



SCHISCHO 1 / 2026



OLG ST.GALLEN/APPENZEL

Impressum

Mitteilungsblatt der OLG St.Gallen / Appenzell

Redaktion

Jonas Vogel
Teufener Strasse 4
9000 St.Gallen
schischo@olgsga.ch

schischo Nr. 1/2026 – Februar

38. Jahrgang
Erscheint 4x jährlich gedruckt und online
Druckauflage: 110
Nächster Redaktionsschluss: 23. Mai 2026

Vereinsadresse

Yanik Schwizer
Zweibruggenmühlestr. 9
9014 St.Gallen

Website

Email

Kontoangaben

www.olgsga.ch

info@olgsga.ch

IBAN: CH51 0900 0000
9000 0790 8,
Postkonto 90-790-8,
9000 St. Gallen

Vorstand

Präsident
Vize-Präsidentin & Tech.
Leitung
Kartenchef
Aktuarin
Kassierin
Beisitzer
Beisitzer

Yanik Schwizer
Fiona Signer

Andrin Sutter
Esther Schäpper
Silja Vogel
Raphael Wälter
Robert Furrer

Kartenverkauf

Andrin Sutter
Nollisweid 49
9050 Appenzell
andrin.sutter@bluemail.ch

Materialstelle

Davidstrasse 44
9000 St.Gallen
1. UG / 94914
peter@knill.eu

Kassierin

Silja Vogel
Botenaustrasse 22a
9443 Widnau
silja.vogel@gmx.ch

Titelblatt

*Zwei Koryphäen ziehen sich aus ihren ehrenamtlichen OLG-Ämtern zurück:
Markus (Mitglied des OL CHALLENGE-OK) und Tobias Zbinden (Technische
Leitung & Co-Präsident a.i.). Vielen Dank für euren grossartigen Einsatz!*

Aus der Redaktion

Liebe OLG-Mitglieder,

Eine ruhige Winterpause liegt hinter uns – Zeit zum Durchatmen, Ordnen und Planen. Denn was vor uns liegt, verspricht ein besonders ereignisreiches Jahr zu werden. Die Clubmeister:innen sind bereits gekürt. Zudem stehen zahlreiche Anlässe, Wettkämpfe und gemeinsame Aktivitäten auf dem Programm, unsere OLG feiert in diesem Jahr ihr 70-jähriges Bestehen. Ein Jubiläum, das wir sportlich, gesellig und mit vielen besonderen Momenten begehen werden. Passend dazu kann in dieser Ausgabe mehr zur Geschichte und den Ursprüngen unseres OL-Sports erfahren werden.

Passend dazu ist auch diese *schischo*-Ausgabe besonders umfangreich geworden. Neben vielen organisatorischen Informationen erwarten euch spannende Berichte, unter anderem zum Rheintaler OL-Weekend, zum Ski-OL. Ausserdem lernen wir unseren neuen Präsidenten Yanik Schwizer näher kennen, der den Verein künftig mitprägen wird.

Damit bietet dieses Heft einmal mehr einen breiten Einblick in das, was unsere OLG bewegt: Engagement, Entwicklung, Gemeinschaft und die Freude am OL.

Ich wünsche euch viel Freude bei der Lektüre und einen gelungenen Start in das neue OL-Jahr.

Euer *schischo*-Redaktor

Inhalt

Impressum	2
Aus der Redaktion	3
OL CHALLENGE	5
Vorstandsmitteilungen	6
Kurzprotokoll Hauptversammlung 2026	10
Vergabe Wanderpokal 2026	15
Erfolge 2025	18
Clubmeisterschaft 2026	22
Jahresprogramm 2026	23
Danksagung Anteilnahme	24
Korrigenda Vereinsgründung	25
Materiallager	26
Im Portrait	28
Rheintaler OL-Weekend auf Kurs	31
Vom Wikingerinstinkt zum Hightech-Sport	34
Auf Weltcuptournee mit dem Ski-OL	38
Jassturnier 2026	41
Pfingststafel	42
OL-Einsteigerkurs	43
Nationales OL-Weekend Tessin	44
Nationales OL-Weekend La Côte-aux-Fées	45
ROLV-Lager: Support My Camp	46
sCOOL-Cup 2026	47
Trainingsprogramm	48



OLG
ST.GALLEN
APPENZEL

Appenzell, 06.05.
Herisau, 27.05.
Rosenberg SG, 24.06.
Speicher, 26.08.
Kreuzbleiche SG, 02.09.

SEI DABEI!

olchallenge.ch



Unsere Gold-Sponsoren:

MIGROS



Unsere Silber-Sponsoren:

echt +

Huber+Suhner
Stiftung

pro^{Artis}
Fahrrad in additiver
Fertigung

Vorstandsmitteilungen

Vorstandssitzung vom 12. Januar 2026

Im Auftrag des Co-Präsidiums: Andrin Sutter

Eintritte

Bischof Laura | Makovinyi Dorottya | Napieralski Daniela, Laura und Luca
| Schärli Marcel und Sonderegger Liv mit Rasmus

Austritte

Bönig Katja | Funk Heidi | Füllemann Nicole | Hellmüller Sven

Berichterstattung

- An den Schweizermeisterschaften im Ski OL gewann Nesa Schiller in der Juniorinnenkategorie D20 beide Titel, während Eliane Deininger in der Elitekategorie den Sprint gewann und über die Langdistanz Silber holte.
- Beim Weltcup in Bulgarien lief Eliane in der Elite gleich zweimal in die Top Ten mit Rang 7 im Sprint und Rang 9 über die Langdistanz.
- In Luleå (SWE) überzeugten Nesa bei den Juniorinnen und Eliane bei der Elite mit internationalen Diplomen, wobei Eliane im Weltcup aktuell auf Zwischenrang 7 geführt wird.
- Eliane Deininger wird zum Abschluss ihrer Ski-OL Saison nach Japan an die WM fliegen. Wir wünschen ihr bei den Wettkämpfen viel Erfolg.
- Ausführliche Berichte und weitere, jeweils top aktuelle News finden sich wie immer auf unserer Website www.olgsqa.ch.

Aktivitäten 2026

- **OLG-Trainings:** Das Hallentraining findet wie gewohnt am Mittwochabend im Riethüsli statt. Das letzte Training vor den Frühlingsferien vom **1. April 2026** findet aufgrund des bevorstehenden Umbaus der Halle nicht statt. Der Vorstand koordiniert den zukünftigen Trainingsort des Hallentrainings.
- Aktivitäten zum Jubiläum 70 Jahre OLG SGA: Zur Feier des Jubiläumsjahres werden unterschiedliche Aktivitäten im Verlauf des Jahres angeboten. Diese Events werden von verschiedenen OLG-Mitgliedern organisiert. An dieser Stelle bereits jetzt ein grosses Dankeschön an die Organisierenden! Der Startschuss in Anlehnung zum Jubiläumsjahr fand an der Clubmeisterschaft statt. Folgende Anlässe werden im Verlauf des Jahres stattfinden:
- Teilnahme als OLG an der **Pfingststaffel** – 23.-24. Mai 2026 (in La Sagne, koordiniert durch Sebastian Rüegg)
- OLG Plausch **Jassturnier** –6. Juni 2026 (in St.Gallen, organisiert durch Peter Knill)
- **Wandertag** – 4. Juli 2026 (Ersatzdatum: 22. August 2026, geleitet durch Rainer Müller und Rhea Braunwalder, Ort wird noch bekannt gegeben)
- **70 Posten-OL** – 07. November 2026 (rund um und in St.Gallen, geplant durch Maja und Pädi Kunz), mit anschliessendem Abendessen (geplant durch Doris Brand und Caroline Benz)
- **Appenzeller sCOOL-Cup**, 26. März (Appenzell): Kerstin Unmüssig ist erstmals für die Organisation des Appenzeller sCOOL-Cups verantwortlich. Es werden ca. 25 Personen von Seiten OLG am Anlass mithelfen.
- **Frühlingssportkurs Stadt St. Gallen**, 7.-10. April (St. Gallen): Für die Stadt St. Gallen organisieren wir wiederum einen OL-Kurs im Rahmen der Frühlingssportkurse für Schülerinnen und Schüler. Es sind nur noch ein paar wenige Plätze frei.
- **Einsteigerkurs**, April-Juni (St. Gallen): Am 22. April startet der achtwöchige Kurs (Ausschreibung auf Seite 43). Der Kurs wird wiederum mit dem OLG-Training und der OL CHALLENGE koordiniert. Kennt ihr Bekannte oder Verwandte, die interessiert sein könnten?
- **Nationales OL-Weekend**, 18.-19. April (Schwamm/Altstätten): Erwin Wälter blickt auf Seite 31 gleich selbst auf den Anlass voraus.

- **Clubweekend 1** vom 25.-26. April 2026 in Arcegno/Locarno: Lass dir die beiden Nationalen OL's (Mitteldistanz & Sprint) und den Weltcup nicht entgehen. Sichere dir einen Schlafplatz in der OLG-Unterkunft (Ausschreibung auf Seite 44).
- **St.Galler sCOOL-Cup**, 8. Mai (Bischofszell): Der St.Galler und Thurgauer sCOOL-Cup werden erneut zusammen durchgeführt. Die kantonale OL-Schülermeisterschaft wird von der OL Regio Wil organisiert, wir werden sie aber nach Möglichkeit mit Helfenden der OLG unterstützen.
- **OL CHALLENGE**: Unsere OL-Serie geht schon in die 4. Saison (Ausschreibung auf Seite 5). Das eingespielte OK freut sich auf abwechslungsreiche Events. Weitere Details: www.olchallenge.ch
- **sCOOL-Etappen/sCOOL@School-Projekte**: Die Ausschreibung und die Infos für die Saison 2026 wurden bereits versendet und alle Etappen sind schon mit Helfenden abgedeckt.
- **Swiss Orienteering Week**, 11.-18. Juli (Portes du Soleil): 24 Mitglieder machen Gebrauch von total 7 Wohnungen. Es soll wieder ein SOW-Apéro geben. Für die Organisation muss sich allerdings noch jemand melden.
- **Clubweekend 2** vom 12.-13. September in La Côte-aux-Fées (NE): Wir nehmen gemeinsam an zwei Schweizermeisterschaften teil (MOM & SOM). Die Wälder in diesem Gebiet versprechen wunderschöne Läufe, wie man es sich im Jura gewöhnt ist. Schreibe dich auch hier für einen Schlafplatz in der OLG-Unterkunft ein (Ausschreibung auf Seite 45).
- **Arge Alp** vom 10.-11. Oktober in Campo dei Fiori (Varese/ Lombardei): Der legendäre Länderwettkampf findet auch dieses Jahr statt und wir hoffen auf eine hohe OLG-Beteiligung im St.Galler Team. Weitere Informationen folgen.

Vorstand

- **Yanik Schwizer** wurde an der HV einstimmig und mit grossem Applaus zum neuen Präsidenten gewählt.
- **Tobias Zbinden** trat aus dem Vorstand zurück, während die übrigen sechs Mitglieder bestätigt wurden. Der Vorstand bedauert den Austritt von Tobias. Wir danken ihm herzlich für seinen tatkräftigen Einsatz im Vorstand.
- **Fiona Signer** übernimmt neu das Vizepräsidium und die technische Leitung, wobei **Maja** und **Patrick Kunz** diese Aufgabe bis zu ihrer Rückkehr im August ad interim ausüben.
- Während und nach Fionas Reise koordiniert **Peter Knill** das Material, wofür eine konsequente Meldung aller Bezüge nötig ist (siehe Mitteilung auf Seite 26).
- Kassierin **Silja Vogel** hat ihren Rücktritt auf die nächste HV angekündigt. Interessierte potenzielle OLG-Finanzchefinnen oder Finanzchefs dürfen sich sehr gerne beim Vorstand melden.
- Die **nächste Vorstandssitzung** findet am 27. April 2026 statt.

Helfer- und Teilnahmeliste 2026

**BITTE MÖGLICHST BALD
AUSFÜLLEN!**

- Helfereinsätze
- Trainingsleitung
- Teilnahme an Team-/
Staffel-Anlässen
- Teilnahme an OL-Weekends
(mit Unterkunft)



www.olgsga.ch/2026

Kurzprotokoll

Hauptversammlung 2026

Begrüssung und Wahl der StimmenzählerInnen

Co-Präsident ad Interim Robert Furrer begrüsst am 14. Februar 2026 um 17:00 Uhr 64 Vereinsmitglieder zur 50. ordentlichen Hauptversammlung im Feuerwehrmuseum in St. Gallen. 45 Vereinsmitglieder haben sich entschuldigt. Darius Rutz und Hansueli Lüthi werden als Stimmenzähler gewählt. Im Gedenken an unser im Oktober verstorbenes Ehrenmitglied Vre Harzenmoser erheben sich alle zu einer Schweigeminute.

2. Protokoll der HV vom 15. Februar 2025

Das Protokoll von Esther Schäpper wird genehmigt und verdankt.

3. Jahresbericht 2025

Der Jahresbericht des Vorstands wurde bereits mit der Einladung zur HV versandt, Robert Furrer geht deshalb nur auf einige Punkte ein:

- Appenzeller sCOOL-Cup
- Clubreise nach Slowenien
- 75. St. Galler OL am Ostermontag in Gossau
- OL CHALLENGE
- Fun Event im Oktober in der Curling-Halle
- Frühlingssportkurs, Einsteigerkurs, sCOOL-Etappen

Robert Furrer dankt im Namen des Vorstands allen herzlich, die im 2025 als Helfende im Einsatz standen.

Im vergangenen Jahr durften 6 Neumitglieder begrüsst werden. Leider sind auch 7 Austritte zu verzeichnen, somit hat der Verein per Ende 2025 187 Mitglieder.

Der Kartenchef Andrin Sutter gibt einen kurzen Überblick über die im letzten Jahr neu erstellten oder überarbeiteten Karten. Ebenfalls blickt er zurück auf die Clubreise nach Slowenien und den Arge-Alp-Wettkampf.

Der Jahresbericht des Vorstands wird einstimmig genehmigt.

4. Jahresrechnung 2025 mit Revisorenbericht

Kassierin Silja Vogel erläutert die Jahresrechnung 2025 und geht auf einzelne Positionen ein. Es resultiert ein Gewinn von CHF 5'866.15 (budgetierter Verlust: CHF 1'770.00).

Die Revisoren Niklaus Wolgensinger und Simon Rüegg haben die Jahresrechnung geprüft und verdanken die sehr sauber und professionell geführte Buchhaltung. Die Jahresrechnung wird einstimmig genehmigt, der Vorstand entlastet und allen ehrenamtlichen Helfern wird ein herzlicher Dank ausgesprochen.

5. Budget 2026 und Mitgliederbeiträge 2026

Robert Furrer erläutert kurz die Finanzsituation. Das von Kassierin Silja Vogel präsentierte Budget sieht einen Gewinn von CHF 3'770 vor.

Der Vorstand beantragt, die Mitgliederbeiträge unverändert zu belassen, dies wird gutgeheissen.

Das Budget 2026 wird bei einer Enthaltung genehmigt.

6. Wahlen

Tobias Zbinden tritt aus dem Vorstand zurück, alle anderen Vorstandsmitglieder stellen sich für ein weiteres Jahr zur Verfügung.

Yanik Schwizer ist bereit, das Amt als Präsident zu übernehmen.

Robert Furrer führt die Wahlen durch: Die sich wieder zur Verfügung stellenden 6 Vorstandsmitglieder werden einstimmig wiedergewählt. Als Präsident wird Yanik Schwizer einstimmig und mit grossem Applaus gewählt. Auch die Revisoren werden in ihrem Amt bestätigt.

Fiona Signer übernimmt das Vize-Präsidium und die technische Leitung. Maja und Patrick Kunz übernehmen die technische Leitung ad Interim bis Fiona Signer im August von ihrer Reise zurückgekehrt ist.

Kassierin Silja Vogel hat ihren Rücktritt auf die nächste HV angekündigt. Es wird deshalb eine Nachfolge gesucht. Wer sich angesprochen fühlt, wird gebeten, sich beim Vorstand zu melden.

7. Anträge

Es sind keine Anträge eingegangen.

8. Tätigkeitsprogramm 2026

Robert Furrer stellt das Tätigkeitsprogramm 2026 vor und geht dabei detaillierter auf die sCOOL-Anlässe, die Clubweekends und die SOW ein.

Laufleiter Erwin Wälter orientiert über das nationale Weekend im Rheintal im April und dankt allen jetzt schon für ihren Einsatz.

Raphael Wälter präsentiert die OL CHALLENGE 2026. Thomas Walter ersetzt im OK den zurücktretenden Markus Zbinden.

Yanik Schwizer wird wiederum den Frühlingssportkurs und den Einsteigerkurs leiten.

Andrin Sutter empfiehlt allen, an der Arge Alp zahlreich teilzunehmen. Sie findet dieses Jahr im schönen Campo dei Fiori statt, nahe der Schweizer Grenze und es wird alles organisiert, inklusive Carfahrt.

Sebastian Rüegg übergibt sein Amt als Koordinator der Staffeln und Team-Anlässe dieses Jahr fliessend an Darius Bold.

Robert Furrer bittet alle, möglichst bald die Helfer- und Teilnehmerliste auszufüllen: www.olgsga.ch/2026

9. Jubiläumsanlässe «70 Jahre OLG»

Robert Furrer erläutert die Übersicht der geplanten Anlässe und übergibt das Wort an die Organisatoren der einzelnen Anlässe.

Sebastian Rüegg empfiehlt die Pfingst-Staffel als gemeinsames Erlebnis.

Peter Knill macht einen Werbespot für das Jassturnier am 6. Juni.

Rainer Müller und Rhea Braunwalder organisieren eine Wanderung.

Judith Tobler sowie Maja und Patrick Kunz laden im November zum 70-Posten-OL ein. Um das anschliessende Abendessen kümmern sich Caroline Benz und Doris Brand. Dazu freuen sie sich über Beiträge/Ideen.

Eine Fotodatenbank ist ebenfalls angedacht, dazu wird ein Koordinator gesucht, bitte bei Robert Furrer melden.

An dieser Stelle wird die HV um 18:25 Uhr für das Abendessen unterbrochen und um 19:30 Uhr fortgesetzt.

10. Verabschiedungen und Ehrungen

Peter Knill präsentiert den von ihm geschaffenen und gespendeten neuen Wanderpokal. Die sehr schöne OL-Figur in verschiedenen Hölzern beeindruckt und erntet grossen Applaus.

Josef Frey hält in gereimter Form und mit Bildern unterlegt die Laudatio für den/die «Sportler/in des Jahres». Monika Ammann erhält den Preis, da sie erneut WM-Gold gewonnen hat und national sehr erfolgreich war.

Andrin Sutter blickt zurück auf die sportlichen Erfolge im vergangenen Jahr. Ein Glückwunsch geht an alle, die an OL's teilgenommen haben.

Internationale Erfolge mit Podestplätzen durften im Jahr 2025 Monika Ammann, Isabelle Hellmüller und Jürg Hellmüller feiern. Nationale Erfolge an den Schweizer Meisterschaften konnten 18 OLG-Mitglieder verbuchen. In die Top-10 der Jahrespunktliste schafften es 10 OLG-Mitglieder. Allen wird mit grossem Applaus gratuliert und ein Bärli-Biber überreicht.

Tobias Zbinden wird aus dem Vorstand verabschiedet. Robert Furrer würdigt sein grosses Engagement und dankt ihm ganz herzlich für seine wertvolle Arbeit, verbunden mit den besten Wünschen für die Zukunft.

Raphael Wälter dankt Markus Zbinden für seinen grossen Einsatz zu Gunsten der OL CHALLENGE und überreicht ihm einen Geschenkkorb.

Sanna Böni hat sich für die Wintertrainings-Meisterschaft verdient gemacht, ein herzlicher Dank geht auch an sie.

11. Rangverkündigung der Clubmeisterschaft

Die Clubmeisterschaft wurde von Rita und Eliane Deininger organisiert. Anlässlich des 70-Jahr-Jubiläums wurde ein Skore-OL im Retro-Stil, verbunden mit einem Quiz, in 2er Teams durchgeführt. Die ersten drei Teams wurden mit einem Sonntagszopf belohnt.

12. Allgemeine Umfrage / Varia

An der Vereinsmeisterschaft des ROLV NOS landete die OLG auf dem vierten Platz. Gezählt wurden dabei die Anzahl Teilnahmen im Verhältnis zur Anzahl Mitglieder. Alle werden ermuntert, häufiger an den regionalen OL's teilzunehmen.

Rita Deininger lädt dazu ein, bei der Reorganisation des ROLV NOS mitzuwirken und ruft dazu auf, die Migros-Bons «Support my Camp» dem ROLV-Lager zukommen zu lassen.

Peter Knill hat die Verantwortung für das Materiallager übernommen.

Robert Furrer stellt die neue Laufjacke vor und erläutert die Preise. Wer an beiden Tagen am nationalen Weekend mithilft, erhält die Jacke gratis. Die Verteilung erfolgt direkt nach der HV durch Raphael Wälter.

Andrin Sutter stellt die angedachte Clubreise 2027/2028 nach Schweden vor. Es ist eine Trainingswoche geplant sowie die anschliessende Teilnahme am O-Ringen. Lukas Deininger hat zugesagt, in der Vorbereitung mitzuwirken. In nächster Zeit wird Andrin Sutter dazu eine Umfrage machen. Zudem wird eine Person zur Mitorganisation gesucht.

Josef Frey hält ein humorvolles Kurzreferat, in dem er vorschlägt, anlässlich des 70-Jahr-Jubiläums einen Aufbruch zu neuen Ufern zu wagen. Der subnautische OL, also Tauch-OL, soll eingeführt werden und die OLG könnte eine Vorreiterrolle übernehmen. Das Referat bietet beste Unterhaltung und wird mit grossem Applaus verdankt.

Nick Wolgensinger macht auf den Dorf-OL in Montlingen aufmerksam.

Robert Furrer dankt mit Pralinen verschiedenen Akteuren für ihre Arbeit im Hintergrund.

Roland Deininger hat für diese HV den Raum und das Essen organisiert, Marcel Muttner hat das feine Jubiläums-Dessert selber gemacht, beiden wird herzlich gedankt.

Robert Furrer erinnert ans Ausfüllen der Helfer- und Teilnehmerliste, die Clubtrainings am Mittwoch sowie die Möglichkeit, den Mitgliederbeitrag per TWINT (oder Banküberweisung) zu bezahlen.

Die nächste HV findet am Samstag, 20. Februar 2027 statt.

Um 20:40 Uhr schliesst Robert Furrer die 50. Hauptversammlung mit einem herzlichen Dank an alle für ihr Engagement und für die Teilnahme an der diesjährigen Hauptversammlung.

Esther Schäpper, Aktuarin

Das ausführliche Protokoll kann bei Esther Schäpper eingesehen werden.

Vergabe Wanderpokal 2026

An der HV 2026 wurde zum ersten Mal der neue, von Peter Knill gestiftete, Wanderpokal für den/die Sportler:in des Jahres vergeben. Joseph Frey übernahm die Laudatio.

Von Joseph Frey

OL ist heute ein Ganzjahressport
ausgeübt an manch speziellem Ort
Als Fortbewegungsmittel - je nach Lage -
kommen Langlaufski und Bike in Frage

Erfolgreiche Läuferinnen in grosser Zahl
Auf sie ist gerichtet der Fokus bei unserer Wahl
Männliche Wesen sollen in den Mond gucken
Tut mir leid, ihr müsst eine bittere Pille schlucken

Für die Damen ist noch alles offen
Sie dürfen auf eine grosse Ehre hoffen
Das OL-Jahr 2025 wird chronologisch analysiert
und akribisch ermittelt, wer hat reüssiert

Anfang Februar, am Fuss von Eiger, Mönch und Jungfrau
kam es zur ganz grossen Schau
von Isabelle und Nesa, beide wohnhaft im Speicher
Sie wurden beim Ski-OL um ein, zwei Goldmedaillen reicher

Die Schweizermeisterschaft im Sprint
ist Monika Ammanns Lieblingskind
in Uzwil, ganz nah von Glatt und Thur

fand sie zweimal die richtige Spur

Hier hat sie verbracht ihre Kinderjahre

War das entscheidend? Gott bewahre!

Auch bei der Staffel lief sie ultraschnell durch die Gassen
und durfte sich zweimal als Schweizermeisterin feiern lassen

Es waren an jenem 10. Mai

noch zwei andere ganz vorne dabei

Unsere Zwillinge Jana und Nina liefen auf Platz eins und drei

Die Geschwister Sutter sind als Newcomer voll dabei

Mitte August – im Hochsommer nota bene

ging im heissen Spanien die Senioren WM in Szene

Dieser Anlass war für unsere Monika ein absolutes Muss

Gewinnst du den Sprint, ist sogar die Hitze ein Genuss

Und siehe da – Monika wurde ihrer Favoritenrolle gerecht

Sie behielt Nerven in der Hitze, obwohl der Start war schlecht

Dieser Warnschuss tat ihr gut

Nun lief sie mit Kopf, nicht in blinder Wut

Technisch sehr anspruchsvoll war der Parcours

Monika fand nun rasch die richtige Spur

Ein siegreicher Lauf – beglückend, keine Qual

Goldmedaille – sage und schreibe zum fünften Mal

Die nächste Erfolgsmeldung erfolgt Ende August

Isabelle Hellmüller hat für einen Bike-OL Lust

An der Schweizermeisterschaft hat sie brilliert

und die gesamte Konkurrenz klar distanziert

Damit bewies Loipenkönigin Isabelle

dass sie auch auf Rädern ist sehr schnell

Als mehrfache Schweizer Meisterin

ist sie bei unserer Wahl eine Favoritin

Monika, Judith und Maja sehr gerne an der TOM starten
Am 2. November reiste unser Top Team nach Bremgarten
Schon siebenmal hatten sie gewonnen in dieser Formation
Sie wissen, für einen weiteren Sieg braucht's volle Konzentration

Diesmal hat unsere Rheintalerin nicht den besten Tag
Ein blöder Fehler bei Posten 10 gab den Ausschlag
dass sie sahen die Medaillenhoffnung schwinden
Wir dürfen Maja und Judith ein Kränzchen winden

Mit ihrer starken Leistung trugen sie dazu bei,
dass sie es doch noch schafften auf Platz drei
Auf dem Kandidatenkarussell sitzen nun sieben Damen
alle sehr sportlich – von Rang und Namen

**Die Wahl zur Sportlerin des Jahres 2026 fiel auf Monika Ammann.
Herzlichen Gratulation!**



Das Objekt der Begierde: der neue Wanderpokal



Monika Ammann auf dem Weg zu MOM-Silber und zur Sportlerin des Jahres 2026

Erfolge 2025

Internationale Erfolge

Das Jahr 2025 war für die OLG St.Gallen/Appenzell auch international äusserst erfolgreich. Mehrere Vereinsmitglieder konnten sich an Weltmeisterschaften hervorragend in Szene setzen.

Isabelle Hellmüller dominierte die Senioren-Weltmeisterschaften im Ski-OL mit gleich drei Weltmeistertiteln:

- Sprint – 1. Rang
- Mitteldistanz – 1. Rang
- Langdistanz – 1. Rang

Monika Ammann gewann an der Senioren-WM den Weltmeistertitel im Sprint.

Jürg Hellmüller erreichte an der Senioren-WM im Ski-OL:

- Mitteldistanz – 2. Rang
- Langdistanz – 3. Rang

Auch der Nachwuchs überzeugte. *Nesa Schiller* belegte mit der Staffel an der Junioren-WM im Ski-OL den starken 5. Rang.



Isabelle Hellmüller ist auch auf Skis erfolgreich.



Nesa Schiller überzeugt bei der Weltpitze.

Schweizer Meisterschaften

Damen

Monika Ammann

- SPM – 1. Rang
- MOM – 2. Rang
- SSM – 1. Rang
- TOM – 3. Rang

Isabelle Hellmüller

- LOM – 3. Rang
- SOM – 3. Rang
- TOM – 2. Rang

Judith Tobler-H.

- SSM – 1. Rang
- TOM – 3. Rang

Jana Sutter

- SPM – 1. Rang

Nina Sutter

- SPM – 3. Rang

Maja Kunz

- TOM – 3. Rang

Sanna Böni

- TOM – 3. Rang

Herren

Theo Manser

- SPM – 3. Rang

Rainer Müller

- NOM – 3. Rang

Miklas Kossert

- SPM – 1. Rang

Andrin Sutter

- SPM – 2. Rang

Rolf Wüstenhagen

- SPM – 3. Rang

Ruedi Kellenberger

- SPM – 3. Rang
- MOM – 2. Rang

Mario Ammann

- SOM – 2. Rang
- SSM – 1. Rang

Jürg Hellmüller

- SSM – 1. Rang
- TOM – 3. Rang

Patrick Kunz

- TOM – 3. Rang

Thomas Walter

- TOM – 3. Rang

Schweizer Meisterschaften Ski-OL & Bike-OL

Damen

Isabelle Hellmüller

- Ski Kurzdistanz – 1. Rang
- Ski Langdistanz – 1. Rang
- Bike Sprint – 1. Rang
- Bike Langdistanz – 1. Rang

Nesa Schiller

- Ski Kurzdistanz – 2. Rang
- Ski Langdistanz – 1. Rang

Herren

Jürg Hellmüller

- Ski Kurzdistanz – 1. Rang
- Ski Langdistanz – 1. Rang
- Bike Sprint – 2. Rang
- Bike Langdistanz – 3. Rang

Jahreswertungen und Cups

Jahrespunkteliste 2025 – Top 10

- 1. Rang Theo Manser (H10)
- 3. Rang Monika Ammann (D65)
- 4. Rang Isabelle Hellmüller (D60)
- 4. Rang Stefan Brauchli (H40)
- 5. Rang Marcel Muttner (HB)
- 7. Rang Nora Weber (DAK)
- 8. Rang Judith Lehmann (D35)
- 8. Rang Ivo Benz (HB)
- 9. Rang Andrin Sutter (HAL)
- 9. Rang Ruedi Kellenberger (H80)

Ski-OL Cup 2024/2025

- 1. Rang Jürg Hellmüller (H60)
- 2. Rang Nesa Schiller (D20)
- 2. Rang Isabelle Hellmüller (D60)
- 3. Rang Eliane Deininger (DE)

Bike-OL Cup 2025

- 1. Rang Isabelle Hellmüller (D60)
- 2. Rang Jürg Hellmüller (H65)

Die Saison 2025 war für die OLG St.Gallen/Appenzell ein äusserst erfolgreiches Jahr mit internationalen Titeln, zahlreichen Schweizer Meisterschaften und vielen Podestplätzen über alle Alterskategorien hinweg.

Die breite Leistungsstärke im Verein, vom Nachwuchs bis zu den Senioren, unterstreicht einmal mehr die erfolgreiche Vereinsarbeit und die grosse Begeisterung für den Orientierungslauf in all seinen Facetten.

Herzliche Gratulation allen Läuferinnen und Läufern!



Das sehr erfolgreiche Stelldichein der OLG an der HV 2026

Clubmeisterschaft 2026

Rang	Nachname	Vorname	Nachname	Vorname	Start-zeit	Zielzeit	Zeit Brutto	Rang Brutto	Anzahl richtige Antworten	Rang Quiz	Zeit Netto	Endzeit
1	Büchler	Silvia	Rutz	Darius	14:19	14:54:43	00:35:43	2	00:17:00	7	00:18:43	00:18:43
2	Sutter	Andrin	Manser	Theo	14:27	15:06:34	00:39:34	5	00:18:00	5	00:21:34	00:21:34
3	Schum	Myrta	Walter	Raphael	14:03	14:48:32	00:45:32	10	00:21:00	1	00:24:32	00:24:32
4	Benz	Andrin	Manser	Christian	14:33	15:13:50	00:40:50	6	00:15:00	17	00:25:50	00:25:50
5	Kossert	Miklas	Zeschg	Martin	14:17	14:55:56	00:38:56	4	00:13:00	21	00:25:56	00:25:56
6	Schäpper	Esther	Sutter	Jana	13:51	14:34:40	00:43:40	8	00:15:00	17	00:28:40	00:28:40
7	Brauchli	Erich	Lehmann	Judith	14:23	15:11:42	00:48:42	16	00:20:00	2	00:28:42	00:28:42
8	Brauchli	Stefan	Unmüssig	Kerstin	14:25	15:13:21	00:48:21	13	00:19:00	3	00:29:21	00:29:21
9	Mutner	Marcel	Stamm	Jeanette	13:47	14:31:10	00:44:10	9	00:13:00	21	00:31:10	00:31:10
10	Schiller	Nesa	Wolgensing	Nick	14:05	14:53:28	00:48:28	14	00:17:00	7	00:31:28	00:31:28
11	Büchler	Toni	Knill	Peter	13:43	14:31:41	00:48:41	15	00:17:00	7	00:31:41	00:31:41
12	Huber	Michael	Bischof	Laura	14:13	15:00:03	00:47:03	11	00:15:00	17	00:32:03	00:32:03
13	Sutter	Stefanie	Schäpper	Ladina	13:55	14:44:14	00:49:14	17	00:17:00	7	00:32:14	00:32:14
14	Müller	Rainer	Sutter	Emil	14:09	15:00:29	00:51:29	19	00:17:00	7	00:34:29	00:34:29
15	Lüthi	Hansueli	Sutter	Nina	14:11	15:01:03	00:50:03	18	00:12:00	23	00:38:03	00:38:03
16	Bold	Darius	Styger	Ueli	13:59	14:55:33	00:56:33	24	00:18:00	5	00:38:33	00:38:33
17	Walter	Erwin	Streuli	Willy	13:45	14:41:32	00:56:32	23	00:17:00	7	00:39:32	00:39:32
Fehlst	Benz	Ivo	Böni	Isabel	13:53	14:45:17	00:52:17	20	00:15:00	17	00:37:17	1 fehlender Posten
Fehlst	Walter	Jonas	Wiest	Ruth	13:57	14:45:05	00:48:05	12	00:19:00	3	00:29:05	1 fehlender Posten
Fehlst	Rüegg	Sebastian	Schiller	Barbara	14:07	14:59:40	00:52:40	21	00:17:00	7	00:35:40	1 fehlender Posten
Fehlst	Rhea	Yanik	Thunert	Agnes	14:31	15:12:59	00:41:59	7	00:16:00	14	00:25:59	1 fehlender Posten
Fehlst	Tobler-Harzenmoser	Judith	Böni	Sanna	13:41	14:19:45	00:38:45	3	00:16:00	14	00:22:45	2 fehlende Posten
Fehlst	Stamm	Martin	Benz	Julian	14:29	15:02:00	00:33:00	1	00:16:00	14	00:17:00	2 fehlende Posten
AK			Furrer	Robert	13:49	14:44:25	00:55:25	22			00:55:25	ohne Quiz

*nach Rekurs

OLG St.Gallen/Appenzell: Jahresprogramm 2026 (Stand: 21.01.2026)

Datum	Veranstaltung	Karte/Ort	Typ
14.02.	HV & Clubmeisterschaft	St.Gallen Kreuzbleiche	70
01.03.	18. Stöf Memorial OL	Wildberg/Eppenberg (SG)	
08.03.	71. Weinfelder OL	Schwindisbüel (TG)	
26.03.	Appenzeller sCOOL-Cup	Appenzell (AI)	
28.03.	1. Nationaler OL (Mitteldistanz)	Utzenwyl (BE)	
29.03.	2. Nationaler OL (Langdistanz)	Forst (BE)	
06.04.	72. Amriswiler OL	Romanshornwald (TG)	
18.04.-	3. Nationaler OL (Langdistanz)	Schwamm (SG)	
19.04.	4. Nationaler OL (Sprint)	Altstätten (SG)	
25.04.	5. Nationaler OL (Mitteldistanz) Weltcup	Arcegno (TI)	
26.04.	6. Nationaler OL (Sprint) Weltcup	Locarno-Ascona (TI)	
06.05.	OL CHALLENGE	Appenzell (AI)	
08.05.	St.Galler sCOOL-Cup	Bischofszell (TG)	
09.05.	CH-Meisterschaft Sprint-Staffel (SSM)	Lausanne (VD)	
10.05.	CH-Meisterschaft Sprint (SPM)	Lausanne (VD)	
23.05.-	Pfingststafel	La Sagne (NE)	70
24.05.			
27.05.	OL CHALLENGE	Herisau (AR)	
06.06.	OLG Plausch Jassturnier	St.Gallen St.Georgen	70
24.06.	OL CHALLENGE	St.Gallen Rosenberg (SG)	
25.06.	Muntlagr Dorf-OL	Montlingen (SG)	
28.06.	Nationale OL Fünferstafel	Eigentäl (ZH)	
04.07.	Wanderung (Grillieren) vgl. 22.08.	noch offen	70
11.07.-	Swiss O Week Portes du Soleil	La Foilleuse, Chalets de Plaine Dranse, Col de Chésery, Portes du Soleil, Avoriaz, Super Châtel	
18.07.			
19.08.	ROLV-Staffel	Niederhelfenschwil	
22.08.	Wanderung (Grillieren) Versch.dat.	noch offen	70
26.08.	OL CHALLENGE	Speicher (AR)	
02.09.	OL CHALLENGE	St.Gallen Kreuzbleiche (SG)	
05.09.	7. Nationaler OL (Mitteldistanz)	Steppberg (AG)	
06.09.	CH-Meisterschaft Langdistanz (LOM)	Rheinfelderberg (AG)	
12.09.	CH-Meisterschaft Mitteldistanz (MOM)	La Côte-aux-Fées (NE)	
13.09.	CH-Meisterschaft Staffel (SOM)	La Côte-aux-Fées (NE)	
27.09.	50. Oberthurgauer OL	Tägerwilerwald (TG)	
04.10.	8. Nationaler OL (Langdistanz)	Rosswald Sörenberg (LU)	
10.10.	ARGE ALP Staffel	Varese (Lombardia)	
11.10.	ARGE ALP Einzellauf		
17.10.	CH-Meisterschaft Nacht-OL (NOM)	Eschenberg (ZH)	
24.10.	14. thurgorienta OL (ROLV-Finallauf)	Hörnliwald (TG)	
01.11.	CH-Meisterschaft Team-OL (TOM)	Stadlerberg (ZH)	
07.11.	70 Posten-OL (mit Abendessen)	Rund um und in St.Gallen	70
21.11.	70. Wiler OL (Indoor-OL)	Wil (SG)	

Legende:

	Anlass der OLG St.Gallen/Appenzell
	CH-Meisterschaft, Nationaler OL
	Organisierte Vereinsunterkunft
70	Jubiläumsanlass

	Anlass der ROLV NOS-Saison
	Internationaler Anlass
	Staffel-/Team-Anlass

Danksagung Anteilnahme

Von Maja Kunz & Familie

Liebe OLG ler:innen

Eure Anteilnahme an Vres Tod ist für uns noch immer überwältigend! Euer zahlreiches Erscheinen an der Abdankung, die vielen liebevoll geschriebenen Karten, die persönlich geschilderten Erlebnisse mit Vre und die diversen grosszügigen Spenden in ihrem Namen haben uns sehr bewegt und mit Dankbarkeit erfüllt.

Ein besonderes Dankeschön auch an Erwin. Dein persönlicher Brief

an Vre ist uns sehr nahe gegangen und hat auch bei uns viele schöne Erinnerungen geweckt.

Es ist schön zu wissen, dass Vre bei vielen von euch noch etwas weiter lebt- sei das beim Tragen ihres legendären Dresses oder Trainer, bei der Nutzung von anderen weitergegebenen Utensilien oder eben einfach in Form von schönen Erinnerungen.



Korrigenda Vereinsgründung

Von Robert Furrer

Im schischo 4/2025 schrieb ich im Beitrag zu den Jubiläumsanlässen 2026 (Seiten 15 und 16): "Am 29. Oktober 1956 wurde im damaligen Restaurant Dufour in St.Gallen (heute Restaurant Brauwerk) noch nicht die OLG St.Gallen/Appenzell als Verein gegründet. An diesem für unseren Verein denkwürdigen Tag trafen sich OL-Pioniere und gründeten die OL-Gruppe in St.Gallen. Unser Verein, wie er heute besteht, wurde Jahre später ebenfalls in St.Gallen im Restaurant Unterer Brand ins Leben gerufen."

Die Aussage zur Vereinsgründung ist nicht korrekt. Der Verein zur OLG St.Gallen (heute OLG St.Gallen/Appenzell) wurde am 18. Oktober 1976 nicht im Restaurant Unterer Brand, son-

dern im St.Galler Geschäftshaus "Merkatorium" am Standort des heutigen McDonalds, an der St.Leonhardstrasse 32, ins Leben gerufen. Ich entschuldige mich für den Fehler und bedanke mich bei Erich Brauchli für den Hinweis. Diese zusätzliche Information zeigt, dass wir dieses Jahr nicht nur den 70. Geburtstag unserer OLG feiern, sondern auch 50 Jahre Vereinsgründung.



Das Merkatorium in St.Gallen

Materiallager

Peter Knill übernimmt per sofort die Verantwortung für das Materiallager der OLG.

Von Peter Knill (peter@knill.eu)

Wie an der HV erwähnt, betreue ich ab Januar das Materiallager. Erstmal vielen Dank für euer Vertrauen!

Ich werde bestrebt sein, unsere Güter bestmöglich zu verwalten, darum möchte ich gerne nachfolgend einige Verhaltensregeln dazu bekanntgeben.

Grundsätzlich darf ohne mein Wissen sich niemand im Lager bedienen. Daher bitte ich euch, sich vorab kurz bei mir zu melden. Ich werde dann den Code zur Schlüsselbox bekanntgeben. Dieser wird in regelmässigen Abständen geändert und ist beim Vorstand und im OL-CHALLENGE OK hinterlegt.

Im Lager findet ihr zwei Listen: Ein- und Ausgänge sowie Verbrauchsmaterial/Bestellungen

(siehe nächste Seite). Sie hängen rechts von der Türe, oberhalb der Holzböcke. Für den Nachkauf von Verbrauchsmaterial, Reparaturen und Neuanschaffungen werde ich verantwortlich sein.

Da ich nicht regelmässig im Lager Kontrollen durchführe, sendet bitte eine kurze Meldung an mich, wenn etwas ansteht.

Unser Material ist nicht nur ein wertvoller Teil unseres Vermögens, sondern auch ein Teil unseres Auftritts. Daher bin ich sehr froh, wenn ich von euch Hinweise erhalte, wenn es um Optimierungen, saubere Beschriftungen und Vervollständigungen geht.

Vielen Dank für eure Unterstützung!

Im Portrait

Zur Person

Name	Yanik Schwizer
Spitzname	Schwizer / Schwizi
Jahrgang	1999
Wohnort	St.Gallen
Beruf/Schule	Schoggijob als Maschinebauingenieur (Schokoladenmaschinen)
Kategorie	HAL (Langdistanz HAM oder sogar HAK 😊)
Jüngste(r) Erfolg(e)	Einstimmig zum OLG-Präsi gewählt
Hobbys	OL, viel Natur und Motorflug/Segelflug
Lieblingssnack	Zweifel Paprika Chips



Lieber ... oder ...?

- | | |
|--|---|
| ☒ früh aufstehen | ☐ lange ausschlafen |
| ☒ Sprint | ☐ Langdistanz |
| ☐ 30 Grad im Schatten | ☒ Schneeregen |
| ☐ Sommer | ☒ Winter |
| ☒ Schokolade | ☐ Gummibären |
| ☒ Zelt | ☐ Hotel |
| ☒ Stadt OL | ☒ Wald-OL |

Fragerunde

Wie bist du zum OL gekommen?

Über den Frühlingssportkurs der Stadt SG und den anschliessenden Einsteigerkurs

Welches OL-Gelände bevorzugst du?

Alpin oder Skandinavische Wälder

Was darf für einen gelungenen OL nicht fehlen?

Spass am OL und gutes spannendes Laufgelände

Welches OL-Ereignis wirst du für immer in Erinnerung behalten und warum?

OL-Trainings in Trondheim während meines Austauschsemesters, Wunderschöne Skandinavische Landschaft mit vielen OL begeisterten Studenten

Welchen OL würdest du gerne einmal laufen?

Jukola

Wieso stellst du dich als Präsident zur Verfügung?

Ohne Präsident keine OLG 😊 was bewirkt, dass der OL-Sport in unserem Vereinsgebiet keine Weiterentwicklung erfährt

Natürlich die Freude am Vereinsleben mit Kontakt zu unseren Mitgliedern im Training und bei den OL-Läufen

Wie möchtest du die sportliche Entwicklung der OLG fördern?

Durch die Verbindung von guten Trainings und der Möglichkeit selber Trainings leiten zu können bzw. Bahnen zu legen und somit verschiedene Aspekte beim OL Hautnah mitzuerleben.

Welche Bedeutung haben Nachwuchs- und Jugendförderung für dich?

Ohne Nachwuchs stirbt ein Verein auf die Zeit aus und es ist meiner Meinung nach das wichtigste Tool, um neue Mitglieder für den Verein zu gewinnen. Durch talentierte und erfolgreiche Jugendathleten ist der Verein lokal viel sichtbarer und kann somit neugierige Kinder und Jugendliche anziehen. Diese werden durch den Frühlingssportkurs der Stadt St. Gallen und dem anschliessenden Einsteigerkurs perfekt an die OLG herangeführt.

Was macht die OLG St.Gallen/Appenzell deiner Meinung nach besonders?

Das grosse Vereinsgebiet mit Mitgliedern aus allen Regionen der Ostschweiz mit abwechslungsreichen und spannenden Laufgebieten.

Was wünschst du dir von den OLG-Mitgliedern, wenn du gewählt wirst?

Die OLGS GA lebt von ihren tatkräftig helfenden Mitgliedern, welche an vorderster Front stehen und so gemeinsam mit Hilfe des Vorstands die OLG weiterbringen.

Worauf wirst du in der Zusammenarbeit mit anderen Clubmitgliedern besonderen Wert legen?

Offene Kommunikation und den Inputs von den verschiedenen fachspezifisch top informierten Mitgliedern z.B. über die Organisation von OL-Anlässen, des Bahnlegers über die WKZ-Organisation bis hin zur Gastro und dem Rechtlichen.

Rheintaler OL-Weekend auf Kurs

Nur noch etwa fünfzigmal schlafen und dann steht das Nationale Weekend am 18./19. April vor der Tür. Laufleiter Erwin Wälter kann über viel Erfreuliches berichten.

Von Erwin Wälter

Nach monatelanger Vorbereitungszeit - unzähligen Mails - Bewilligungsverfahren bei Stadt, Kanton oder Polizei - Sponsoringanfragen - Einbezug von Samariternverein oder Feuerwehr für die Verkehrsregelungen - OK-Sitzungen - Bahnlegungsfragen - usw., kann ich mit Freude feststellen, dass wir mit der Organisation gut auf Kurs sind. Dabei kann ich auf ein engagiertes und motiviertes Kern-OK zählen, das bisher vor allem im Hintergrund hervorragende Arbeit geleistet hat, schon jetzt vielen Dank dafür. Die Ampel steht also in allen Bereichen auf grün.

Grün heisst, es wird Frühling, es kommt Bewegung in die Bude und damit sind auch alle OLG-Mitglieder gemeint. Ihr werdet

über eure konkreten Helfereinsätze direkt informiert und ich weiss schon jetzt, ihr werdet am Wochenende mit vollem Einsatz euer Bestes geben, um der OL-Schweiz ein würdiges Nationales Weekend bieten zu können. Auch dafür jetzt schon vielen Dank! Belohnt für diesen Einsatz werden wir mit verschiedenen, vereinsinternen Jubiläumsanlässen, verteilt über das ganze Jahr.

Wir können auch von aussen auf mancherlei Unterstützung zählen. So werden am Wochenende z.B. Mitglieder des TSV Montlingen, des KTV Altstätten oder der Ringerstaffel Kriessern, die sogar mit einem ehemaligen Olympia-Medaillengewinner vertreten sein wird, wertvolle Helfereinsätze leisten. Und auch die Sponsoren-

unterstützung darf sich sehen lassen. Die Migros und die St.Galler Kantonalbank sind unsere Hauptsponsoren. Die EGK-Krankenkasse, Jansen Oberriet und die Mobiliar Rheintal konnten wir als Co-Sponsoren gewinnen. Stadt und Schulgemeinde Altstätten erlassen uns sämtliche

Gebühren, übernehmen die Leistungen des Unterhaltsdiensts und des obligatorischen Verkehrsdiensts. NeoVac Oberriet, die Gemeinde Oberriet, die IG Sport St.Gallen und die Schlossgarage Oberriet unterstützen uns mit weiteren namhaften Beträgen.

Hauptsponsoren

MIGROS



**St.Galler
Kantonalbank**



Wer würde nicht gerne durch diese Gassen laufen?

So bleibt für die OLG im Voraus vor allem noch eine, aber äusserst wichtige Unterstützung, die uns die Festwirte Esther und Erich Schäpper in Erinnerung rufen:

Backe, backe, Kuchen....

Am Rheintaler Weekend möchten wir der ganzen Schweiz ein feines Kuchenbuffet anbieten. Deshalb sind wir euch sehr dankbar, wenn ihr zahlreich am 18. und/oder 19. April eure verschiedensten Kuchen

und Torten nach Altstätten in die Festwirtschaft bringt. Um die Planung zu erleichtern, bitten wir euch, die Kuchen in einem kurzen Mail an Esther anzukündigen: schapper@hotmail.com

Auf dem Bild ist nicht das Rezept, das ihr backen sollt, sondern die Bitte, dass ihr auf einem Zettel notiert, welche Zutaten im Kuchen drin sind. Es ist gesetzlich vorgeschrieben, dass wir Auskunft über den Inhalt geben können müssen. VIELEN DANK!!



Vom Wikingerinstinkt zum Hightech-Sport

Der Orientierungslauf ist heute ein moderner Ausdauersport mit präzisen Karten, elektronischer Zeitmessung und internationalen Meisterschaften. Seine Wurzeln reichen jedoch weit zurück.

Von Jonas Vogel

Die frühen Grundlagen

Die Geschichte des OLS beginnt lange bevor es den Sport selbst gab. Orientierung im Gelände war über Jahrtausende eine überlebenswichtige Fähigkeit für Händler, Entdecker und Seefahrer. Besonders in den nordischen Ländern entwickelte sich eine ausgeprägte Navigationskultur. Die Wikinger, deren Seefahrten sie bis nach Island, Grönland und Nordamerika führten, gelten bis heute als Sinnbild für aussergewöhnliche

Orientierungsfähigkeiten. Ihr Ruf als geschickte Navigatoren prägt das Bild Skandinaviens bis heute. Ein entscheidender Fortschritt für die Navigation war die Entwicklung des Kompasses. Die erste schriftliche Erwähnung eines in Europa verwendeten Kompasses stammt aus dem Jahr 1187. Damit

wurde es erstmals möglich, sich unabhängig von Landmarken zuverlässig zu orientieren – ein grundlegender Schritt für jede spätere Form der Navigation mit Karte und Richtungsvorgabe.

Über Jahrhunderte hinweg wurden Karten und Navigationsinstrumente stetig verbessert. Dennoch blieb das Navigieren lange eine Tätigkeit, die vor allem in der Seefahrt oder im militärischen Kontext Anwendung fand.

Erst im 19. Jahrhundert entstand aus diesen Fähigkeiten ein sportlicher Wettbewerb. In Skandinavien begannen militärische Einheiten damit, Orientierungsübungen im Gelände als Wettkämpfe durchzuführen. Ziel war es, sich möglichst schnell und präzise mit Karte und Kompass in unbekanntem Terrain zu bewegen.

Der erste öffentliche OL, also ein Wettkampf ausserhalb des Militärs, fand 1897 in der Nähe von Oslo statt. Organisiert vom Tjalve Sportclub, mussten die Teilnehmenden eine rund 19,5 Kilometer lange Strecke mit mehreren Kontrollpunkten absolvieren.

Der Moderne OL

Die eigentliche Geburtsstunde des modernen OLs folgte im Jahr 1918. Major Ernst Killander, Präsident der Stockholm Amateur Athletic Association, suchte nach neuen sportlichen Formen, um Jugendliche wieder stärker für Bewegung im Freien zu begeistern. Auf Grundlage seiner militärischen Erfahrung entwickelte er einen Geländelauf, bei dem die Teilnehmenden ihre Route selbst bestimmen mussten.

Dieses neue Wettkampfformat verband Ausdauer, Entscheidungsfähigkeit und Navigationskompetenz und erwies sich sofort als grosser Erfolg. Die Grundprinzipien, die Killander festlegte, prägen den OL bis heute.

Während sich der Sport zunehmend verbreitete, war seine Weiterentwicklung eng mit technischen Fortschritten verbunden. Frühere Kompassse waren gross und unhandlich und liessen sich kaum sinnvoll während des Laufens verwenden. Erst in den

1930er-Jahren entwickelten die Brüder Kjellström zusammen mit Gunner Tillander für das Unternehmen Silva einen handlichen, flüssigkeitsgedämpften Kompass mit Grundplatte.

Diese Innovation machte präzise Navigation während der Bewegung möglich – eine entscheidende Voraussetzung für OL als dynamischen Laufsport.

Internationalisierung

Mit den verbesserten technischen Möglichkeiten verbreitete sich OL rasch über Skandinavien hinaus. Bereits in den 1930er Jahren erreichte der Sport die Schweiz.

Die frühen Wettkämpfe unterschieden sich allerdings stark von heutigen Veranstaltungen. Die verwendeten Karten waren wenig detailliert, meist schwarz-weiss und häufig im Massstab 1:100'000 gehalten. Höhenunterschiede wurden nur grob dargestellt, und viele Geländeformen waren kaum erkennbar.

Erst in den 1950er-Jahren, zur Zeit der Formierung unserer OL-Gruppe, wurden speziell für den Orientierungslauf entwickelte farbige Karten eingeführt. Gleichzeitig nahm die Detailgenauigkeit deutlich zu, während die Massstäbe sukzessive kleiner wurden. Seitdem breitete sich OL weltweit aus. 1961 entstand mit der

International Orienteering Federation (IOF) der weltweite OL-Dachverband. Neben der Schweiz und den Skandinavischen Länder waren auch die Bundesrepublik Deutschland, die DDR, die Tschechoslowakei sowie Ungarn und Bulgarien Gründungsmitglieder. Mit zunehmender internationaler Zusammenarbeit entstand das Bedürfnis nach einheitlichen Regeln.

1965 einigten sich die beteiligten Länder erstmals auf internationale Standards. Bereits ein Jahr später,

1966, fand in Finnland die erste Weltmeisterschaft statt.

Gleichzeitig entwickelten sich unterschiedliche Varianten des Sports. In Grossbritannien wurde OL häufig im offenen Gelände durchgeführt, in Frankreich entstand Bike-OL, und in den USA sowie in Australien wurden mehrstündige oder sogar 24-stündige Rogaines (selbsterklärendes Akronym für Rugged Outdoor Group Activity Involving Navigation and Endurance) populär.



Ein seit je beliebter Wettbewerb: Zieleinlauf einer O-Ringen-Etappe im Jahr 1974, südlich von Hässleholm, als eine Kuh ins Ziel stürmte.

Stand Heute

In den letzten fünfzig Jahren hat OL stark von technologischen Fortschritten profitiert. Computer-

unterstützte Kartenerstellung ermöglicht heute hochpräzise Darstellungen des Geländes. Gleichzeitig hat die zunehmende

persönliche Mobilität das Interesse am Sport begünstigt.

Auch die Wettkampftechnik hat sich verändert. Elektronische Stempelsysteme mit SI-Cards erlauben eine exakte Zeitmessung sowie das sofortige Auslesen von Zwischenzeiten.

Seit vielen Jahren wird darüber diskutiert, OL oder einzelne Disziplinen wie Ski-OL ins olympische Programm aufzunehmen. Trotz jahrzehntelanger Bemühungen des IOF, ist der Sport vom Internationalen Olympischen Komitee zwar anerkannt, gehört bislang jedoch noch nicht zum

olympischen Wettkampfprogramm.

OL hat sich über Jahrhunderte hinweg entwickelt, von frühen Navigationsformen im militärischen Kontext zum organisierten Wettkampfsport und schliesslich zu einer modernen internationalen Sportart.

Heute verbindet OL Tradition und Innovation wie kaum ein anderer Sport. Und während sich Technik und Wettkampfformen weiterentwickeln, bleibt die grundlegende Faszination unverändert einfach: sich mit Karte und Kompass selbstständig im Gelände zurechtzufinden.

Quellen

- IOF (<https://orienteering.sport/iof/history-and-archives>)
- CISM Europe (<https://www.cismeurope.org/history-orienteering>)
- The Complete Orienteering Manual, Peter Palmer, 1997, ISBN 1861260954
- Orientierungssport Deutschland (<https://o-sport.de/spitzensport/uebersicht>)

Auf Weltcupturnee mit dem Ski-OL

Von der wärmenden Sonne Bulgariens in die eisige Kälte Nordschwedens

Von Eliane Deininger

Meine «einmal-durch-Europa-Tournee» begann mit einem Abstecher in den Süden. Auch wenn Batak nur ca. 40 Kilometer von der griechischen Grenze entfernt liegt, kann es auch da ganz schön kalt werden. Obwohl bei der Anreise noch Schnee auf die holprigen bulgarischen Strassen fiel, reichte dies leider nicht für Ski-OL Wettkämpfe. Daher wurden die Rennen ins Rila Gebirge verschoben. Dies bedeutete eine Stunde Autofahrt pro Weg, unter anderem durch das Laufgelände von den Ski-OL Juniorenweltmeisterschaften von 2018. Dies erlaubte auch einen Direktvergleich, wie sich die Umgebung in den letzten 8 Jahren entwickelt hat. Noch immer gibt es unfertige Gebäude, Rosskutschen als Transportmittel und streunende Hunde. Diese waren nun aber meist gechipt, dank einem Regulierungsprogramm von der EU. Mit dem Schnee erschien die Landschaft sehr hübsch, doch als

dieser im Verlauf der Woche schmolz, kam der ganze Abfall neben den Strassen wieder zum Vorschein. Es ist schon eine andere Welt, aber eine Reise dorthin ist sehr horizont-erweiternd.

Das Laufgelände ist vergleichbar mit alpinem Gelände, an welches das Schweizer Team gewohnt ist. Es gab viel Wiesenfläche, teils steile Anstiege und Abfahrten und das Spurnetz war nicht allzu dicht. Zusätzlich kam uns die Höhenlage (fast 2000 MüM) entgegen, mit welcher die Skandinavier:innen zu kämpfen hatten. Dies verhalf uns so auch zu überdurchschnittlich guten Resultaten in den drei ausgetragenen Rennen über die Sprint-, Mittel- und Langdistanz. Ein besonderes Ski-OL Erlebnis war – wie immer in Bulgarien – die Langdistanz. Nach sonnigen Tagen davor machte sich im Laufgelände der Nebel breit und der feuchte Schnee machte die Bedingungen sehr langsam. Unser Wachsteam

zauberte jedoch eine fantastische Wachskombination hin und so glitten wir an so mancher Konkurrenz in den Abfahrten vorbei. Trotzdem belief sich die Siegerinnenzeit auf über 90 Minuten. Bei den Männern gewann

Nicola Müller nach fast zwei Stunden Laufzeit als erster Schweizer einen Weltcup. Dies wussten wir gekonnt zu feiern, mit einer Pizzaparty auf dem Weg zurück ins Hotel.



Blick ins bulgarische Laufgelände



Lunch in der wärmenden Sonne in Bulgarien

Nach diesem Weltcupblock gings einmal durch ganz Europa, ins 2500 km entfernte Umea. Von Sofia über Warschau nach Stockholm transportierte mich der Flieger, bevor ich in Stockholm auf den Nachtzug umstieg. In Umea verbrachten die Deiningers tolle Familienferien. Die Eltern sind beide mit dem Zug angereist, was das eine oder andere OLG-Mitglied auf deren Whatsapstatus mitverfolgen konnte.

Nach einer Woche gings dann schon wieder weiter in den Norden, nach vier Stunden Bus

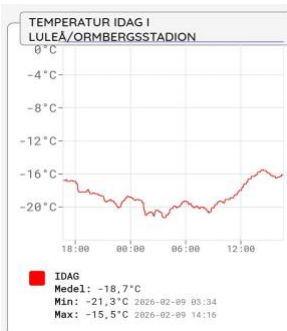
erreichte ich Lulea, der nächste Austragungsort des Weltcups, zusammen mit der Junioren-WM und Jugend-EM. Dort traf sich das ganze Team wieder. Nesa reiste von Äkäslompolo an, wo die Schillers ebenfalls ihre Familienferien verbrachten.

Während der Wettkampfwoche stellte sich heraus, dass Nesa wohl von der optimalen Akklimatisation im finnischen Lappland profitieren konnte. Für sie waren die Temperaturen in Lulea nun wärmer, statt -30°C nur noch -20°C . Diese eisige Kälte stellte

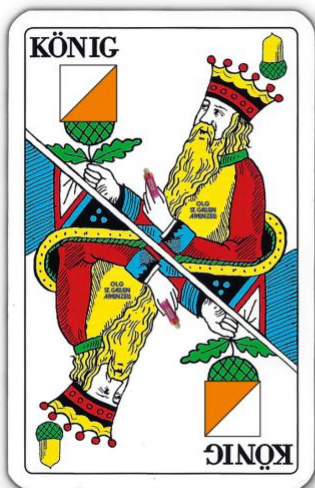
für uns eine grosse Herausforderung dar, vor welcher man sich angemessen schützen musste. Mit Fausthandschuhen und Überzugschuhen wurde gelaufen, im Gesicht wurden möglichst alle freien Flächen mit Tape abgedeckt, um keine nackte Haut auszusetzen und die Sonnenbrille schützte nun nicht mehr nur von der Sonne. Lief man ohne Brille, riskierte man, dass das Augenwasser einfrohr und man nicht mehr scharf sehen konnte, was beim Kartenlesen sehr hinderlich war. Im Verlaufe der Woche wurde es immer kälter und so fand der letzte Wettkampf, die Langdistanz, bei grenzwertigen Bedingungen statt. Bei internationalen Rennen darf ein Rennen nicht mehr durchgeführt

werden, wenn die Temperatur durchschnittlich über das Laufgelände unter -20°C liegt. Die gemessene Temperaturkurve im Stadion (siehe Bild) sagt schon vieles aus.

Die Heimreise traten wir dann glücklicherweise noch mit allen Zehen und Fingern an. Nesa und ich verzichteten dabei auf den Flieger, dafür kamen wir in den Genuss von verschneiten Wäldern, kulinarischen Höhenflügen in so manchen Bahnhöfen Europas und einer vierstündigen Verspätung des Nachtzugs von Stockholm nach Hamburg. Wir kehren wiederum mit vielen schönen Erinnerungen und Eindrücken heim, welche man so wohl nur im Ski-OL erleben kann.



Jassturnier 2026



OLG Jubiläum

JASSTURNIER

Am **Samstag 6. Juni 2026**

ab ca. 13 Uhr findet in St.Gallen/
St.Georgen unser ultimates Jass-
turnier statt.

Alle, die gerne jassen und sich an
einem für die OLG massgeschnei-
derten Turnier messen möchten,
sind herzlich eingeladen. Weitere
Details (Weisungen) erhält ihr
nach eurer [Anmeldung](#)
bis Ende April.

Wir freuen uns auf euch!
Sebastian & Peter



Peter Knill rührte die Werbetrommel an HV 2026 mit viel Enthusiasmus.

Pfingststaffel

♥-liche Einladung zum OLG-Jubiläumsanlass



Sei dabei, wenn du ...

... gerne OL im Neuenburger Jura erleben möchtest.

... gerne den Abend am Lagerfeuer verbringst.

... die Einfachheit in der Natur schätzt: Übernachtung im Zelt in einer Waldlichtung (im Freiluft WKZ), Kochen auf dem Gaskocher oder über dem Lagerfeuer

Wann: Sa.-Mo. 23.-25. Mai 2026

Infos zur Pfingststaffel:

<https://www.anco-ne.ch/relais-de-pentecote-2026/>

Dass alle einen Platz in einem Zelt erhalten, für die Staffelkoordination, sowie für Speis & Trank wird durch die OLG gesorgt (Startgeldübernahme durch die OLG, die Verpflegung wird nach dem Anlass abgerechnet).

Kontakt für Fragen: rueegg.sebastian@bluewin.ch

Anmeldung bis 27.04.2026 via QR-Code oder [OLG SGA Anmeldung Pfista 2026 – Fill out form](#)



OL-Einsteigerkurs

April - Juni 2026

Für alle, die Lust haben

- ✓ sich mit einer Karte in fremder Umgebung sicher zurecht zu finden
- ✓ mit der ganzen Familie oder zusammen mit Freunden Sport zu betreiben
- ✓ und dabei Spass haben möchten

organisiert die OL-Gruppe St.Gallen/Appenzel einen OL-Einsteigerkurs.

Wir laden alle Interessenten jeden Alters ein, Bekanntschaft mit dem Orientierungslauf zu machen. Erfahrene LeiterInnen führen in die Geheimnisse dieser faszinierenden Sportart ein. Dazu gehören abwechslungsreiche Übungen und auch kleine Wettkämpfe im Wald und in städtischen Quartieren.

Zeit/Ort: jeweils Mittwochabend, 18:00 – ca. 19:30

22.04.2025	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
29.04.2025	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
06.05.2025	OL Challenge Appenzel , www.olchallenge.ch
13.05.2025	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
20.05.2025	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
27.05.2025	OL Challenge Herisau , www.olchallenge.ch
03.06.2025	Vitaparcours Hätterenwald, 9010 St. Gallen
10.06.2025	Peter und Paul, Kirchlistrasse 99, 9010 Wettkampf mit der OLG anschliessend Grillplausch

Ausrüstung: Schuhe mit gutem Profil; lange Beinkleider

Kosten: Fr. 20.- Kinder und Jugendliche
Fr. 30.- Erwachsene
Fr. 45.- Familien

Auskunft / Anmeldung: Yanik Schwizer, yanik.schwizer@bluewin.ch, 079/645 52 22

Nationales OL-Weekend Tessin 25. – 26. April 2026



PROGRAMM

Samstag, 25. April: 5. Nationaler OL (Mitteldistanz), Arcegno
Sonntag, 26. April: 6. Nationaler OL (Sprint), Locarno-Ascona

UNTERKUNFT

Wo: Casa Moscia, Via Moscia 89, 6612 Ascona (direkt am See)
Wie: 4x Sechsbettzimmer, 1x Vierbettzimmer (je mit Dusche/WC)
3x Panoramazimmer für 2/3/4 Personen (je mit Dusche/WC/Balkon)
Kosten: ca. CHF 53.—für OLG Mitglieder im 6-er/4-er-Zimmer
ca. CHF 33.—für OLG Jugend bis D/H20
ca. CHF 120.--/90.--/75.—für OLG Mitglieder im Panoramazimmer
(alle Preise inkl. Halbpension)
Anmeldung: via Helferliste oder per E-Mail an weekend@olgsga.ch
Allfällige Wünsche betreffend Zimmerkategorie bitte per E-Mail.

ANMELDESCHLUSS IST DER SONNTAG, 15. MÄRZ 2026

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Datum des Eingangs berücksichtigt.
Für die Anmeldungen an die Wettkämpfe sind alle Teilnehmenden selbst verantwortlich.

Nationales OL-Weekend La Côte-aux-Fées 12. – 13. September 2026



PROGRAMM

Samstag, 12. September: Schweizer Meisterschaft Mitteldistanz (MOM)
Sonntag, 13. September: Schweizer Meisterschaft Staffel (SOM)

<https://mom-som-2026.ch/>

UNTERKUNFT

Wo: Auberge des Fées, Place de l'Abbaye 2, 2115 Buttet
Wie: 1 x 22 Betten, 1 x 16 Betten (Massenlager, inkl. Bettwäsche)
Kosten: ca. CHF 70.-- für OLG Mitglieder, ca. CHF 50.-- für OLG Jugend bis D/H20 (inkl. Abendessen und Frühstück)
Anmeldung: via Helferliste oder per E-Mail an weekend@olgsga.ch

ANMELDESCHLUSS IST DER SONNTAG, 5. JULI 2026

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Datum des Eingangs berücksichtigt.
Für die Anmeldungen an die Wettkämpfe sind alle Teilnehmenden selbst verantwortlich.

Das ROLV-Lager benötigt deine Unterstützung!



**Hilfst du mit, dass Kinder & Jugendliche
einzigartige Camp-Erlebnisse machen
dürfen? Dafür brauchen wir Vereinsbons!**

Jetzt mehr über
uns erfahren und
Vereinsbons
spenden



MIGROS

macht meh für d'Schwiiz



SCOOOL-Cup 2026 St. Gallen & Thurgau

Freitag, 8. Mai 2026
in Bischofszell, Sporthalle Bruggwiesen
Kantonaler Schulsport-Orientierungslauf
Qualifikation für den Schweizerischen Schulsporttag

Für die Semesterplanung – als Höhepunkt im Schuljahr 2026 für das im Lehrplan verankerte Ziel
«sich orientieren-Kartenlesen» zum Teamevent mit der ganzen Klasse.

Anmeldung ab Januar 2026 unter www.olregionwil.ch > SG/TG sCOOL-Cup

Sichere dir deinen Wunschzeitlot am 8. Mai!

Auskunft: Nathalie Berlinger, natberlinger@bluemail.ch

Sponsoren

Swiss Orienteering



Beisheim Stiftung



Trainingsprogramm

Datum	Ort, Treffpunkt
Mi, 4. März	Hallentraining, Turnhalle Gerhardstrasse
Mi, 11. März	18:15-18:45 Lauftraining;
Mi, 16. März	18:45-20:15 Kraft / Ausdauer/ OL Formen in der Halle
Mi, 25. März	LETZTES TRAINING MIT GARDEROBE IN DIESER TURNHALLE! Wir werden eine neue Turnhalle zugewiesen bekommen.
Mi, 01. April	OLG-TRAINING FÄLLT MANGELS TURNHALLE AUS
03.-19. April	Frühlingsferien
Startzeiten für die Kartentrainings zwischen Frühlings- und Sommerferien zwischen 18.00 und 19.00. Ausnahme: 10. Juni	
Mi, 22. April	Wald-Kartentraining Eggen Süd Treffpunkt: vor Turnhalle Gerhardtstrasse (Garderoberaum steht NICHT zur Verfügung)
Mi, 29. April	Sprint-Kartentraining Riethüsli Treffpunkt: vor Turnhalle Gerhardtstrasse (Garderoberaum steht NICHT zur Verfügung)
Mi, 6. Mai	OL CHALLENGE Appenzell
Mi, 13. Mai	Wald-Kartentraining Menzlen Treffpunkt: vor Turnhalle Gerhardtstrasse (Garderoberaum steht NICHT zur Verfügung)
Mi, 20. Mai	Wald-Kartentraining Tal der Demut Treffpunkt: vor Turnhalle Gerhardtstrasse (Garderoberaum steht NICHT zur Verfügung)
Mi, 27. Mai	OL CHALLENGE Herisau

Anlaufstelle für Fragen

Patrick Kunz, Technischer Leiter a. i.

patmatkunz@gmail.com