



# news

Nr. 17 | 3. November 2015



Team Glarnerland,  
Kantonal-Fussballverband

## Für ein starkes Glarnerland.

Wir unterstützen  
Sie als Sponsor.



**Glarner  
Kantonalbank**

Gemeinsam wachsen.

# INHALT

- 3 Unser Vorstand
- 4 Trainingslager in Massa Vecchia
- 6 24h Rennen in Davos 20.Juni
- 8 Kerenzerberg Klassiker
- 9 Tour Fridolin
- 10 Chlötziplarcour
- 12 Obersee Rennen
- 14 Abenteuer Schönau
- 15 10. Engadiner Radmarathon vom 12.7.2015
- 16 RBT Bikelager in Obersaxen
- 19 Alpen Challenge 16.08.2015
- 20 kids bike lager 2016 - komme mit
- 21 Toscana Bike Genuss 2016 - komme mit
- 22 Walenseetour
- 23 Hochzeit Stefan & Melanie Wirz
- 24 14. Nationalpark-Bikemarathon 29.08.2015
- 26 19. Iron Bike Race in Einsiedeln
- 28 Kings Tour Gumen
- 30 Saatenrennen
- 32 Sagenhafte Herbstwanderung
- 34 Tour à deux: Pischä
- 35 ABSA Cape Epic 2016
- 36 Ausschreibung Genuss Toscana 2016
- 37 Impressum
- 38 Wir danken folgenden Firmen für die grosszügige Unterstützung

## UNSER VORSTAND

### **Präsident**

Martin Zopfi, Rufistrasse 21,8762 Schwanden  
078 739 4949, martin.zopfi@hotmail.com

### **Aktuarin**

Andrea Walt, Bündt 7, 8772 Nidfurn  
079 233 8333, awalt@bluewin.ch

### **Finanzen**

Marcel Villiger, Landstrasse 72, 8754 Netstal  
055 640 2067, brotmacher@bluewin.ch

### **J&S-Coach, Breitensport**

Ueli Steinmann, In der Oele 4, 8867 Niederurnen  
079 390 8763, ueli\_steinmann@hotmail.com

### **Bekleidungswesen, Materialwesen**

Heidi Elmer, Linth-Escherstrasse 35  
8867 Niederurnen  
055 610 2126, bruno.elmer@hotmail.com

### **Internet, Unterhalt, Homepage**

Ueli Rhyner, Gerbiweg 3, 8867 Niederurnen  
SMS-Service:079 586 9667,u.rhyner@bluewin.ch

### **Koordination Jugend**

Cornelia Jud-Elmer, Linth-Escherstrasse 37  
8867 Niederurnen  
079 781 23 62, cornelia-92@hotmail.com

### **Rennsport, Homepage**

Frederik Jud, Linth-Escher-Strasse 37  
8867 Niederurnen  
078 630 2826, frederikjud@hotmail.com

### **J&S-Coach, Breitensport**

Samuel Schindler, Hauptstrasse 25  
8777 Diesbach  
079 628 1316, 055 643 1115,  
sschindler@gmx.ch



## TRAININGSLAGER IN MASSA VECCHIA

In Massa Vecchia regnete es in Strömen, als die RBTler am Ostersonntag aus dem Glarnerland anreisten. Massa Vecchia, bei Massa Marittima in der südlichen Toskana, empfing uns also eher unfreundlich. Freundlich empfangen hat uns dann jedoch das Team um Ernesto – schweizerische Gastfreundschaft mit italienischem Charme. Und diese Gastfreundschaft hat uns dann die ganze Woche begleitet.

Am Sonntag ging's auf erste Erkundungstouren, warm eingepackt, dem kalten Wind trotzend. Die ausgezeichneten Kochkünste der Helfer, Velomechaniker und Tourenguides liessen den Abend gemütlich ausklingen. Man freute sich auf den angekündigten Sonnenschein zu Wochenbeginn. Und tatsächlich, bei wunderbarem Frühlingwetter kam jeder Teilnehmer auf seine Rechnung. Mit jedem Tag wurden die Kleider weniger, die man anziehen oder mitnehmen musste. Ob mit Rennrad, Bike oder E-Bike – die Gegend um Massa Vecchia hielt für alle etwas bereit. Einige schlossen sich den geführten Bike-Touren an und entdeckten so unzählige Trails in den Wäldern und sogar auf der Insel Elba. Andere erkundeten die Gegend auf eigene Faust. Die Rennrad-Gruppen hatten Ende der Woche Hunderte Kilometer auf ihren Zählern. Der hoteleigene Pump Track bildete das Tüpfelchen auf dem i.

Gemütliches Beisammensein, Bike- und Radsport in ihrer schönsten Form und feinste italienische Küche. Massa Vecchia - wir kommen wieder!





**SONBLU AG**

Gartenbau Naturwerkstatt

**linth sitz**

sauber.  
transparent.  
zeitgemäss.

# 24H RENNEN IN DAVOS 20.JUNI

Teamname: Federi Racers

Fahrer: Marco Mächler, RBT Glarner Energie; Lukas Düring, Towersports VC Eschenbach

09.00 Uhr Abfahrt in Schänis

10.30 Eintreffen in Davos Sertig. Zuerst kurzes Aufstellen, dann Pasta essen

Ab 12.00 Rennvorbereitung, Streckenbesichtigung, anziehen und einfahren

14.05 Rennstart: Lukas startet. Zuerst je eine Runde, dann war vereinbart, je 2 Runden zu fahren

Bei der ersten Ablösung kam Lukas zu spät, somit musste ich drei Runden fahren. Zu allem Elend fuhr ich in der dritten Runde einen Platten ein und musste ca. 300m ins Ziel laufen. Durch diese „Zusatz“-Runde fiel ich in ein ziemliches Loch (zu wenig gegessen und getrunken), da die Planung anders war. Anschliessend fuhr Lukas zwei, ich eine und Lukas nochmals zwei Runden. Somit war der Rhythmus wieder hergestellt und ich konnte mich ein bisschen erholen. Zum Ende hin lief es mir wieder gut und ich konnte mein Tempo halten. Auch bei den Aufstiegen hatte ich noch genügend Kraft. Leider hatte Lukas gegen Ende des Rennens mit Krämpfen zu kämpfen, fuhr jedoch sehr konstant und technisch sauber. Am Schluss wussten wir, dass wir 4min Vorsprung auf die 3. Platzierten hatten. Wir schmiedeten einen Plan und somit fuhr Lukas die letzte Runde etwas langsamer, um nicht nochmals eine Runde fahren zu müssen, denn das 1. Team war sowieso unerreichbar.

Die Strecke war erstaunlich gut. Der Singletrail war teilweise etwas glitschig und ein Teil der Strecke war völlig matsch. Mit der nötigen Technik war jedoch alles fahrbar.

Wir sind stolz, dass wir den Vorsprung über das ganze Rennen halten und uns somit den 2. Rang sichern konnten.

[info@oelhauser.ch](mailto:info@oelhauser.ch)

# Oel-Hauser

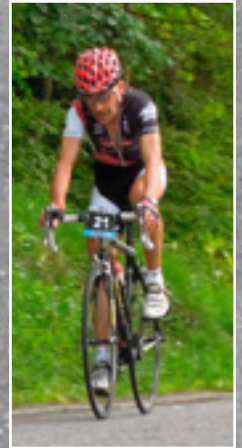
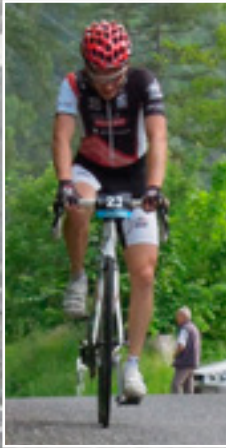
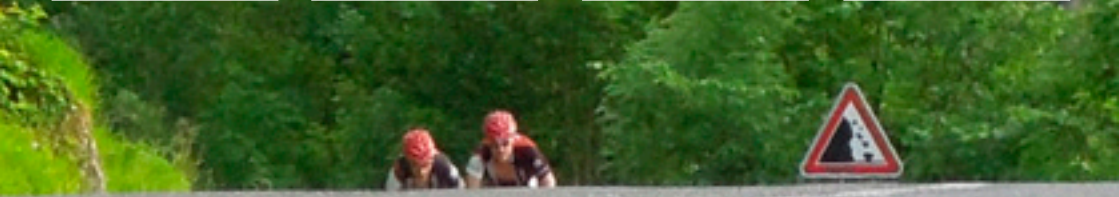
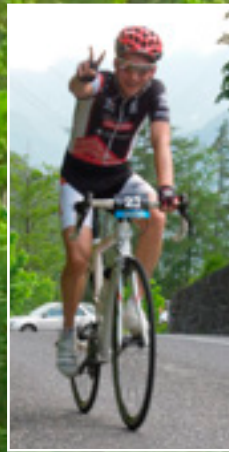
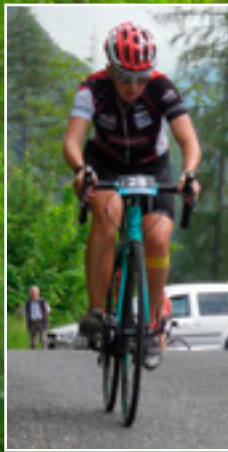
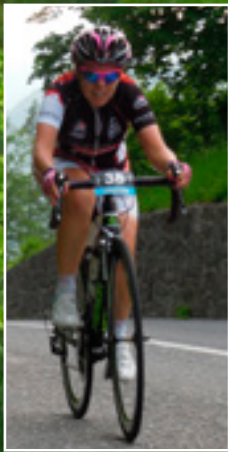
Ihr Lieferant im Glarnerland  
für Heizöl, Diesel und Benzin



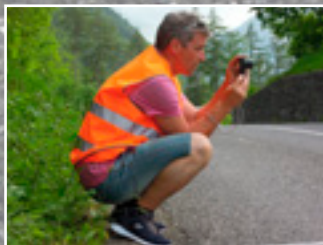
**Wir beraten Sie gerne,  
rufen Sie uns an:**

**055/ 640 16 66**

[www.oelhauser.ch](http://www.oelhauser.ch) - [www.oillink.ch](http://www.oillink.ch)



# KERENZERBERG KLASSIKER







## TOUR FRIDOLIN

Die Tour Fridolin rollte bereits zum 6. Mal durch den Kanton!

Am 21. Juni 2015 trafen sich am frühen Morgen vermummte Gestalten im Gemeindezentrum Schwanden. Langsam schälten sie sich aus den Regenklamotten und hervor kamen – oh Wunder – bekannte Gesichter. Der harte Kern ist der Tour Fridolin auch bei misslichen Wetterverhältnissen treu geblieben. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön.

Und dann ging es los. Der Tross rollte auf den Kerenzberg und nach Bilten und machte die alljährliche Rast in der lintharena sgu. Nach dem saftigen Abstecher ins Richisau hatten alle ihr Mittagessen in Schwanden redlich verdient. Der Männerchor Hätzingen Luchsingen hatte wieder feine Spaghetti zur Stärkung gekocht.

Es war keinem zu verdenken, der an diesem Punkt die Tour abbrach und die trockenen Kleider vorzog. Eine Gruppe machte sich nach dem Essen dennoch auf nach Linthal. Den Urnerboden liessen die hartgesottene Kerte für einmal links liegen. Und bald kamen denn alle ins Ziel und waren heilfroh, gesund und wohlbehalten zurück zu sein. Allen Teilnehmern und Guides sei an dieser Stelle ein grosses Lob ausgesprochen.

Inzwischen tat sich in Schwanden vor dem Gemeindehaus einiges. Eine Schar ausgelassener, junger Biker und Bikerinnen tummelten sich auf dem roten Platz. Ein Kantonspolizist stand mitten drin und Frederik weibelte mit Stift und Block umher. Ein Zelt des RBT stand am Rand und es wurden fleissig Kleider gehandelt. Der Chlötzliparcours fand in diesem Jahr zeitgleich mit der Tour Fridolin statt. Die Eltern, Grosse Eltern, Gottis und Göttis verköstigten sich in der Beiz beim Männerchor und die jungen Wilden versuchten sich im Parcours. Als dann der Wettkampf losging stand jeder auf seinem Posten. Es wurde um jeden Punkt und jede Sekunde gefightet. Der Polizist staunte ob der Geschicklichkeit der Kinder. Und wie immer beim RBT: Kein Kind ging am Ende leer aus. Alle durften sie einen kleinen Preis in Empfang nehmen. Linus Künzle und Nik Bürge durften gar stolz das Leadertrikot des Kids Bike Cup 2015 überziehen.



# CHLÖTZLIPARCOUR

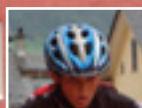
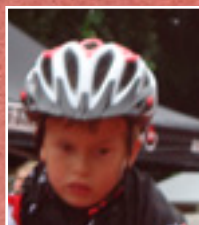
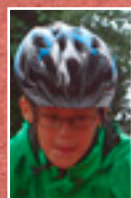
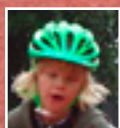
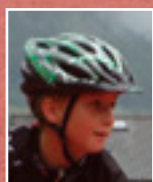


Rang	Name	Jahrgang	Ort	Strafpunkte	Zeit
1	Linus Künzli	2003	Schwändi	1	00:00:51.53
2	Abilash Sri Ramanakum	2003	Schwanden	4	00:01:02:75
3	Noah Blumer	2003	Schwanden	4	00:01:16:31
4	Julian Speich	2003	Schwanden	8	00:00:56.33

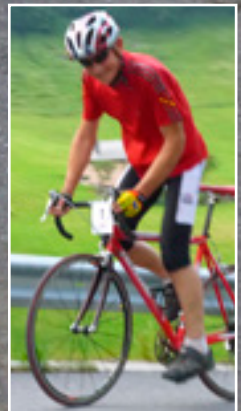
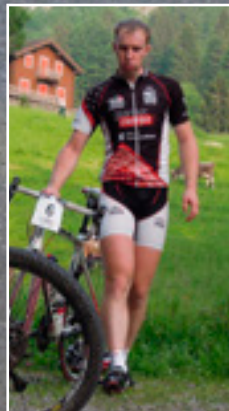
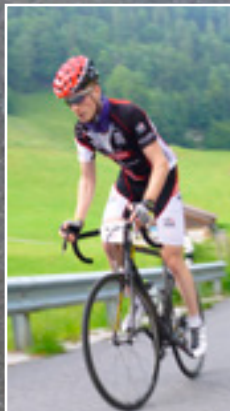
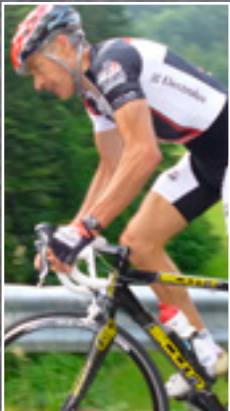
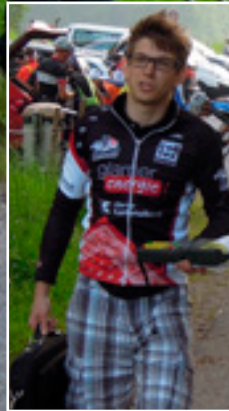
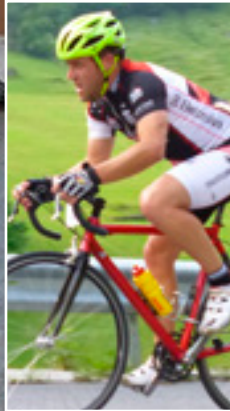
Kategorie: **U13: 2004-2009**

Rang	Name	Jahrgang	Ort	Strafpunkte	Zeit
1	Nik Bürgi	2005	Glarus	1	00:00:58.54
2	Janis Disch	2004	Schwändi	3	00:01:05:94
3	Mirco Tinner	2007	Luchsingen	4	00:02:03:91
4	Marco Schnyder	2005	Netstal	5	00:01:10:49
5	Fabian Tinner	2006	Luchsingen	8	00:01:14:56
6	Frederik Golling	2004	Näfels	9	00:01:05:36
7	Noah Zweifel	2007	Schwanden	13	00:01:48:65
8	Ronny Schnyder	2007	Netstal	14	00:01:09:53
9	Meret Künzle	2006	Schwändi	17	00:01:11:85
10	Leoni Tinner	2009	Luchsingen	27	00:01:25:19

Mitglieder RBT-Glarner Energie



# OBERSEE RENNEN





**bikestopstation**

bike · board · ski · telemark  
ennenda · gl stations.ch

# Sportartikel Börse

Clubrelevante Sportartikel  
zu kaufen oder verkaufen?

Siehe [www.rbt.gl](http://www.rbt.gl)

Für zu verkaufende Artikel vollständiges Inserat an unseren  
Medienchef Ueli Rhyner, [u.rhyner@bluewin.ch](mailto:u.rhyner@bluewin.ch)

# ABENTEUER SCHÖNAU

Das Projekt startete wie gewohnt am Samstagmorgen in Schwanden. Sieben Nachwuchsbiker trafen sich topmotiviert. Nachdem Ueli Steinmann und ich eingetroffen waren, ging es los in Richtung Kies. Etappenziel war der auf über 1000 m.ü.M gelegene Aussichtsturm oberhalb Schwanden.

Das schöne Wetter zog nicht nur uns in die Höhe, viel Verkehr war angesagt auf der Strasse. So bogen wir bald auf die Waldstrasse zum Aussichtsturm. Dem Höhepunkt für die meisten Jungbiker.

Nach einer kurzen Pause im Aussichtsturm trennten sich unsere Wege. Während der Grossteil der Truppe mit Ueli via Tannenbergrück zum Ausgangspunkt nach Schwanden bikte, zog es mich zusammen mit Linus Künzle und Janis Disch auf eine grössere Samstagstour. Unser Ziel, die auf 1812m.ü.M. gelegene Schönau ist noch in weiter Ferne.

Bis nach Aueren ging's zügig vorwärts. Der anstrengendere Teil stand nun bevor, der Aufstieg zur Ratzmatt. Die steile Waldstrasse ist auch für versiertere Biker ein regelrechter Kraftakt.

Zum Glück war ein Seil im Rucksack, dieses half schon unserem jüngsten Teilnehmer Jamie zum Aussichtsturm.

Leider reichte meine Kraft abwechslungsweise nur um jeweils einen bei der steilen Hochfahrt zu unterstützen und am Seil nachzuziehen. Die Kraftreserven liessen bei allen zusehends nach, die Schönau war jedoch noch eine Weile entfernt. Nach einer Stärkungspause konnte ab der Ratzmatt nur noch teilweise gefahren werden. Über 1300 Höhenmeter weg vom Ausgangspunkt erreichten wir am Nachmittag um circa drei Uhr die Schönau. Eine Riesenleistung für Linus und Janis. Die Erleichterung endlich oben zu sein war gross, der anstrengende Aufstieg war sprichwörtlich in die Augen geschrieben. Oben angelangt konnte nun ausgeruht und eine wunderbare Aussicht geniessen werden.

Nun ging's zum spannenderen Teil der Tour, die hart erkämpften Höhenmeter wieder zu vernichten. Die Abfahrtsroute führte uns gänzlich auf interessanten Wanderwegen nach Diesbach. Der Einstieg bis zum Stellibodenhaus forderte noch ein wenig an Schiebearbeit. Links vom Diesbach ging's anspruchsvoll aber fahrbar weiter. Eine Abfahrt, welche die geleisteten Strapazen wieder vergessen liess. Zahlreiche kleinere Pausen waren jedoch nötig um die Hände von der vielen Bremsarbeit zu lockern.

Auf dieser Abfahrt stellten Janis und Linus ihre Fahrgeschicklichkeit hervorragend unter Beweis. Herzliche Gratulation den beiden.



# 10. ENGADINER RADMARATHON VOM 12.7.2015

Grosse Strecke 211km, 3827Hm,  
Kleine Strecke 97km, 1325Hm

Heuer war der 10. Engadiner Radmarathon, welcher zu einem Jubiläumsrennen führte. Der Speaker selber sagte dies bei der Begrüssungsanrede und auch der Gemeindepräsident liess es sich nicht nehmen, noch ein paar Worte zu den Fahrer/-innen zu sprechen. Man durfte gespannt sein, wer als erster ins Ziel fährt. So waren wiederum ein paar grosse Namen am Start.

Unser Verein war durch Matthias und Martin Rhyner vertreten. Die Wetterprognosen trafen voll zu: schönstes und heisses Wetter. So wussten die Athleten, dass es hart werden würde. Die Strecke führte vom Startgelände in Zernez über den Ofenpass, Livigno, Berninapass, Zernez; hier endete die kleine Strecke von 97km und 1325 Hm. Jene Fahrer, die die grosse Strecke von 211 km und über 3827 Hm absolvierten, mussten nun von Zernez aus weiter über den Flüelapass, Alvaneu, Albula, La Punt und ins Ziel nach Zernez fahren.

Auf dem Bernina kamen Matthias und Martin mit einer guten Zeit an und fuhren im Feld weiter nach Pontresina und Zernez, wo für Matthias das Rennen mit einer guten Leistung zu Ende ging. Er belegte in seiner Kategorie den 56. Rang und Overall den 99.

Martin, der sich auf der grossen Strecke befand, musste nun auf den Flüelapass fahren. Dort gab es einen Verpflegungsposten, bei welchem die Fahrer zusätzlich mit Gel und Riegel versorgt wurden, bevor es runter nach Davos, Alvaneu, auf den Albulapass und runter nach La Punt und mit dem letzten Spurt bis ins Ziel nach Zernez ging.

Martin erreichte das Ziel mit einer super Leistung auf dem 23. Rang in seiner Kat. und Overall 169. Wir gratulieren herzlich zu diesem tollen Erfolg und der guten Leistung.



# RBT BIKELAGER IN OBERSAXEN

Das RAD.BIKE.TEAM. GLARNER ENERGIE hat Anfang August eine Lagerwoche in Obersaxen angeboten. 13 begeisterte Mädchen und Jungs sind dem Angebot gefolgt und reisten am 2. August erwartungsvoll und voller Tatendrang ins Bündnerland.

Die Kinder wurden für die Touren jeweils in verschiedene Stärkeklassen eingeteilt. So hatte jeder Teilnehmer seinen Spass und wurde entsprechend gefördert. Nebst Geschicklichkeit und schönen Singletrails gehörten auch ein paar saftige Anstiege zum Programm. Der nahe gelegene See liess die Anstrengung und die Hitze jeweils schnell wieder vergessen.

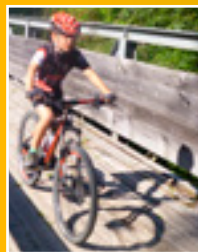
Mitte der Woche sah man die Schar auch mal zu Fuss unterwegs. Auf einer Wanderung erkundeten die Kinder mit ihren Begleitern einen neuen Teil der Gegend. Der Speichersee sorgte für eine willkommene Abkühlung und beim Pizza-Plausch am Abend wurden die Energiereserven wieder aufgefüllt.


Feine Kost, Spiel, Spass und ein ideales Lagerhaus rundeten die durchaus gelungene Lagerwoche ab. Für das Tüpfelchen auf dem „i“ sorgte Carlo Janka, den die Lagerteilnehmer in seinem Heimatort antrafen.

Die Glarner und Maseltranger Kinder reisten am 8. August wohlbehalten mit vielen Eindrücken und strammen Wädli wieder heimwärts. Das ausführliche Tagebuch mit Fotos kann auf [www.rbt.gl](http://www.rbt.gl) nachgelesen werden.

Lust auf's Biken bekommen? Alle Infos auf der Homepage oder bei Cornelia Jud unter 079 781 23 62.







**«Endlich eine eigene  
Wohnung. Das heisst  
aber auch eine eigene  
Versicherung.»**

Luca Hochuli, Filzbach



Endlich ist die Alpen-Challenge wieder zurück und Marcel Villiger, Björn Dehmke, Ueli Eugster sowie Martin Rhyner ( R.B.T. Glarner Energie) haben sich voller Motivation und Vorfreude für die Alpen-Challenge angemeldet.

Am Samstagnachmittag 15.08. reisten wir nach Lantsch/Lenz zur Startnummernausgabe. Nachdem die Fahrer ihre Nummern abgeholt hatten, machten wir uns auf den Weg nach Churwalden, wo Marcel für uns Zimmer reserviert hatte. Bei einem „feinen Znacht“ wurden noch die letzten Vorbereitungen sowie die Abfahrtszeit besprochen. Punkt 05.00 Uhr klingelte der Wecker. Nach einem nicht so guten Frühstück (1 Mini-Sandwich, ein Apfel und ein Mineralwasser...) für Velofahrer, begaben wir uns zum Start, der um 06.30 Uhr erfolgte. Leider bei Regen, was die Fahrer ziemlich nervte. Björn und Marcel gingen auf die kleine Strecke 115km und 2700 Höhenmeter, von Lantsch / Lenz auf den Albula, Julier und Lantsch / Lenz zurück.

Leider musste Marcel schon auf dem Albula aufgeben, da ihn die Kräfte nach einer dreiwöchigen Verletzungspause schon früh verliessen. So kehrte er wieder auf dem gleichen Weg zurück ins Zielgelände und wartete auf Björn.

Björn absolvierte die ganze kleine Strecke von 115 km. Den Albula konnte Björn ohne Schwierigkeiten fahren. Nach der Abfahrt auf der Ebene bis nach Silvaplana konnte sich Björn einer guten Gruppe anschliessen. Kurz vor dem Julier bekam Björn dann fast einen Hungerast und war glücklich, dass kurz nach dem Julier die Verpflegung war. Danach ging es, wieder in einer guten Gruppe, rasant runter bis nach Savognin. Hier wartete noch ein kurzer, aber knackiger Anstieg nach Salouf. Nach der rasanten Abfahrt von Salouf nach Tiefencastel ging es zum Schlussanstieg, bei welchem sich die schwindenden Kräfte bemerkbar machten. Mit viel Biss kämpfte sich Björn ins Ziel, wo er glücklich ankam.

Ueli und Martin absolvierten die lange Strecke von 192km und 3820 Höhenmeter. Für Ueli verlief der Start bis zum Albula gut und er konnte sich nach einer rasanten Abfahrt einer schnellen

Gruppe Richtung Maloja anschliessen. Beim Splügenpass fühlte sich Ueli nicht mehr so fit und er dachte, wie er wohl den Rest noch schaffen würde. Nach einer kleinen Verpflegung durch Ursula (Betreuerin) nahm er die rasante Abfahrt hinunter bis nach Thusis unter die Räder, wo er sich ein bisschen erholen konnte, trotz eines „lästigen Windschattenfahrers“. Von Tiefencastel bis ins Ziel hatte Ueli aber trotzdem zu beissen. Dank den Zurufen seiner Teamkollegen und Betreuerinnen kam er mit einem super Spurt im Ziel an.

Auch Martin startete wie alle bei Regen bis zum Albula. Nach einer kurzen Zwischenverpflegung ging es rasant hinunter bis nach La Punt und weiter nach Silvaplana und Maloja. Von Maloja hinunter bis Chiavenna war die Strecke nass und glitschig, dadurch gab es mehrere Stürze. Nun folgte der lange Aufstieg von über 1800 Höhenmetern bis auf den Splügenpass. Dabei galt es, die Kräfte gut einzuteilen. Nach einem kurzen Verpflegungs-Halt ging es vom Splügenpass über eine kurze kurvenreiche Abfahrt bis nach Thusis hinunter. Nun kam der letzte Anstieg bis zum Ziel in Lantsch / Lenz. Martin merkte, dass seine Kräfte langsam nachliessen. Die letzten Kilometer waren noch kräftefordernder und auch er hatte zu beissen. Martin wurde von seinen Teamkollegen und Betreuerinnen im Ziel mit Klatschen und Rufen empfangen.

Unsere Fahrer haben wiederum eine super Leistung vollbracht und wir gratulieren nochmals herzlich für diese tolle Leistung.

#### **Rangliste unserer Fahrer:**

**Kleine Strecke:**

Björn Demke 78. von 162Teilnehmern in seiner Kategorie und Overall 166

#### **Lange Strecke:**

Ueli Eugster 44. von 92 Teilnehmern in seiner Kategorie und Overall 87

Martin Rhyner 19. von 91 Teilnehmern in seiner Kategorie und Overall 109

# RBT KIDS BIKE LAGER 2016

KIDS BIKE LAGER 2016 - KOMME MIT



## DAVOS

07- 13. August 2016



Alle Kinder von der 1.Klasse bis 16 Jahren.  
Auch NICHT-Mitglieder des RBT Glarnerland sind herzlich willkommen.  
Taglich mindestens ein halber Tag biken, oder je nach Witterung wandern,  
Spiele, Tagestour, baden.

Falls Sie Fragen haben, melden Sie sich bitte bei uns, wir geben Ihnen  
sehr gerne Auskunft.

Cornelia Jud-Elmer,  
Linth-Escherstrasse 37, 8867 Niederurnen,  
079 781 23 62, [cornelia-92@hotmail.com](mailto:cornelia-92@hotmail.com),  
[www.rbt.gl](http://www.rbt.gl)

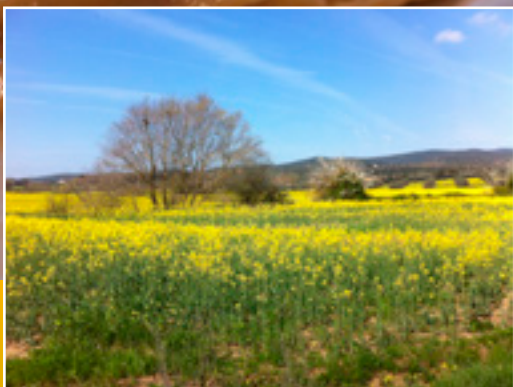
weiter Info's <sup>20</sup> unter [rbt.gl](http://rbt.gl)

# TOSCANA BIKE GENUSS 2016 - KOMME MIT



## Albergo Massa Vecchia

Massa Vecchia ist ein Fahrrad und Freizeit-Paradies, schön gelegen inmitten der zauberhaften Landschaft der italienischen Toscana. Das Hotel ist umgeben von meterhohen Cypressenbäumen, Pinien, beschaulichen Olivenfeldern, kilometerweitem Ackerland und nur 18 Kilometer vom Meer entfernt. Hier finden sowohl Hobby-Biker, Erholungssuchende wie auch Spitzensportler eine Oase der Möglichkeiten.





## WALENSEETOUR

Die alljährliche Biketour Walensee wurde von Kaiserwetter gekrönt. Eine schöne Gruppe hatte sich am Samstag, 22. August am Bahnhof Näfels eingefunden. Sobald sich auch der Nachzügler aus dem Süden des Kantons in Mollis noch dazugesellt hatte, ging es hoch in Richtung Kerenzberg. Bis ins Habergschwänd hatte manch einer das Bidon geleert und sehnte sich nach einer kühlen Erfrischung. Der Talalpsee zeigte uns in seinem schönsten Kleid, die Beiz hingegen die kalte Schulter. So schwang man sich wieder auf den Sattel, eine Station weiter. Im Hüttenberg wurde das Kuchenangebot arg strapaziert und mit zufriedenen Gesichtern und neuer Energie nahmen wir die Abfahrt in Angriff. Die Ortskundigen führten uns über schöne Wege bis zum Walensee. Bei der alten Raststätte ging es dann nochmals hoch und ein ganz besonderer Leckerbissen war uns zum Schluss beschert. Im Gäsi hatten fleissige Helferlein bereits ein Feuer gemacht und eine Erfrischung bereitgestellt. Von allen Seiten strömte nach und nach Kind und Kegel zum gemütlichen Bräteln. Den einen oder anderen lockte der See zu einem Schwumm. Das Grillgut brutzelte unter der Obhut von Frederik und wurde verdient genossen. Und auch der Nachzügler aus dem südlichen Glarus war noch vor der Dunkelheit zufrieden daheim.







## 14. NATIONALPARK-BIKEMARATHON 29.08.2015

Unsere Fahrer: Martin und Matthias Rhyner, Ueli Eugster, Björn Demke, Fabienne Grünig und Marco Mächler. Es gingen noch andere Fahrer an den Start aus dem Glarnerland.

Streckenübersicht von unseren Fahrer-/ in

Vallader-Strecke	Start in Scuol	137 km / 4'026 Hm Martin und Ueli
Jauer-Strecke	Start in Fuldera	103 km / 2'934 Hm Björn und Marco
Livignasco-Strecke	Start in Livigno	66 km / 1'871 Hm Matthias
Putèr-Strecke	Start in S-chanf	47 km / 1'051 Hm Fabienne

Am Freitagnachmittag fuhren wir nach Scuol, Lavin und die einen nach Fuldera. Fabienne kam, da sie erst um 10.00h starten musste, von Klosters aus. Nach der Startnummernausgabe gab es als Stärkung zum Nachtessen Pasta und Salat. Man traf den einen oder anderen und wünschte sich gegenseitig oder per sms viel Glück für das morgige Rennen. Die Marathon-Teilnehmer gingen früh zu Bett, da sie früh aufstehen mussten.

Matthias's Tagwache war sehr früh, da er mit einem Shuttle-Bus von Scuol nach Livigno an seinen Start gebracht wurde. Martin und Ueli starteten in Scuol, Björn und Marco in Fuldera und Fabienne in S-chanf. Bei sehr schönem Wetter konnten sich alle Teilnehmer auf die Rennstrecke freuen, war es doch im Jahr 2014 kühl, matschig und regnerisch gewesen. Man konnte also den Regenschutz im Auto lassen. Das Wetter versprach gegen Mittag sehr heiss zu werden, was natürlich für alle Fahrer-/innen hiess, genug zu trinken und bei den Verpflegungsposten Nahrung und Flüssigkeit aufzutanken, resp. zu sich zu nehmen. Man durfte dies nicht unterschätzen. Einige Teilnehmer hatten mit Krämpfen zu kämpfen. So hatten auch die Fans teilweise einen Einsatz zu leisten um Krämpfe zu lösen, was die leidenden Fahrer gerne hinnahmen. Bei unseren Fahrern, resp. unserer Fahrerin hatten wir Betreuerinnen jedoch nichts zu tun ausser zu fanen, was mit einem Lächeln gedankt wurde. Matthias, der von Livigno kam, war schon sehr früh auf den letzten Kilometern und beendete sein Rennen mit dem hervorragenden 13. Platz in seiner Kat. und Overall 38.



Marco und Björn starteten von Fuldera aus. Marco beendete sein Rennen bei seiner Kat. als 10. und Overall auf dem 103. Platz. Auch der Start von Björn war in Fuldera. Er kam in seiner Kategorie als 32. und Overall als 172. ins Ziel. Fabienne, die als einzige Frau von unserem R.B.T ENERGIE startete, fuhr von S-chanf aus und kam als 8. Platzierte in ihrer Kat. und Overall als 17. im Ziel an.

Nun warteten wir nur noch auf Martin und Ueli, welche die lange Strecke von 137km unter die Räder nahmen. Martin kam als Erster von den beiden im Ziel an und belegte den 19. Rang in seiner Kat., Overall 171. Ueli, der mit Übelkeit zu kämpfen hatte, erreichte das Ziel als 24. in seiner Kat. und Overall 285.

Nach der Erfrischung konnte man sich noch massieren lassen, was für die müden Beine und Muskeln eine Wohltat war. Die einen machten sich es noch gemütlich, andere wiederum fuhren nach Hause. Alle unsere Fahrer/-in hatten wiederum eine tolle Leistung gezeigt, was ohne hartes Training nicht gegangen wäre.

Wir gratulieren euch herzlich für diese tollen Resultate und tolle Leistung

## **Eine 2. Sicht der erfolgreichen Glarner am Nationalpark Bike-Marathon 2015**

Am Samstag, 29. August war das Engadin Schauplatz des 14. Nationalpark Bike-Marathons. Und sie kamen in Scharen. Mit einem Teilnehmerrekord von über 2000 Fahrern wurde eine magische Grenze geknackt.

Mit dabei waren etliche Fahrer aus dem Glarnerland. Marco Mächler vom RAD.BIKE.TEAM.GLARNER ENERGIE spricht von idealen Verhältnissen. Die sonst so frischen Morgentemperaturen waren in diesem Jahr äusserst angenehm, die Strecke trocken und griffig. Er schildert sein Rennen:

Marco hatte sich für die Jauer-Strecke angemeldet. Diese führt ab Fuldera über 103 Kilometer und 2934 Höhenmeter. Seine gute Startposition verhalf ihm zu einer optimalen Durchfahrt bei den ersten engen Passagen. Nach den ersten 1400 Höhenmetern, die ihm als angenehm in Erinnerung sind, musste er eine kleine Kettenreparatur vornehmen. Mit leichtem Luftverlust erreichte er Livigno. Den sehr steilen Aufstieg zum Chaschauna auf 2694 m.ü.m hatte er aus den Vorjahren in bester Erinnerung. In diesem Jahr schaffte er es, einen grossen Teil dieses kräftezehrenden Aufstiegs auf dem Rad zu bewältigen und musste nur noch eine kleine Distanz zu Fuss zurücklegen. Diese Anstrengung zerrte an der Substanz. Die extrem holprige und technisch anspruchsvolle Abfahrt nach Zernez forderte viel Konzentration und Kraft. In einer Dreiergruppe puschte man sich über Lavin und Ftan bis ins Ziel nach Scuol. Marco konnte in der letzten Passage sogar noch aufdrehen, was ihn selber überraschte. Mit 5h 18min erreichte Marco eine sehr gute Zeit, die ihn auf den 10. Platz von 45 in seiner Kategorie und den 46. Rang von 351 Overall brachte. Sein Ziel für nächstes Jahr hat er sich bereits gesteckt.

Die weiteren Resultate der Glarner:

[http://services.datasport.com/2015/mtb/3lander/RegionCH\\_GL.HTM](http://services.datasport.com/2015/mtb/3lander/RegionCH_GL.HTM)



## 19. IRON BIKE RACE IN EINSIEDELN

Am Sonntag 27. September starteten 6 Biker und 1 Bikerin am 19. Iron Bike Race in Einsiedeln. Das Wetter am Sonntagmorgen um 7 Uhr war dem Nebel und der Bise sei Dank eher frisch und man war froh, als man endlich in die Pedalen treten konnte.

Marco Mächler und Frederik Jud begaben sich als Erste an den Start für die 53 km/1300Hm-Strecke. Marco hatte zu Beginn Mühe seinen Rhythmus zu finden. In der zweiten Steigung änderte dies und er konnte durch sehr guten Beineinsatz einige Positionen gut machen. Im Schlusssprint über den Klosterplatz Einsiedeln hinauf reichte es sogar, um sich nochmals um einen Platz vorzuschieben. Er kam auf dem sehr guten 5. Rang ins Ziel.

Frederik bewältigte die ersten 1000 Höhenmeter ohne Probleme. Auf der Ebene Richtung Unterberg fuhr er in einer Gruppe mit, die ein hohes Tempo anschlug. Das hohe Tempo und eine mangelnde Energiezufuhr führten bald zu einem Hungerast, den er am nächsten Verpflegungsposten behob. Mit neuer Energie nahm er dann den Schlusssprint in Angriff.

Ueli Rhyner und Fabienne Grünig starteten auf derselben 53 km/1300 Hm-Strecke als „Sie & Er“ Team. Sie machten im ersten Aufstieg bereits einige Positionen gut. Nach der ersten Abfahrt waren sie auf den 3. Zwischenrang vorgerückt, welchen sie bis ins Ziel halten konnten. Rasant ging es die weiteren Steigungen und Abfahrten weiter und schlussendlich kamen sie nur 7 Minuten nach dem Sieger-Team ins Ziel. Ueli und Fabienne nutzten dieses Rennen als Standortbestimmung für den Cap Epic in Südafrika, den sie nächsten März zusammen bestreiten wollen.

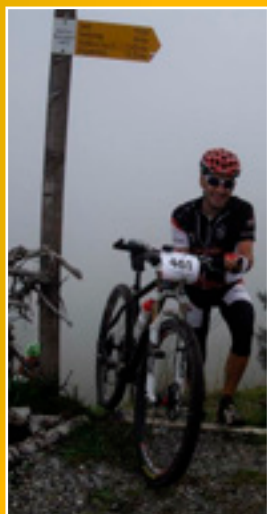
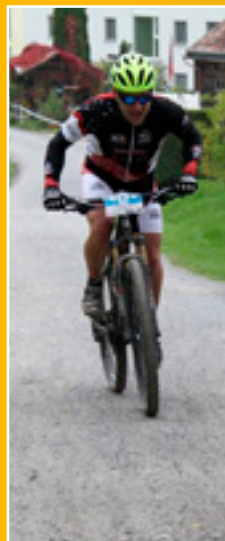
Danach erfolgte der Start von Martin Rhyner auf der grössten Strecke mit 101 km/ 3600Hm. Das Feld seiner Kategorie jagte schon schnell mit hohem Tempo dem Sihlsee entlang Richtung Egg. Bei sehr dichtem Nebel ging es Richtung St. Meinrad. Dann plötzlich war es passiert - im Gebiet Stöcklichrüz wusste plötzlich niemand mehr wo es weiter geht. Martin befand sich in einer grösseren Gruppe von Bikern, die von der Strecke abkamen. GPS sei Dank, fanden sie wieder auf die Route zurück. Der Umweg durch Beerensträucher und Büsche forderte einige Zeit, die so verloren ging. Nun erwarteten Martin knackige Aufstiege im Gebiet Ybergereg und holprige Abfahrten. Ohne Sturz schaffte auch er es mit einer sehr guten Zeit ins Ziel.

Jetzt konnten auch die letzten Fahrer, die sich die 77 km / 2300Hm-Strecke vorgenommen hatten, starten. Dies waren von uns Bruno Elmer und Ueli Eugster. Bruno ging mit einer starken Erkältung, die ihn schon einige Tage plagte, an den Start. Er war sich bewusst, dass er seine Kräfte sehr gut einteilen musste, damit er das Rennen beenden kann und somit ging er ziemlich vorsichtig an die ersten Kilometer heran. Nach den steilen Aufstiegen (bis zu 25%) auf dem höchsten Punkt der Strecke angekommen, bei gerade mal 5° Celsius, war für ihn die Erkältung noch stärker zu spüren. Trotzdem kam er immer besser in Fahrt und konnte sogar noch einige Plätze gutmachen. Auch er kam unter Anfeuerung der mitgereisten RBTler mit einem Lachen im Gesicht ins Ziel.

Ueli's Start verlief ebenso problemlos. Bis zum ersten Sturz in der ersten Abfahrt über eine Wiese kam er gut voran. Wieder auf dem Bike kämpfte er sich nach vorne. In der Fläche bei Studen hatte er keinen Gruppenanschluss gefunden und kämpfte alleine gegen den Wind. In der folgenden Steigung konnte er einige Positionen gutmachen und kam mit einer super Zeit ins Ziel.

Für uns Begleiterinnen, welche auch mit den Bikes unterwegs waren, war der Tag trotz winterlicher Kälte spannend, da es uns durch die Streckenführung möglich war, unseren Fahrern an mehreren Orten zuzurufen.

Herzliche Gratulation allen Fahrern zu ihrer super Leistung!



# KINGS TOUR GUMEN

Ursprünglich wäre anfangs Oktober eine Machotour über den Panixer angesagt gewesen. Dementsprechend umfasste das Anmeldefeld ausser weniger Normalos nur AusdauerbikerInnen.

Unglücklicherweise kam der Schnee – in dieser Jahreszeit und trotz Klimaerwärmung (die Vrenelsgänger haben es erlebt) nicht ganz auszuschliessen.

Daher präsiidierte eine etwas gemässigte Tour auf den Gumen, wo zwar auch Schnee drohte. Aber der Kaiserscharren zog ihn unwiderstehlich dahin. Und so traf sich (leider nur) eine kleine Schar BikerInnen ein. Und während die einen ihre Muskeln für den Gumen und die Verdauung der kaiserlichen Kalorienbombe schonten, natürlich Vorzugsbehandlung bei den BWB erhielten (schliesslich hatten wir Vitamin B dabei), wollten zwei andere auch diese paar lächerlichen Höhenmeter pedalen.

Bis zum Chnügrat zeigten sich Bikeweg und Wetter von bester Seite, sodass auch unser Marketingflieger – leider ohne zu gute Sicht und Foto – über unsere Köpfe rauschen konnte. Inzwischen auch wieder komplett – scheint's war dank vorherigem Alpabzug der Weg nach BW zu „tief“ für den Dani und des Kuhdungs nicht wenig. Aber die beiden sahen das positiv – hätten sie den Weg umgekehrt gemacht, wäre der Pflütter der höheren Geschwindigkeit wegen im Genick gelandet.

Genau das, einfach mit Schneewasser und weichem Boden, passierte dann denen, welche oben am Chnügrat die Energie der kleinen Tälchen auf die Bergseite übertragen wollten. Wie gewohnt für Nordschweizer – aus dem Tunnel kommend ins schlechte Wetter – leider verhüllten Wolken und Nebel am Ziel die Sonne. So ganz ohne Wärme fand die Verpflegung daher – auch hier wieder bestens bedient – im Gumen statt. Keiner wollte sich allerdings gleich auf das Dessert stürzen, welches nach anderweitiger Verpflegung schlussendlich nur noch „gekostet“ wurde.

Tja – und dann das Wichtigste – die Abfahrt. Dank der Guides Kenntnisse war auch die Abfahrt vom Gumen, weitgehend auf dem Wanderweg, interessant. Während sich Dani und Isabelle lieber auf dem gemässigten, superteuren, bettigaischen, highheeltauglichen Wanderweg via Bösbächli dem Ziel im Tal näherten, folgte der Rest dem Wegweiser Ohrenplatte steil bergab. Ok, es hat ein paar scharfe Kurven. Da braucht es halt etwas Üben und Wagen. Aber Sämi und Martin zeigten, dass es zu schaffen ist – und viele andere Obstacles, die teilweise einfach zwei alten Sprüchen gerecht wurden. „Gring abä u durä“ und danach evtl. „Freude herrscht“. Zwischenzeitlich dumpfe Schläge, metallisches Geknatter und Wehgeschrei zeigte, dass, wenn auch nicht alles gelang, doch viel probiert wurde. Mitten drin auch die First Lady, vorsichtiger zwar, aber keinesfalls zurückhaltend oder weniger versiert. Halt mit Sämi's psychologischer Unterstützung: dr Sämi isch drbii – das gaht schuu.

Eine lange Abfahrt mit technischen Leckerbissen und wenigen Gefahren (ein nah gepfählter Stacheldraht als gröbste) – sieht man nach langer Fahrt plötzlich mal wieder das Tal - erstaunt, wie weit oben man immer noch ist.

Dass der Fahrspass auch wirklich bis zuunterst geht, bedarf der Aufmerksamkeit; beim Bänkli oberhalb des Schlattbergs gilt es nämlich, den kaum sichtbaren linken Abzweiger in die Büsche zu nehmen. Aber der Präsi konnte das – logisch.

Somit offenbart sich dem Biker ein neuer Trail – entweder via Braunwald oder via Brunnenberg und die Wandrautobahn hoch bis zum Sumpf (derjenige, weswegen dieser ehemals schöne Wanderweg grossmehrheitlich zum Kinderwagen-Rally hergerichtet wurde), dort dem Wegweiser Orenplatte nach ins Tal..






## *Tu deinem Körper etwas Gutes*

*Professionelle Sport- und Wellnessmassage*

Fabienne Grünig  
Hinterdorfstrasse 48  
8753 Mollis

[fabienne.gruenig@gmx.ch](mailto:fabienne.gruenig@gmx.ch)

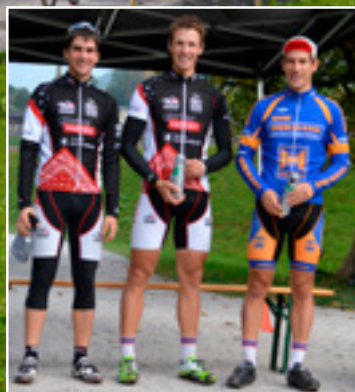
Termin n. Vereinbarung

Ausbildung durch Bodyfeet Rapperswil 



# SAATENRENNEN







## SAGENHAFTE HERBSTWANDERUNG

Für einmal wollten die Radsportler hoch hinaus. Das RBT hatte sich für die diesjährige Herbstwanderung das Vrenelisgärtli vorgenommen. Und so trafen sich am Samstag, 10. Oktober 17 RBTler zuhinterst im Klöntal. Mit Thomas und Andi konnten zwei Helfer begrüsst werden, die alle Greenhorns in der ungewohnten Umgebung etwas unterstützen wollten.

Die erste Etappe führte hinauf auf 1995 mÜM zur Glärnischhütte. Natürlich liessen es sich einige nicht nehmen, bis nach Wärbten mit dem einverleibten Sportgerät zu funktionieren. Da hiess es dann jedoch absteigen und das Bike parkieren. Die Nebelobergrenze befand sich auf Hüttenhöhe. Die schnelleren genossen den Willkommenstrunk bei Sonnenschein, die Nachzügler mussten mit Nebelgrau Vorlieb nehmen. Nach einem feinen, reichlichen z'Nacht aus der Hüttenküche wurde noch lange beisammen gegessen. Das Programm des nächsten Tages vor Augen, entschloss man sich aber dann doch bald einen Stock höher zu steigen und in die Betten zu kriechen.

Bereits um 5.15 Uhr war Tagwache und mit teils noch etwas kleinen Augen fanden sich die 19 zum z'Morge ein. Gestärkt mit Müesli, Brot und Kaffee standen bald darauf schon alle vor der Hütte bereit. Der Tatendrang war deutlich spürbar. Es war noch dunkel, nur ein paar Stirnlampen wiesen der Gruppe den Weg. Der steile, felsige Weg überraschte so manchen. So verging die erste Stunde bis zum Tagesanbruch flugs vorbei. Und siehe da – der Nebel lag im Tal, ein wunderbar klarer Himmel wölbte sich über uns. Und plötzlich kam kalter Wind auf - der Gletscher lag schon vor uns.







Jetzt ging's an die Ausrüstung. Gstättli wurden angezogen, es wurde mit Steigeisen geklappert und nicht zuletzt die Pickel hervorgeholt. Thomas und Andi hatten alle Hände voll zu tun bis alle bereit waren um auf dem Gletscher weiterzugehen. Nach einem kurzen Stück ging es weiter in Seilschaften.

Auf dem Schwander Grat zog ein eisiger Wind. Der Ausblick hinüber zum Gipfel und hinunter ins Tal liess die Biker staunen. Für einige war hier das Gipfelziel erreicht und sie machten sich nach einer Rast wieder auf zurück in die Hütte.

Der ausgesetzte Abstieg zum Verbindungsgrat war dank Thomas und Andi ein müheloses Abseilen. Für den einen oder anderen noch etwas ungewohnt, brauchte es dann doch etwas Geduld, bis alle unten waren. Das letzte Stück war bald geschafft. Eine stolze Gruppe RBT-ler winkte dem Kollegen Philipp, der mit dem Flugzeug ab Mollis vorbeischaute, vom Gipfel.

Der Rückweg zur Hütte war im Nu geschafft. Hier stärkten sich nochmals alle zusammen bei Kaffee und Kuchen. Auf Wörben wurden diejenigen mit den Bikes mit wehleidigen Blicken verabschiedet.

Der Taxibetrieb auf Chäseren hatte unsere Anfrage nicht beantwortet und so marschierten alle zügig ins Tal. Und weil man sich nach diesem tollen Erlebnis kaum trennen wollte, setzten sich alle nochmals gemütlich zusammen.

Herzlichen Dank allen, die dieses Abenteuer mitgemacht haben und besonders Thomas und Andi ein riesiges Dankeschön und Kompliment.

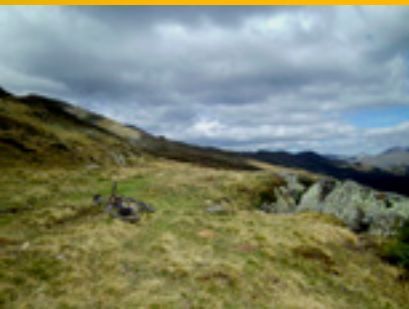


## TOUR À DEUX: PISCHA

Im Juni machte ich mit Arbeitskollegen Touren um Davos. Die wunderschöne Tour nach Pischa, für die meisten RBTler machbar, schrieb ich dann mal im RBT aus. Erfolg = 1.

2 ist nicht alleine - so fuhren Neu-Bähnler René und ich nach Davos, parkierten den Göppel und machten uns auf dem Wanderweg Richtung Flüela-Pass. Dieser Wanderweg lässt einen die Strecke bis nach Tschuggen kurz vorkommen, bedarf er etwas Konzentration und Schnauf, aber ohne Gefahren und Überbelastung. Einzig die Zaunübergänge lassen den Aufwärtsfahrenden mal schlängeln oder schlimmer ...

In Tschuggen lässt es sich eine Stärkung im Restaurant einnehmen – letzte Tankstelle vor dem Stutz und bis wieder in Davos. So steigt der Weg ab da stetig aber vollständig fahrbar an. Ohne Stufen, ist auch schieben gut möglich – maximal eine Stunde später ist Pischa und Licht am Horizont. Von da weg kann (fast) alles gefahren werden. Bei gutem Wetter wird man die Pause –wegen der heruntergekommenen Umgebung – abseits der Bergstation legen. Auf jeden Fall geht's von da dem Hang entlang lange über gut fahrbare Steinblöcke talauswärts. Vor einem etwas heftigeren Anstieg (eine 4er Gruppe Bikergirls mühte sich da hoch – entweder falsch oder auf einen uns noch nicht bekannten Trail. Da locals, letzteres vermutet, aber zu weit voraus, um noch zu fragen), geht es rechts runter gegen Klosters. Dieser Trail ist unterhalten, hat viele Flowpartitionen und verleitet dazu, die Bremsen los zu lassen. Wenn man auf der Hut ist und der Hintere nicht am Gummi des Vorderen klebt, wird da wohl nur Hochgefühl und nie ein Problem sein. Wer nach Davos fährt (Alternative Klosters und Bahn auf Gotschna), wird dann nach einer grossen Kehre dem Hang entlang dahinfahren. Der Trail ist da zwar etwas exponiert – ein Sturz in die Alpenrosen würde einen nachher wieder ein paar mühsame Höhenmeter kraxeln lassen – aber wer seine Augen nicht ständig am Abgrund hat, wird keine Überraschungen erleben. Es gibt auch 2 – 3 Kurven mit Anspruch, auch mal WandererInnen, welche aber auch wieder beim Aufstehen helfen. Insgesamt eine sehr schöne Tour mit viel Flow und nicht zu strenger Anfahrt (wir trafen dort oben auch ein älteres Paar – Schnitt wohl gegen die 70, locker + mit Sprüchen, ohne Motor, auf zügiger Fahrt. Hut ab – zeigt, dass sich fit bleiben auszahlt. Zufall – Sohn arztet an unserem Kantonsspital.



# ABSA CAPE EPIC 2016

Nächsten Frühling, genauer gesagt Mitte März 2016, haben wir uns einem neuen Abenteuer angenommen.

Nämlich das Cape Epic in Südafrika, wohl das härteste Mountainbike Etappenrennen der Welt. Wir können uns dabei zu den Glücklichen zählen, welche einen Startplatz erhalten haben! Denn diese sind begrenzt und werden unter vielen ausgelost.

Wir werden in der zweiten Märzwoche nach Kapstadt fliegen und uns dort für ein paar Tage akklimatisieren. Am darauf folgenden Sonntag, den 13.3.16, werden wir dann voller Erwartungen am Start stehen. Wir starten als 2er-Team in der Mix-Kategorie und treten gegen über 50 andere Teams aus der ganzen Welt an.

Am ersten Tag steht der Prolog auf dem Programm. Mit 21Km und 650Hm wird dies ein schneller und intensiver Renntag. Unser Ziel ist hier eine gute Platzierung einzufahren, weil diese relevant für den Startblock in den nächsten Tagen sein wird, aber doch nicht gleich überdrehen. Denn es wird noch einiges auf uns zukommen in den kommenden Tagen:

2. Tag: 106Km, 2300Hm

3. Tag: 93Km, 2200Hm

4. Tag: 103Km, 2150Hm

5. Tag: 73Km, 1850Hm

6. Tag: 93Km, 2500Hm

7. Tag: 74Km, 2100Hm

8. Tag: 84Km, 1200Hm

Insgesamt werden wir gut 650Km und 15'000Hm in diesen 8 Tagen absolvieren.

Das Rennen führt uns in den 8 Tagen quer durch Südafrika. Die Etappen sind meist als Strecke gegeben und führen von einer Stadt zu der anderen. Übernachten werden wir in der Zeltstadt des Capes.

Wir haben unsere Ziele gesetzt und möchten uns da von der besten Seite zeigen. Bis dahin wird noch eine Menge Arbeit anstehen und unsere Vorbereitungen laufen auf Hochtouren. Zwei Trainingslager werden noch im Winter auf unserem Programm stehen und die Suche nach weiteren Sponsoren wird uns noch während den nächsten Wochen beschäftigen.

Wir freuen uns sehr auf dieses Rennen und danken dem RBT für die Unterstützung.



# AUSSCHREIBUNG GENUSS TOSCANA 2016

## 11. AUSSCHREIBUNG RBT Trainingslager Velo Ferien Toscana „Massa Vecchia“ 2016.

**Datum:** Samstag 02. April 2016 – Samstag 09. April 2016  
**Ort:** Massa Vecchia, Massa Vecchia 23, Massa Marittima, Grosseto, Italien  
<http://www.massavecchia.it/de/>



**Organisation:** RBT Glarner Energie / Frederik Jud  
**Kosten:** Erwachsene und Jugendliche in Begleitung  
7 Nächte mit Halbpension im DZ/ Neubau für 605 Euro  
Exkl. Transport und Versicherung.  
**Essen:** Halbpension/ Frühstück und Abendessen,  
Mittagessen individuell kostet 10 Euro pro Mahlzeit  
**Teilnehmer:** Offen für alle Radler, Velofahrer, Biker, Triathleten, Ausdauerhungrige,  
Gümäler, und Velo-Familien

Anmeldeschluss: 31. Januar 2016

\*\*\*\*\*

Anmeldetalon: TL Toscana 2016  
Auch per E-Mail senden an [frederikjud@hotmail.com](mailto:frederikjud@hotmail.com)

Name: ..... Vorname: .....  
Adresse: .....  
E-Mail: ..... Geburtsdatum: .....  
Telefon: ..... Handy: .....  
Altbau: ..... Neubau: .....  
Verein: ..... Unterschrift: .....

Senden an Frederik Jud, Linthescherstrasse 37, 8867 Niederurnen Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Für eine Annullations - und Rückreisekostenversicherung ist der Teilnehmer ebenfalls selbst verantwortlich. Die Anmeldung wird gültig mit Bezahlung der Rechnung

Bankdaten:  
Frederik Jud  
Linth-Escherstrasse 37  
8867 Niederurnen  
IBAN: CH69 8125 6000 0003 4254 0

# IMPRESSUM

RBT news – offizielles Organ vom Rad.Bike.Team. GLARNER ENERGIE

Herausgeber Rad.Bike.Team. GLARNER ENERGIE

Redaktionsadresse, Rad.Bike.Team. GLARNER ENERGIE, Alice Stüssi, Glärnischstr. 23, 8750 Glarus,

e-mail [r.stuessi@bluewin.ch](mailto:r.stuessi@bluewin.ch)

Redaktionsteam Alice Stüssi, Ruedi Blumer, diverse Beiträge von Mitgliedern

Partnerbetreuung Martin Zopfi

Druckvorstufe SONBLU AG, Haltligasse 6, 8753 Mollis

Druck Fridolin Druck und Medien, Walter Feldmann AG, Hauptstrasse 2, 8762 Schwanden,

Auflage 200 Stück / erscheint 2x jährlich

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 20. März 2016



Das **Schweizer** Fell für Sicherheit  
und Erfolg am Berg.

Vitus Schweizer, Textilingenieur (EurEta), Chefentwickler

coltlex – das ist das einzige Fell, das ganz in der Schweiz entwickelt und produziert wird. In jedem Fell steckt langjährige Erfahrung, Ingenieurwissen und High-Tech Know-How. Der Innovationsgeist des Teams und seine Faszination für den Sport sind sprichwörtlich und machen coltlex Felle zu dem Swiss-Premium-Produkt für jede Skitour.  
[Skifelle aus Glarus \[www.coltlex.ch\]\(http://www.coltlex.ch\)](http://Skifelle.aus.Glarus.www.coltlex.ch)

**coltlex**  
climbing skins



## WIR DANKEN FOLGENDEN FIRMEN FÜR DIE GROSSZÜGIGE UNTERSTÜTZUNG

**Namenssponsor:**

glarner energie, Glarus

**Hauptsponsor:**

Glarner Kantonalbank, Glarus

glarnerSach, Glarus

Fridolin Druck und Medien Walter Feldmann AG,  
Schwanden

**Co-Sponsor:**

Oel-Hauser AG, Wädenswil

Linth STZ AG, Schwanden

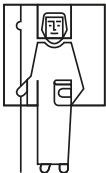
Tödi Sport AG, Glarus

bikestopstation, Ennenda

**Berücksichtige bei deinen Einkäufen unsere  
Sponsoren und Gönner!**

Der **FRIDOLIN**  
ist einer von euch!

Sportlich,  
fair und  
megastark!



**Fridolin**  
**Druck und Medien**

**Hauptstrasse 2 • 8762 Schwanden GL**

Telefon 055 647 47 47 • Mail: [fridolin@fridolin.ch](mailto:fridolin@fridolin.ch) • [www.fridolin.ch](http://www.fridolin.ch)

Technische Betriebe Glarus Süd – **tbgs**  
Technische Betriebe Glarus – **tb.glarus**  
Technische Betriebe Glarus Nord – **tbgn**

glarner  
**energie!**

Unsere neuen **Naturstromprodukte**  
aus dem Glarnerland:

glarner  
**energie** linth!

glarner  
**energie** tödi!

**Glarner Energie**

Feldstrasse 1 · 8750 Glarus

Telefon 058 611 88 88

[www.glarnerenergie.ch](http://www.glarnerenergie.ch)