Jahre Flums, Mels, Sargans im Jahr 2015 erstellt. Der Weg ist gespickt mit steilen Aufstiegen und technisch anspruchsvollen Abfahrten. Da schlug auch unser Biker-Herz höher.

Bei der Feuerstelle angekommen, erwartete uns Stefan mit seinen Jungs. Sie hatten bereits Feuer gemacht. Zum Aperitif gab es ein kühles Bier und die Wurst konnte auch bald auf die Glut gelegt werden.



Zu unserer Überraschung besuchte uns das Duo Bedrelli. Die Diskussionen zwischen Hans Jakob und dem Thedöiri brachten uns alle mächtig zum Lachen und machte so den Abend noch ganz perfekt. Mit gutem Licht machten wir uns dann alle gemütlich auf den Heimweg.

Hochzeit von Nadine und Beda

von Patrik Locatelli

Am 12.06.21 war der große Tag für Nadine und Beda. Bei wunderschönem Wetter versammelten sich Gesellschaft und Freunde vor der Kirche, damit alle rechtzeitig vor dem Brautpaar drinnen Platz nehmen konnten. Um 13.30 Uhr war der Einzug des Brautpaares. Sichtlich angespannt betraten die beiden die Kirche. Ist ja auch nicht alltäglich, so etwas. Auch dem sonst sehr ruhig wirkenden Beda merkte man die Nervosität an. Wir durften eine wunderschöne Trauung mit Begleitung von Gesang und Klaviermusik erleben. Bevor Beda das Ja-Wort gab, warf er einen kurzen Blick in die Gesellschaft, als ob er die Bestätigung eines geladenen Gasts abholen wollte, was einige zum Schmunzeln anregte. So ist er, der Beda.

Anschließend wurden die beiden von vielen Spalierstehern vor der Kirche begrüßt. Da standen so viele Traktoren, man konnte sich nicht vorstellen, dass sie alle Platz hatten. Die Kutsche stand auch bereit, eine Überraschung für Nadine.



Die Gesellschaft verschob nun mit Bussen und eigenen Autos gleich unmittelbar danach Richtung Sennis, wo die Gesellschaft einen feinen Apéro genießen durfte, bis das Brautpaar eintraf. Nach der Kutschenfahrt im Schlepptau der Traktoren stiegen die frischgebackenen Eheleute in Flums in einen offenen Jeep um und wurden nach Sennis chauffiert. Dort wurden sie von ihren Gästen bereits erwartet.

Während des Apéros wurde das Brautpaar von den ersten Darbietungen der Gesellschaft überrascht. Bei angenehmen Temperaturen genossen alle diese Gemütlichkeit, bevor Beda den Abend nach einer Tischrede in diesem wunderschönen, traditionellen, alten Saal des Kurhauses Sennis eröffnete.



Es wurde ein sehr leckeres Menü serviert. Durch die Darbietungen, Sketches, Dia-Shows und lustigen Einlagen der Gäste wurde viel gelacht und ein bezauberndes Fest ging bis in die frühen Morgenstunden. Die meisten Gäste übernachteten im Kurhaus Sennis. Nach einer kurzen Nacht genossen wir noch das Frühstück, bevor wir uns voneinander verabschiedeten.

Herzlichen Dank an Nadine und Beda. Es war ein wunderschöner Tag und wir haben es sehr genossen.

Kalberer

Metzgerei AG Vilters - Wangs

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

Kids-Bike-Event

Für Nachwuchs bei den Mountainbikern ist gesorgt

Der Artikel unter Mitarbeit von Bettina Hengartner und Susanne Jappert erschien am Dienstag, 24. August 2021, im Sarganserländer

Mit dem neunten Kids-Bike-Event in Wangs ist die regionale Mountainbike-Saison noch einmal so richtig lanciert worden. Mit viel Freude und Einsatz waren die jungen Bikerinnen und Biker dabei.



Bei sonnigem Wetter konnte letzten Freitag auf dem unteren Parkplatz der Pizolbahnen in Wangs bereits der neunte Kids-Bike-Event der Radsportvereinigung Pizol erfolgreich durchgeführt werden. Die Streckenbauer errichteten auch dieses Jahr mit viel Engagement und Herzblut einen abwechslungsreichen Parcours und boten somit den jungen Sporttreibenden ein tolles Rennerlebnis. Im Vordergrund

stand die Motivation, dabei zu sein, sich mit anderen Kindern und Jugendlichen zu messen und vor allem Spass am Bikesport zu haben.



Wie beliebt das Biken zurzeit in der Schweiz ist, konnte man schnell feststellen. Das Rennen in Wangs war bereits nach kürzester Zeit ausgebucht. Deshalb entschied das OK, die Teilnehmerzahl noch etwas zu erhöhen und musste trotzdem die Anmeldung frühzeitig schliessen.

Auf den Spuren von Jolanda Neff und Nino Schurter

Die jüngsten Teilnehmenden nahmen ihr Rennen mit dem Laufrad in Angriff und zogen alle Zuschauer in ihren Bann. Die Kids zwischen fünf und 16 Jahren konnten ihr Können auf einem ihrem Alter angepassten Rundkurs zeigen. Der „Pool



Gap“, der „Woodgarden“ oder für die Ältesten der „Treedrop“ stellten sich als schöne Herausforderungen heraus, welche die Kids mit Bravour lösten.

Die Festwirtschaft sorgte für Speis und Trank unter freiem Himmel. Alles in allem war der Kids-Bike-Event in Wangs ein sehr gelungener Anlass mit vielen strahlenden Kinderaugen. Die Ranglisten und weitere Fotos von Fotografie Fuentes sind unter der Website von www.rsvpizol.ch ersichtlich.

Nächste Rennen im Fähr-Power-Cup stehen schon bald an

Damit ist nun auch der Fähr Power Cup – der regionale Mountainbike Cup, welcher die drei bestehenden Bikerennen in Wangs, Walenstadt und Mols verbindet - eröffnet. Das nächste Rennen wird am Freitag, 27. August, mit dem „Wurst und Brot“-MTB-Race in Walenstadt weitergeführt und findet mit dem Adventure-Walensee-Bikerennen für Kinder am Samstag, 4. September, in Mols seinen Abschluss.

www.faehpowercup.ch



**Erfahrung, Kompetenz
und Qualität.**

- Heizung
- Lüftung
- Sanitär
- Metallbau

SchenkBruhin

Schenk Bruhin AG Sargans | Ragazerstrasse 25 | 7320 Sargans

Schenk Bruhin AG Chur | Comercialstrasse 24 | 7000 Chur

sbc@schenk-bruhin.ch | www.schenk-bruhin.ch



W **weber**

WANTED

Hilfsleiter für unser Kidsbiken

Du bist: -teamfähig?

-verfügbar jeweils montags oder
donnerstags von 18.30 - 20.00 Uhr?

-bereit, deine Freizeit für die Jugend zu
investieren?

-motiviert, mit Kindern und Jugendlichen zu
arbeiten?

-gerne auf dem Mountainbike unterwegs?

Wir bieten: -Biketrikot der rsv pizol

-Rückerstattung des Jahresbeitrags

-gegenseitige Unterstützung im Team

-Einladung zum Leiterrassen

-Möglichkeit zu J+S Aus- und Weiterbildung

Interessiert oder Fragen?

Melde dich bei: moritz.rohner@rsvpizol.ch

Trainingsgemeinschaft Bicycle Club Walenstadt und RSV Pizol

von Simon Girardi

Ende des letzten Jahres kam es beim Rennteam Bike Race Sarganserland zu Differenzen in der Führung, welche letztendlich zur Auflösung des Teams führten. Die Verantwortlichen des Rennteams riefen die Clubvorstände des Bicycle Club Walenstadt sowie der Radsportvereinigung Pizol (RSV Pizol) um ihre Mithilfe an. Man setzte sich zusammen und suchte nach Lösungen. Ein Produkt dieses Prozesses war die Gründung einer Trainingsgemeinschaft unter der Führung der beiden Clubs. Daneben formierten sich weitere Gruppen – unter anderem das Race Team Südostschweiz sowie das Team Neos.

Die interessierten AthletInnen an der Trainingsgemeinschaft trafen sich erstmals im April zu einem Kickoff in der Luziensteig. Fortan trainierten bis zu dreizehn BikerInnen im Alter von 7 bis 14 Jahren, jeweils montag- und mittwochabends. Am Montag trafen sich jeweils alle Biker in Wangs zum gemeinsamen Training, welches von mir, David Romer, Daniel Kalberer und Pedro Sonderegger geleitet wurde. Im Vordergrund standen dabei, nebst einer jeweiligen kurzen Ausfahrt, die Grundtechniken des Bikens, welche man oft auch auf Platz übte. Am Mittwochabend trafen sich die U13 und U15 AthletInnen beim Bikepark am See in Walenstadt. Die Trainings dort fanden, bis zum Fahrradunfall im Sommer, unter der Leitung von David Romer statt, später unter Adrian Broder. Mit den abwechselnden Treffpunkten ging man auf beide Lager (BCW und RSV Pizol) ein und profitierte nebenbei auch noch von jeweils neuen Trails, die man kennen lernte. Eigentlich standen im Jahresprogramm auch Besuche im Trailcenter in Thusis, sowie dem Flowtrail in Glarus an. Das oft schlechte Wetter und / oder die schlechten Streckenverhältnisse verhinderten aber vieles davon. So konnte man mindestens im Mai einmal den Übungsparcours in Thusis bei schönem Wetter in Beschlag nehmen. Das Highlight aus trainingspezifischer Sicht waren sicherlich die zwei Tage samt Übernachtung in den Flumserbergen, wo wir unter der Leitung von René Wildhaber die Trails unsicher gemacht haben. Nicht weiter tragisch, da wegen den miserablen Wetterbedingungen neben uns eh niemand am Berg anzutreffen war. Aus fahrtechnischer Sicht konnte man aber nur profitieren. Ebenso konnten die

Jugendlichen am Abend einiges Wissenswertes über den Bikesport und über den Werdegang von René erfahren.

Aus sportlicher Sicht sind sicherlich die vielen Podestplätze am Fähr Power Cup, sowie zahlreiche Top Ten Platzierungen in der MTB Race Series (vormals EKZ Cup) zu erwähnen, welche die FahrerInnen der TG herausgefahren haben.

Leider verlassen einige BikerInnen nach nur einem Jahr die TG schon wieder. Sei es aus gesundheitlichen Gründen oder weil sie sich dem Race Team Südostschweiz anschliessen werden. Dort konnten scheinbar die Weichen für eine hoffentlich erfolgreiche Nachwuchsarbeit gestellt werden. Trotz der Abgänge mache ich mir aber keine Sorgen um die Zukunft der TG. Es stehen schon neue, junge BikerInnen aus den Clubs bereit, welche mit Spass und Erfolg an den Bikerensport herangeführt werden.

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

Clubausflug vom 25. und 26. September 2021 in den Freiburger Alpen

von Vanessa Fäh

Ende September, früh morgens noch in der Dunkelheit, machte sich eine kleine Gruppe rsvler auf den Weg in ein noch fast fremdes Gebiet. Unser Ziel des diesjährigen Clubausflugs war das kleine Dörfchen Plaffeien in den Freiburger Alpen. Auf Halbzeit der Autofahrt trafen wir uns zu Kaffee und Gipfeli. Die Freude war gross, wieder einmal ein spannendes Bike-Wochenende zusammen verbringen zu dürfen.

Etwas verspätet in Plaffeien angekommen, hiess uns Dave, ein Kollege von Lena und Moritz, willkommen und erläuterte uns seinen Plan vom ersten Biketag. 1500 Höhenmeter seien zu bewältigen. Da blickten sich schon die einen oder anderen Gesichter erstaunt und voller Neugier an. Auf welchen Hügeln sollen so viele Höhenmeter gemacht werden?

Gemütlich und noch bei Sonnenschein starteten wir unser Abenteuer. Nach dem ersten kurzen Aufstieg ging es bereits rasant abwärts. Ein kleines Auf-



wärmen vor dem nächsten etwas längeren Aufstieg. Denn es ging stetig aufwärts bis wir die Bergstation von La Berra erreichten. Oben angekommen, waren alle erstaunt, was für eine atemberaubende Weite sich über die Freiburger Alpen erstreckte. Nach einer kleinen Verschnaufpause kam dann das erste Zückerli. Es ging auf dem Bikepark

von La Berra abwärts. Die einen oder anderen mussten sich etwas sammeln, aber dann kamen plötzlich alle in Fahrt. Die Strecke bot für alle etwas und machte richtig Spass. Kein Wunder, dass schon bald die Bäuche murrten. Gleich bei der Talstation genossen wir das Mittagessen.

Kurz nach dem Mittagessen ging es mit der Bahn wieder hoch. Dann teilte sich die Gruppe auf. Bea, Vanessa und Walti nahmen eine etwas leichtere, dafür langgezogene Tour über dem Schwyberg zum Schwarzsee. Währenddessen rasten ein paar schnelle Flitzer noch einmal den Bikepark hinunter. Als sich dann wieder alle auf La Berra gefunden hatten, machte sich auch die andere Gruppe zusammen mit Dave auf den Abstieg. Der Weg führte sie auf der anderen Seite, auf einer etwas schwierigeren Strecke, in Richtung Plaffeien. Dave hatte die Gruppe vor der Abfahrt über den Weg aufgeklärt und sie waren etwas vorbereitet. Dass da kein grosses Aufwärmen auf sie wartete, stellten sie sehr schnell fest. Was bei den einen grosses Erstaunen auslöste, schnitt bei den anderen ein breites Grinsen ins Gesicht. Zum Glück war der schwierigste Abschnitt nur einige Meter lang. Danach kamen alle auf ihre Kosten. Der wurzelige Untergrund war eine echte Herausforderung. Der Spassfaktor war hoch! Bea, Vanessa und Walti kamen trotz Unterstützung recht ins Schwitzen. Nebst dem Navigieren benötigte das Auf und Ab der Wege nicht nur Akku, sondern auch Zeit. Zwischendurch durfte jedoch ein Ausschweifen über die Weite der Täler nicht fehlen. Als sich der Himmel dann langsam etwas bedeckte und es



auch eindämmerte, musste dann schon ein Gang hochgeschraubt werden. Denn der Schwarzsee war noch nicht zu sehen. Erst gegen 18.00 Uhr erreichten sie dann die Talebene. Der Weg zum Tal hinaus bis nach Plaffeien zog sich. Schlängelnd erstreckte sich ein abwechslungsreicher Weg der Sense entlang bis nach Plaffeien. Erstaun-

licherweise trafen sich beide Gruppen zeitgleich vor dem Hotel. Nach einem kurzen Feierabend-Bierchen und einer wohltuenden Dusche genoss die Gruppe ein feines Abendessen im Hotel Hirschen in Plaffeien. Mit einem zufriedenen und müden Lächeln ging es dann in den wohlverdienten Schlaf.

In der Nacht überzogen heftige Regenschauer das Gebiet um Plaffeien. Ein grauer Morgen begrüsst die Biker. Nach einem überschaubaren Frühstück

wurde dann die Tour nochmals besprochen. Es waren sich alle einig, dass man sich nochmals auf das Radl schwingt, aber die Tour etwas gekürzt wird. Auf dem Schwyberg angekommen, teilte sich die Gruppe nochmals auf. Trotz heftigem Wind trauten sich ein paar wenige einen kurzen Felsenrücken unter ihre Räder zu nehmen. Die grössere Gruppe passierte einen schlammigen und rutschigen Pfad, welcher auch zu Fuss seine Tücken bot. Das eine oder andere Gesäss küsste kurzzeitig die regengetränkte Erde. Die zweite Gruppe teilte sich erneut auf. Bei Martin verabschiedete sich dann auch noch die Bremse. Weisse entscheidend gingen dann Bea und Vanessa mit Martin auf der Strasse zurück nach Plaffeien. Die anderen erreichten mit kurzem Umweg dann auch noch die Restlichen der Gruppe. Der letzte Teil der Abfahrt war in einem kleinen Bikepark. Die kleinen Sprünge und Hindernisse gestalteten sich sehr einfallsreich und waren gut gebaut. So konnte jeder sein Fahrkönnen auf den verschiedenen „Northshore“ testen. Ja sogar eine riesen Wippe stand mitten im Wald! Der eher kurze, aber coole Trail bot ein „Endless-Repeat“.

Gegen Mittag kamen dann alle wieder in Plaffeien an. Die Bikes nahmen noch eine gründliche Dusche in der Waschanlage. Nach einem gemütlichen Mittagessen ging es dann zügig ans Verladen. Das trübe Wetter und die lange Heimfahrt waren Gründe für ein zeitiges Aufbrechen. Dieser Entscheid kam allen recht, wenn auch ein aufregendes und schönes Wochenende schon wieder zu Ende ging.

Wir sind gespannt, in welcher Region wir nächstes Jahr unsere Reifenspuren hinterlassen dürfen.

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
BIKES

Lucky Star Bikes GmbH
St. Gallerstrasse 110
7320 Sargans

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

Interview mit Thomas Girardi

von Simon Girardi

Thomas Girardi krönte im August dieses Jahres eine erfolgreiche Saison 2021 mit dem Weltmeistertitel im Bikemarathon in der Klasse Grandmasters. Nicht sein erster Weltmeistertitel – schon im Jahr 2008 hat er diesen im Cross Country bei den Masters gewinnen können. Wie und was treibt den erfolgreichen Mitfünfziger nach so vielen Jahren an und was ist das Geheimnis seines Erfolges. Ein paar Fragen dazu, gestellt von seinem Bruder Simon.

Du hast dieses Jahr den Weltmeistertitel im Bikemarathon bei den Grandmasters gewonnen. Erkläre doch kurz den Unterschied zu den «normalen» Weltmeisterschaften.

Auch die Weltmeisterschaften der Masters finden unter dem Patronat der UCI (Weltverband) statt. Die AthletInnen haben eine Masterlizenz (Alterskategorien) und sind beim Landesverband gemeldet. Viele StarterInnen bei den Masters sind ehemalige ProfiathletInnen. Bei der Marathon WM in Italien dieses Jahr waren z.B. Paola Pezzo (Olympiasiegerin Cross Country) sowie Gilberto Simoni (Sieger Giro d'Italia) am Start.

Wenn du deine beiden Titel vergleichst. Was sind die Unterschiede und was die Gemeinsamkeiten der beiden Rennen?

Es sind die gleichen «angefressenen» AthletInnen am Start, die gewinnen wollen. Dementsprechend viel wird in Material, Training und Vorbereitung investiert. Ebenso sind die Strecken technisch anspruchsvoll und für einen durchschnittlichen Hobbybiker eher nicht zu empfehlen. Ausser der unterschiedlichen Streckenlängen gibt es aber keinen grossen Unterschied.

Du warst früher auch in der Elite gut unterwegs. Wieso hast du nicht ganz auf den Rennsport gesetzt?

Mit 25 Jahren absolvierte ich die Ausbildung zum Schreinermeister. Nachher gründete ich eine Familie und baute ein Haus. Die Prioritäten lagen also anders und das finanzielle Risiko als Bikeprofi dies alles unterzubringen zu hoch. Früher wie heute muss man im Bikesport an der absoluten Weltspitze unterwegs sein, um ein Salär zu erhalten, das es erlaubt eine Familie und eine Hypothek zu finanzieren.

Du hast eine längere Rennpause (zumindest im Bikesport) hinter dir. Was waren die Gründe für dein «Comeback»?

Mit 50 Jahren hatte ich mich berufstechnisch so entwickeln können, wie ich mir das vorgestellt habe. Die Kinder waren volljährig und teils ausser Haus. Ich brauche Herausforderungen und so beschloss ich im Bikesport noch ein paar Ziele zu verfolgen. Mit Claudius Thommen und Gusti Wildhaber habe ich auch zwei Trainings- und Wettkampfpartner gefunden, die mich puschten und motivierten. Ausserdem gehe ich, wenn ich nicht gefordert bin, meiner Frau Bea zu sehr auf den Keks;-)

Welches sind, neben deinen beiden Weltmeistertiteln, deine grössten sportlichen Erfolge?

Da gehören sicher die vier Teilnahmen an internationalen Titelkämpfen mit der Nationalmannschaft an Marathons dazu. Ausser bei der WM in der Schweiz, konnte ich dort bei der Elite immer in die Top Ten fahren. Ausserdem gehören die je zwei Siege beim Bike Transalp und beim Swiss Epic zu meinen Highlights. Auch der 3. Rang beim Swiss Bike Masters auf der Langdistanz sowie die drei Siege bei der Patrouille des Glaciers (Skitourenwettkampf) in der Altersklasse haben einen besonderen Platz in meinem Palmares.

Gibt es Personen, die deine sportliche Karriere speziell beeinflusst / unterstützt haben?

Da gibt es sicher einige. Speziell ist dabei aber meine Frau Bea zu erwähnen, die mir vor und nach den Rennen die beste Unterstützung war und ist. Bei den Rennen selbst ist man zum Glück meist auf sich allein gestellt. Da wäre mir meine Frau auch keine besonders grosse Hilfe.

Welchen Anteil hat die Radsportvereinigung Pizol (RSV Pizol) an deiner Karriere und inwiefern beeinflusst dich die RSV in deinem Bikeralltag?

Die RSV Pizol ist bei uns eine Familienangelegenheit. Ich, nein wir als Familie, schätzen die Mitgliedschaft sehr. Die gemeinsamen Ausfahrten und Anlässe geniessen wir und schätzen dabei die familiäre Stimmung. Ausserdem bietet die RSV für Junge eine gute Grundschulung des Bikesports. Ich bin auch ein wenig stolz darauf, dass auch aufgrund meiner Initiative das Kidsbike gegründet wurde und die ehemaligen Teilnehmer, darunter auch meine

beiden Söhne, nun den ganzen Betrieb mit viel Erfolg und Leidenschaft weiterführen.

Wie gross ist dein Trainingsaufwand und wie sieht eine durchschnittliche Trainingswoche bei dir aus?

Eine durchschnittliche Trainingswoche beinhaltet 12 bis 15 Stunden Training. Aufgeteilt auf fünf Trainingstage und etwa sieben Einheiten. In den letzten zwei Jahren trainierte ich meist auf dem Bike. Früher waren auch Einheiten auf dem Rennvelo dabei oder ich ging auf eine Ski- oder Bergtour.

Du bist ja nicht mehr der Jüngste. Was ist dein Geheimnis, dass du nach so vielen Jahren Spitzensport noch so motiviert und fit bist, um solche Leistungen abzurufen?

Da gibt es kein Geheimnis. Kein Erfolg ohne Aufwand. Man muss sich realistische Ziele setzen und alles Mögliche und Nötige unternehmen um diese zu erreichen. Motivation geben mir die Erfolge. Ohne diese würde ich diesen Aufwand sicherlich nicht betreiben.

Man kann behaupten, dass du Biker der ersten Stunde warst. Wie hat sich der Bikesport deiner Meinung nach entwickelt? In welchen Bereichen liegen die grössten Unterschiede?

Früher wie heute war und ist die Spitze physisch auf Topniveau. Klar haben sich Trainingspläne und Methoden entwickelt. Aber immer wurde das bestmögliche aus den Gegebenheiten versucht heraus zu holen. Mit dem besseren Material und anspruchsvolleren Rennkursen musste man sich auch technisch weiterentwickeln. So lerne ich auch heute noch dazu und behaupte heute besser zu fahren als vor einigen Jahren. Aber auch im Materialsektor hat man früher das Optimum angestrebt und experimentiert, mal mit mehr, mal mit weniger Erfolg.

Welche Rennen sind dir speziell in Erinnerung geblieben und weshalb?

Meist bei solchen, wo ich trotz Defekten gute Resultate oder gar Siege einfahren konnte. Zum Beispiel den Marathon in Schaffhausen wo ich über 80 der 100 km ohne Sattel in die Top Ten der Elite fuhr. Oder auch der Sieg beim Melser Bergrennen ohne Sattel und mit kollabiertem Vorderrad.

Welche Rennen möchtest du noch fahren? Und wie lange möchtest du dies noch tun?

Grundsätzlich habe ich diesbezüglich keine Wunschrennen, welche ich nicht schon bestritten hätte. Ausser vielleicht das Cape Epic. Grundsätzlich habe ich Freude an den Mehretappenrennen wie den Transalp und dem Swiss Epic gefunden.

Was würdest du als deine Stärke, was als deine Schwäche bezeichnen?

Ich gehe an den Start mit dem Ziel zu gewinnen und mache auch kein Geheimnis daraus. Im Rennen versuche ich keine Schwächen zu zeigen (auch wenn es mal eine solche gibt) und fahre offensiv. Wenn es geht immer mit einer Reifenbreite Vorsprung. Wie vorhin erwähnt, hatte ich auch schon den einen oder anderen Defekt. Da reize ich das Material vielleicht ab und an zu sehr aus. Auch fehlende Regeneration oder zu hartes Training hat es sicher schon gegeben. Im Gegensatz dazu kann ich auch sehr phlegmatisch sein und komme nicht in die Gänge. Vielleicht aber auch, weil es gerade diese Phase des Nichtstun braucht.

Du bist als Technikfreak und Gewichtsfetischist bekannt. Welchen Stellenwert hat das Material bei deinen Erfolgen gehabt?

Dem Material messe ich eine grosse Rolle zu. Dort gehe ich ans Limit und versuche das Mögliche auszureizen. Dies macht mich auch mental stärker. Es ist eine bewusste Gratwanderung. Material, Strecke und Fahrtechnik müssen natürlich übereinstimmen oder angepasst werden. Die Auseinandersetzung mit dem Material gehört für mich, wie das Training, die Taktik und die Ernährung zur Rennvorbereitung dazu.



WWW.FOTOGRAFIE-FUENTES.CH / INFO@FOTOGRAFIE-FUENTES.CH

Was macht dir neben dem Rennen fahren sonst noch Spass? Was machst du in der Freizeit?

Neben meiner 50-plus-Stunden-Arbeitswoche und den fünfzehn Stunden Training erhole ich mich gerne auf dem Sofa und verbringe die freien Abende mit meiner Frau Bea zu Hause.

In der Region sind ja viele Junge im Rennsport unterwegs. Welche Tipps würdest du ihnen mit auf den Weg geben?

Im Schulalter sollen die Kinder vor allem technische, koordinative und polysportive Schwerpunkte setzen. Am Besten in einer Gruppe, die fordert aber nicht überfordert. Kleine Erfolgserlebnisse steigern die langfristige Motivation. Das klassische Ausdauer- und allenfalls Krafttraining sollte meiner Meinung nach erst in der späteren Jugend eine wichtigere Rolle einnehmen. Auch Rennen sollen wohl dosiert in Angriff genommen werden.



Mitgliederzahlen

von Vanessa Fäh

In diesem Jahr konnten wir gesamthaft 17 Neumitglieder in unseren Verein aufnehmen. Der grösste Anteil der Neuaufnahmen sind der Kategorie „Schüler“ zuzuordnen. Zwei Schüler sind aus Familienmitgliedschaften, wobei wir lediglich eine Familie neu in unserem Verein willkommen heissen. Der andere Schüler ist neu mit einer Familienmitgliedschaft dazu gestossen.

Aufgrund diverser persönlicher Gründe mussten wir dieses Jahr besonders viele Austritte entgegennehmen. Es haben 32 Mitglieder aus verschiedenen Gruppen die Radsportvereinigung Pizol verlassen. Sie sind aber herzlich willkommen, zu einem späteren Zeitpunkt wieder mit uns zu trainieren.

Im Vergleich zum letzten Vereinsjahr hat die Gesamtmitgliederzahl um acht Mitglieder abgenommen.

Insgesamt gehören zu diesem Zeitpunkt 162 Mitglieder zur rsv Pizol. Genau 44 zu den Aktiven, 19 Passiv, zehn Familien mit 17 Kindern, sechs Jugendliche und 49 Schüler. Die restlichen zwölf Mitglieder sind aufgeteilt in Ehrenmitglieder und dem Vorstand.

Jahrgangsübersicht für die Mitgliederzählung:

Erwachsene	ab Jahrgang 2002
Lernende	2003- 2006
Kids	2007 – 2016



Impressum

Herausgeberin:	Radsportvereinigung Pizol
E-Mail:	info@rsvpizol.ch
Internet:	www.rsvpizol.ch
Facebook:	www.facebook.com/rsvpizol
Text und Berichte:	Bettina Hengartner, Simon Girardi, Moritz Rohner, Vanessa Fäh, Tobias Rohner, Raphael Rüegg, Zeitung Sarganserländer (Kids- Bike-Event), Patrik Locatelli, Susanne Jappert
Fotos:	von verschiedenen Vereinsmitgliedern Fotos Hochzeit Beda: Patrik Locatelli Fotos Kids-Bike-Event: Fotografie Fuentes
Gestaltung:	Susanne Jappert
Druck:	Sarganserländer Druck
Sponsoring:	vanessa.fah@rsvpizol.ch

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 Fahrradgeschäfte sind das Herz und die Seele der Fahrradwelt. Aus diesem Grund sind Trek –Bikes nur in den besten Bike-Shops erhältlich.





VELO BEKLEIDUNG IN DEINEM DESIGN

 [wams.ch](https://www.facebook.com/wams.ch)

Güterstrasse 16 / CH-9470 Buchs SG



Viel Erfolg dem RSV Pizol wünscht

RESTAURANT · PIZZERIA

TANDEM

SARGANS



Sonntag und Montag Ruhetag

081 723 01 03

restaurant-tandem.ch



Gemeinsam das Ziel im Blick

Kids Bike

Wir feuern an: Als lokaler Partner engagieren wir uns für Sportvereine- und anlässe in der Region. Mit Freude unterstützen wir die Radsportvereinigung Pizol und wünschen den Kids viel Spass beim Biken!

raiffeisen.ch/sarganserland

Raiffeisenbank Sarganserland

Oberdorfstrasse 11

8887 Mels

Tel. 081 725 38 38

sarganserland@raiffeisen.ch

RAIFFEISEN