



news

In diesem Heft:
Neues zur Tour Fridolin,
Bikestory Südamerika und
vieles mehr.... schauts euch
an. Viel Spass

Ausgabe Nr.20 Frühling 2017



Glarner Set

Aktuelle Vorteile in der Region bei Sport-, Freizeit- und Kulturangeboten finden Sie unter:

www.glkb.ch

www.facebook.com/glkb.ch

Jetzt profitieren.



3-in-1
Konto, Karte,
Vorteilsprogramm



Gemeinsam wachsen.



**Glarner
Kantonalbank**

INHALTSVERZEICHNIS



4	Vorwort	24	Abenteuer Südamerika
5	Unser Vorstand	27	Kids Lager 2017
6	Neue RBT-Website	28	Bike Tour Fridolin
7	Teilt eure Bilder mit uns	30	Toskana 2017
8	Neuer Onlineshop	33	Colin Stüssi
10	Kids Bike Tour Winter	34	Jan Freuler
13	Rennradtour Tessin	36	Jahresprogramm
14	E&S sagen DANKE	37	Wir gratulieren
16	Herbstwanderung	38	Wir sagen DANKE
18	Schneeschuhwanderung		
20	Best of 2016		
22	Munggärün		

Speziell in diesem Heft:



Severin Stähli und seine Freundin Claudia entdeckten während rund 6 Monaten auf dem Rad den Südamerikanischen Kontinent. Die beiden RBT-Sympathisanten geben uns mit Ihrem Reisebericht einen spannenden Einblick in die vielen eindrücklichen Erlebnissen.



Die Tour Fridolin, wird grösstenteils durch den RBT organisiert. Sie findet dieses Jahr im Rahmen einer Biketour- Fridolin auf den Gumen statt. Damit dies ebenfalls ein Erfolg wird sind wir auf eure Teilnahme angewiesen. Motiviert zusätzlich noch möglichst viele zur Teilnahme. Herzlichen Dank. Weitere Infos in diesem Heft oder auf: www.tourfridolin.ch

In diesem Vereinsjahr werden sich einige Punkte verändern, vieles Gute wird natürlich beim Bewährten belassen.

Seit der Hauptversammlung im März darf ich euer neuer Vereinspräsident sein. Martin Zopfi hat mir an der vergangenen Hauptversammlung sein ehrenvolles Amt übergeben. Eine grosse Aufgabe die ich sehr gerne annehme, nicht zuletzt da ich weiss welche tolle Menschen in diesem Verein sind und mitwirken.

Einen grossen Schritt wagen wir dieses Jahr beim Jugendtraining. Nach vielen Jahren Training in Schwanden und Näfels führen wir ein gemeinsames Training in Glarus durch. Wir erhoffen uns dadurch ein noch attraktiveres Training für die Kinder anbieten zu können. Durch mehrere Leistungsgruppen im Training soll beispielsweise besser auf das jeweilige Kind eingegangen werden können. Damit wir das Jugendtraining weiterhin so erfreulich weiterführen können sind wir bei dieser Umstellung auf die Flexibilität unserer Teilnehmer angewiesen. Ich werde auf jedenfall in diesem Jahr wieder mit voller Freude bei den Jugendtrainings mitleiten.

Auch an diesem vorliegenden News-Heft wollen wir in Zukunft festhalten. Dezent ändern wird sich das Layout des Heftchen's. Ruedi Blumer hat uns sein Amt nach langjähriger geschätzter Tätigkeit zur Verfügung gestellt. An dieser Stelle möchte ich auch Ruedi recht herzlich danke sagen für seine Arbeit als RBT-News Layouter. Ich werde versuchen, sein Amt würdig weiterzuführen.

Die einzelnen Berichte werden auch weiterhin durch unseren fleissigen Schreiber zusammengestellt. Damit dieses Heft auch in Zukunft spannend gestaltet werden kann, sind wir um jeden Beitrag von euch froh und sehr dankbar.

In diesem Jahr verpassen wir auch einerseits der RBT-Website andererseits der Tour Fridolin ein neues Layout, nach sieben Durchführungen auf dem Rennvelo soll es dieses Jahr auf's Bike gehen, mehr dazu in diesem Heft. Viel Unterstützung wollen wir auch dem geplanten Flowtrail Schwammhöhe geben. Dieser Trail wäre nicht nur für viele Biker sondern auch für unser Jugendtraining ein riesiger Gewinn.

Wie gesagt sehr viel sehr Gutes werden wir beim Alten belassen:

Auch in Zukunft wollen wir in der Öffentlichkeit mit unseren schönen Trikots präsent bleiben. Auch in Zukunft wollen wir euch Radsportler, egal ob jung oder nicht mehr so jung, möglichst gut unterstützen und fördern.

Auch in Zukunft wollen wir möglichst viele schöne gemeinsame Stunden auf dem Bike oder dem Rad verbringen. Ich freu mich auf mein neues Amt und die vielen spannenden Begegnungen. Herzlichen Dank schon jetzt für eure Unterstützung und eure tolle Mitwirkung im Vereinsleben.

Samuel Schindler
Präsident RadBikeTeam Fridolin



Bezüglich der Vorstandszusammensetzung zeigt sich dieses Jahr ein etwas anderes Bild. Ueli Steinmann als Breitensportmanager, Andrea Walt als Aktuarin und Martin Zopfi als Präsident haben sich nach langjähriger Tätigkeit im Verein verabschiedet. Neu im Vorstand zu begrüssen ist Ursula Eugster als Aktuarin, sie wird die geschätzten Arbeiten von Andrea Walt übernehmen. Ueli Rhyner wird sich neben seinem Amt als J&S Coach vermehrt im Breitensport engagieren und damit Ueli Steinmanns Tätigkeiten übernehmen. Das Amt des Präsidenten wird sicherlich auch mit vielen spannenden Tätigkeiten verbunden sein.

Präsident

Samuel Schindler
Rütistalden 9
8774 Leuggelbach
079 628 13 16
sschindler@gmx.ch



Finanzen

Wirz Stefan
Achern 15
8756 Mitlödi
079 530 56 50
stefanwirz@gmail.com



Rennsport/Homepage

Frederik Jud
Linth-Escher-Strasse 37
8867 Niederurnen
078 630 28 26
frederikjud@hotmail.com



Koordination Jugendtraining

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



Aktuarin

Ursula Eugster
Mittlere Allmeind 32
8773 Haslen
078 603 98 96
u.eugster@bluewin.ch



Bekleidungswesen

Heidi Elmer
Linth-Escherstrasse 35
8867 Niederurnen
055 610 21 26
bruno.elmer@hotmail.com



J&S Coach Breitensport

Ueli Rhyner
Hinterdorfstrasse 48
8753 Mollis
079 586 96 67
u.rhyner@bluewin.ch



NEUE RBT-WEBSITE



Die Unterhaltsarbeiten unserer RBT Website wurden in den letzten Jahren immer mühsamer und zeitaufwändiger. So brauchte es für Frederik, unserem Website-verantwortlichen starke Nerven und viel Zeit, um beispielsweise neue Fotos hochzuladen. Die Endung .gl macht es uns auch nicht einfacher, da immer wieder mit Grönland Kontakt aufgenommen werden musste.

In den vergangenen Jahren hat sich einiges entwickelt, viele neue Möglichkeiten sind entstanden. Die Erstellung neuer Websites ist viel einfacher geworden. So haben wir uns entschieden die Website völlig neu aufzubauen. Thomas Egger hat sich freundlicherweise zur Verfügung gestellt, das neue Layout für die Seite zu gestalten und die Seite komplett neu aufzubauen. Herzlichen Dank an dieser Stelle für die wertvolle und sehr geschätzte Arbeit von Thomas. Die Homepage kann nun laufend erweitert werden. Die neue Seite wird uns sicherlich einige Vorteile bringen:

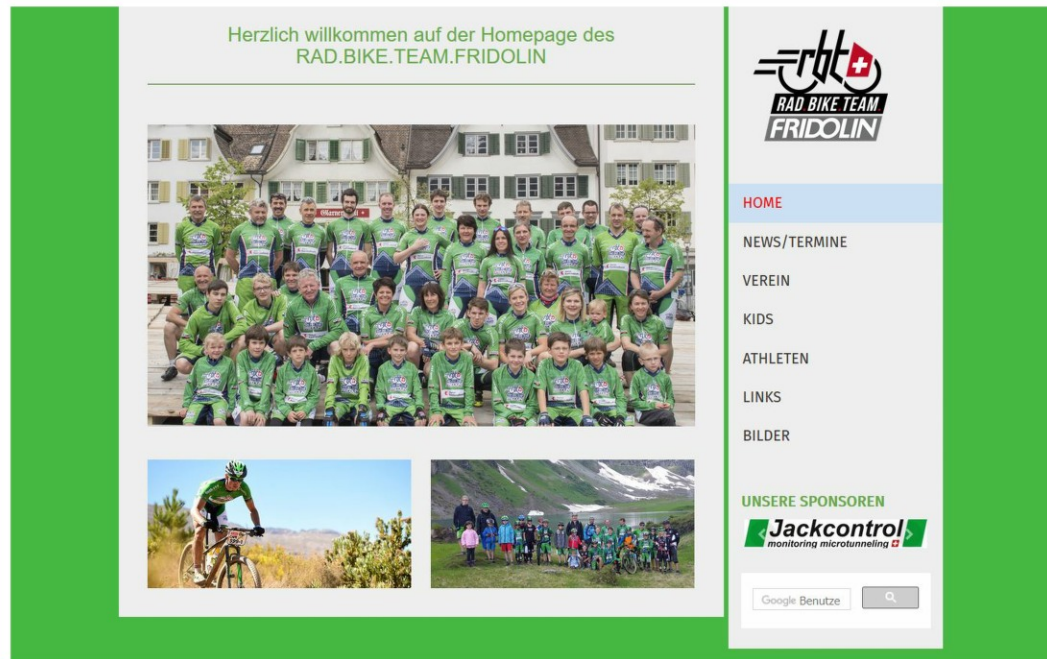
Bilder: In Anbindung an unseren Online-Speicher werden wir unsere Bilder, euch viel besser zur Verfügung stellen können.

Unterhalt: Der Unterhalt vereinfacht sich stark, es sind weniger Webkenntnisse erforderlich. Die Seite kann von mehreren unterhalten werden.

Geschwindigkeit: Die neue Seite wird sicherlich schneller sein. Es können schneller und einfacher Informationen zur Verfügung gestellt werden.

SMS-Dienst: Wir wollen mit Hilfe dieser Seite den SMS-Dienst vereinfachen und verbessern. Auf der Seite wird es ein einfaches Kontaktformular geben. Darin kann jeder der eine Tour machen möchte kurz seinen Tourenbeschrieb eintragen. Anschließend wird ein Freiwilliger, der noch zu definieren ist, diese Daten in ein SMS verfassen und an euch veröffentlichen. (Freiwillige bitte melden, wäre nur ein sehr kleines Ämtchen). Auch im Zeitalter von Whats-Up finden wir den SMS Dienst eine tolle Sache, da so eine Nachrichtenflut vermieden werden kann. An dieser Stelle noch einmal: Zögert nicht diesen Dienst zu nutzen.

Am Besten überzeugt Ihr euch selbst von den Vorzügen der neuen Seite.



TEILT EURE FOTOS MIT UNS



All die schönen Impressionen unserer gemeinsamen Erlebnisse festzuhalten ist für unseren Verein sehr wichtig. Sei es zur Erstellung der Zeitungsberichte, der Homepage oder auch dieses News Heftli's. Uns allen macht es Freude die Fotos nachträglich anzuschauen. Deshalb möchten wir euch bitten während des Jahres fleissig Fotos zu schiessen und diese anschließend mit uns zu teilen.

Zu diesem Zweck verfügen wir über 1000GB Online-Speicher Platz für Fotos.

Die vorliegende Dropboxanwendung ist sehr anwenderfreundlich und einfach zu bedienen. Ihr benötigt keine eigenen Zugangsdaten um Bilder anzuschauen oder hochzuladen. Ihr findet, neuerdings neben den aktuellen alle Fotos aus dem vergangenen Jahr. Den Link um Bilder hochzuladen oder die Fotos anzuschauen findet Ihr auf unserer neuen Homepage:

Wir sind für jedes Foto dankbar.



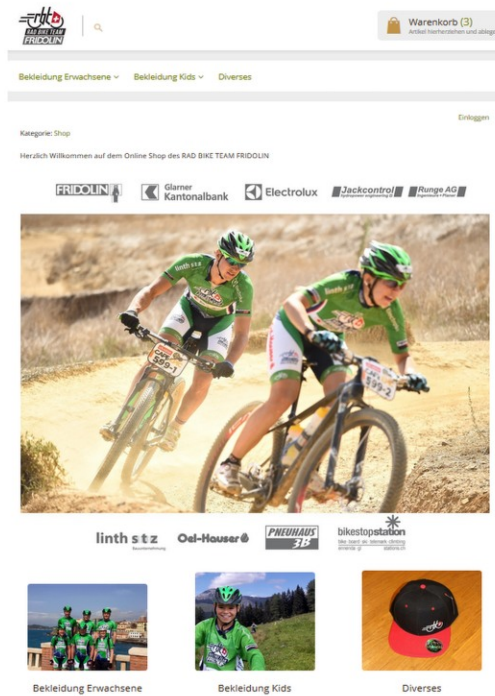
Seit kurzem verfügt das RadBikeTeam über seinen eigenen Online-Shop. Ziel des neuen Online-Shop ist es die Kleiderbestellung etwas übersichtlicher zu gestalten. Grundsätzlich ändert sich im Bestellablauf nur sehr wenig. Die Kleider können wie gewohnt bei Heidi Elmer in Niederurnen abgeholt und jeweils bar oder nach Absprache bezahlt werden. Durch den neuen Shop werden die verfügbaren Artikel besser dargestellt und die Preise werden je nach Mitgliederstatus transparenter vermittelt. Der neue Onlineshop ist auf einer professionellen Basis entwickelt worden, die Bedienung des Shops ist einfach und intuitiv.

Vorteile des neuen Shops

- Bessere Präsentation der Kleidungsstücke
- Darstellungen der Preise
- Alle getätigten Einkäufe werden aufgezeigt (Größen und Mengen etc)
- Einkauf ist dokumentiert
- Bedienung ist selbsterklärend
- Für (noch)-Nichtmitglieder soll der ganze Kleiderbestellablauf übersichtlicher sein.
- Professioneller und sicherer Webshop der noch viele Ausbaumöglichkeiten offen lässt.



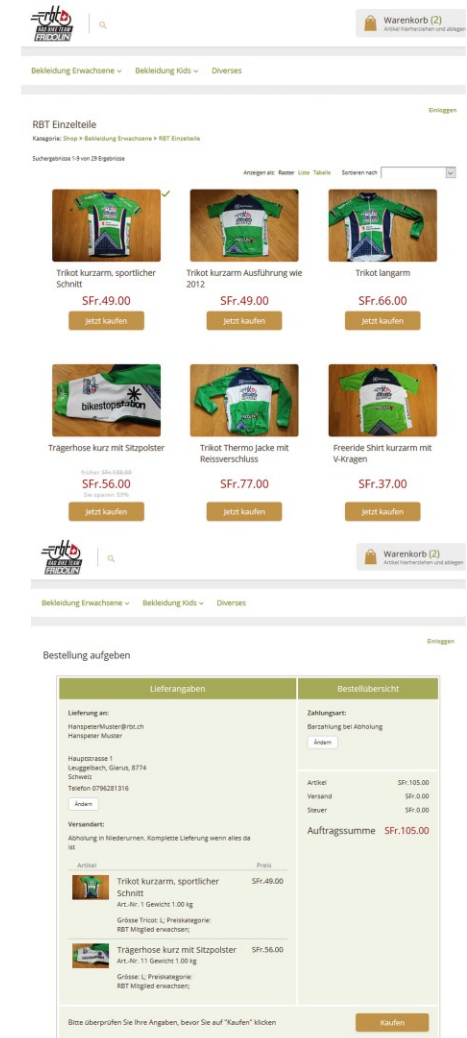
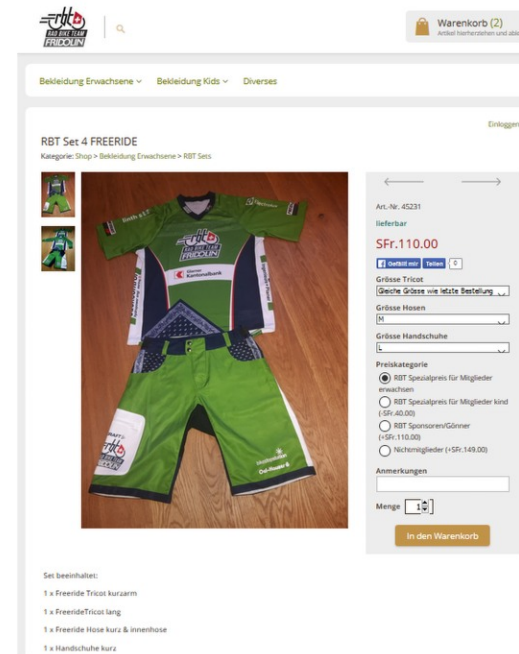
Kontakt- und Abholadresse
wie gewohnt:
Heidi Elmer
Linth-Escher-Strasse 35
8867 Niederurnen/GL
055 610 21 26
bruno.elmer@hotmail.com
Per SMS oder WhatsApp:
079 902 92 71



Bis auf weiteres wie gewohnt bleibt:

- Abholung der Kleider in Niederurnen bei Heidi Elmer
- Barzahlung der Kleider
- Möglichkeit Kleider direkt bei Heidi zu bestellen
- Möglichkeit Kleider bei Heidi zu probieren
- Heidi wird Euch auch in Zukunft mit Ihrer liebenswürdigen Art beim Kleiderkauf gerne beraten.

Das Kleiderlager in Niederurnen ist zurzeit ziemlich voll. Heidis nächste grössere Kleiderbestellung wird voraussichtlich im **November 2017** sein. Ihr könnt deshalb gerne bereits jetzt bestellen. Heidi wird euch die lagernden Kleider parat stellen und den Rest spätestens im November besorgen.



Allgemeines zum Kleiderbezug:

Mitglieder, welche Kleider beziehen (subventioniert), sind gebeten, die Kleidung bei offiziellen Funktionen, Anlässen und Rennen zu tragen. Alle anderen Kategorien sind verpflichtet, die Team-Kleider an offiziellen Trainings, Wettkämpfen und an Siegerehrungen zu tragen (siehe auch Reglement Prämien). Korrektes Verhalten im Strassenverkehr und korrektes Verhalten, insbesondere in RBT Kleidung. Loyales Verhalten gegenüber Sponsoren. Berücksichtigung der Sponsoren, auch wenn es nur kleine Dinge sind. Der Jahresbeitrag muss spätestens bis zum vergünstigtem Kleiderbezug bezahlt sein. Ein Kleiderbezug ist ausschliesslich dem Eigenbedarf vorbehalten. Kleider dürfen nicht für gewerbliche Zwecke, zum Weiterverkauf, bzw. für Zwecke, welche nicht mit dem RBT vereinbar sind

Am besten gleich selbst testen:

www.rbt.gl



RBT ON ICE

NEUJAHRBIKETOUR OBERBLEGISEE

Die aussergewöhnliche lang anhaltende Schönwetterperiode und der wenige Niederschlag im Herbst inszenierte ein seltenes Naturspektakel. Einen glatt zugefrorenen Oberblegisee.

Die über 15cm Dicke klare Eisschicht liess ein sicheres begehen zu.

Die einmalige Gelegenheit verbunden mit den schönen Wetteraussichten riefen förmlich nach einer RBT-Biketour auf den Oberblegisee.

Für die Teilnehmenden hiess es deshalb am 2. Januar das eingewinterte Bike nocheinmal aus dem Keller zu nehmen.



Nach dem kräftezerrenden Aufstieg via Seilbahn Brunnenberg zum Oberblegisee wurde das Eis fleissig in beschlag genommen. Sei es mit Biken, Schlittschuhlaufen, Eishockey spielen oder einfach nur zu Fuss.



Spikes verhalten zum nötigen Grip auf der glatten Oberfläche.



Nach ein paar Stunden auf dem Eis kam das vorbereitete Feuer sehr gelegen. Fleissig wurde gegrillt. Der Jahreszeit entsprechend war es trotz Sonne frisch. So wurde das Feuer auch zum aufwärmen genützt.

Janis hat's geschafft das über 15cm dicke Eis am Rand zu durchbrechen. Die kalten Füsse wurden am Grillfeuer wieder aufgewärmt und getrocknet. Bei den winterlichen Temperaturen brauchte es jedoch auf dem Retourweg nach Schwändi ein paar Zusatzhosen.

Einmal mehr war es ein sehr eindrücklicher und ereignisreicher Tag. Herzlichen Dank allen Teilnehmenden.





linth sitz

sauber.
transparent.
zeitgemäss.

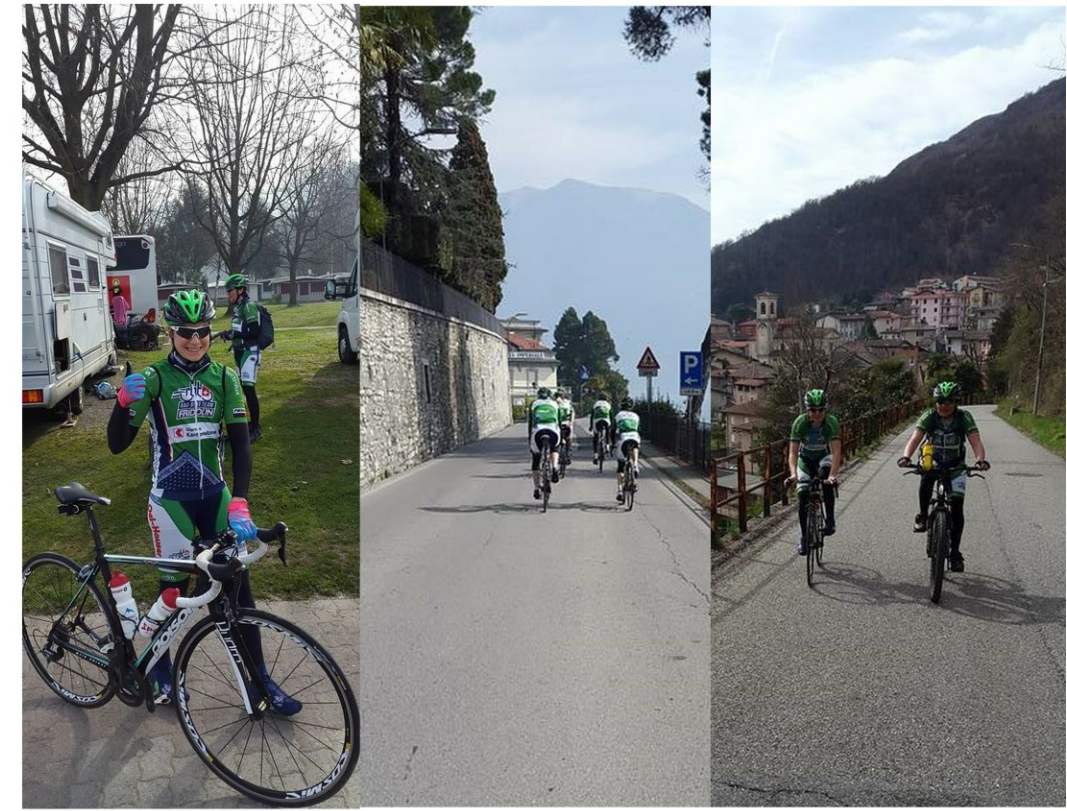
RENNRADTOUR TICINO 2017



RBT-Rennradtour Lago di Lugano, 18. März 2017

Bei wunderbarem Frühlingwetter im Tessin wurde von Seiten des RadBikeTeams Fridolin offiziell in die neue Saison gestartet. Die Route führte von Melide über Mendrisio zum Lago di Como. Von Argegno ging es über Occagno und Casasco das Intelvi -Tal hoch. In individuell gestaltetem Tempo und nach fast 1000 Höhenmetern erreichte man die Passhöhe in Lanzo. Auf der an manchen Stellen über 18% steilen Abfahrt hinunter nach Melano war neben dem fahrerischen Geschick auch das Material gefordert. Nach Panini mit Prosciutto Crudo in Capolago wurde nachmittags der zweite Teil der Tour in Angriff genommen. Der Streckenteil entlang des Lago di Lugano kam dann eher denjenigen entgegen, die ihre Vorzüge auf flachen Strassen sehen. Wie es sich für eine Gesundheitssport-Radtour gehört, legte man in Agno nochmals einen Halt für Kaffee und Kuchen ein. Auf den letzten 15 Kilometern zurück nach Melide konnte schliesslich noch die herrliche Sonnenuntergangsstimmung genossen werden. Ein durchaus gelungener Saisonstart, der Lust auf mehr macht.

Ueli Steinmann



Elisabeth + Samuel



12. November 2016

*Wir sagen Danke
für den schönsten Tag in unserem Leben!
Für immer gilt unser Versprechen
und für immer gilt euch unser Dank!*



HERBSTWANDERUNG SCHILT



Am Samstag, 8. Oktober hiess es für die RBTler, die Bikes für einmal zu Hause zu lassen und die Wanderschuhe zu schnüren. Sämi hatte für uns die Wanderung von Äugsten auf den Schilt ausgesucht und geplant.



So traf sich eine Gruppe von 17 Clubmitgliedern an diesem kalten Oktobertag um 9.15 Uhr bei der Talstation der Äugstenbahn. Ueli, Fabienne und Bruno marschierten von Ennenda nach Äugsten hoch und trafen unter der Alp Beglingen auf den Rest der Gruppe. Wolken, Sonne und Nebel wechselten sich im Minutentakt ab. Schon bald konnten wir eine Herde Gämssen und 11 mächtige Steinböcke ausmachen, die trotz der regen Gespräche in der RBT-Gruppe ruhig äsend liegen blieben.

Auf dem Gipfel angekommen wurden Kappen und Handschuhe montiert und eine kurze Mittagspause gemacht. Die Temperaturen waren nicht gerade einladend für eine längere Rast, hier und da fielen sogar einzelne Schneeflocken. So nahmen wir den Abstieg in Angriff. Zügig stiegen wir ab und beobachteten nochmals die Herde Steinböcke. Wieder auf Äugsten angekommen kehrten wir im Bergbeizli ein und wärmten uns bei Suppe und Kaffee auf, bevor uns die Bahn wieder ins Tal nach Ennenda brachte.

Es war eine gemütliche und gesellige Wanderung, trotz der etwas kühleren Temperaturen. Vielen Dank allen Teilnehmenden für den schönen Tag.

Ursula Brühwiler



Heizöl schon bestellt?

Wir beraten Sie gerne

055 640 16 66

info@oelhauser.ch www.oelhauser.ch



Das Datum, den 11. Februar 2017 stand schon lange auf dem Jahresprogramm. Dieser Abend versprach eine Vollmondschneeschuhtour. Im Winter ist dies etwas ganz eindrückliches und jedem zu empfehlen. Voraussetzung ist jedoch, dass das Wetter ebenfalls mitspielt. Ein wichtiger Faktor der sich nicht vorausplanen lässt. Umso zufriedener traf man sich bei schönstem Wetter in Schwanden. Bereit für ein gefreutes Erlebnis. Eine wunderbare Abendstimmung und beste Verhältnisse machten den Aufstieg zur Skihütte Obererbs zu einem kurzweiligen Vergnügen. Der altbekannte Föhn blies uns während des Aufstiegs mässig um die Ohren. Oben angekommen war es Zeit für den gemütlicheren und geselliger Teil des Abends. Die Skihütte Obererbs hatten wir ganz für uns, so konnten wir während des Fondueessens in aller Ruhe zahlreiche Geschichten austauschen. Währenddessen brachte sich draussen der Vollmond in Position. Man hoffte ja, dass der Mond sich zeigen und die Lampen gar nicht nötig sein würden. Nun ja, beim Verlassen der gemütlichen Stube



machte sich der Mond etwas rar, einzelne Wolken verborgen ihn. So tanzten denn die leuchtenden Punkte abwärts. Bald aber konnten die Funzeln gelöscht werden – der Mond zauberte eine grandiose Atmosphäre und der Wind rauschte durch die Tannen. Manch einer staunte ob dieser einzigartigen Stimmung.

Gut gelaunt verabschiedete man sich und versprach, bei der nächsten Gelegenheit wieder dabei zu sein.

Ihre lokalen Planer mit internationalem Format



Jackcontrol AG · Runge AG

Buchholzstrasse 50 · 8750 Glarus · Schweiz
Tel. +41 (0)55 650 20 20 · Fax +41 (0)55 650 20 30
info@jackcontrol.com · www.jackcontrol.com
info@runge-ag.ch · www.runge-ag.ch



Best of 2016



Saatenrennen Diesbach



Herbstwanderung Schilt



Jugendtraining



RBT Wettkämpfer



Hauptversammlung



Bergrennen Richisau



CrossCountry Rennen



Biketour Weissenberge



RBT am Cape Epic in Afrika



Am 14. Januar starteten Fabienne und Ueli am Skitourenrennen Munggärung in Elm.

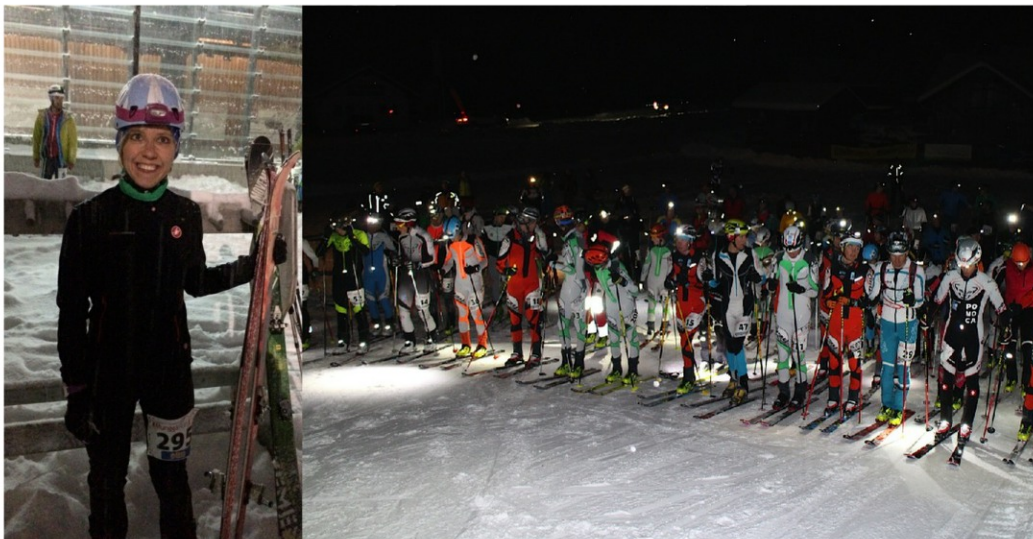
Für Fabienne war es das erste Rennen auf den Tourenski und ich durfte mich bereits ein Jahr davor an diesem Rennen den Berg hoch quälen. Dementsprechend waren wir fast ein bisschen nervös.

Bei starkem Schneefall und minus 4 Grad erfolgte um 18:00 Uhr pünktlich der Massenstart mit über 100 Läufer. Die Vordersten waren dann bald einmal aus Sichtweite. Und der schnelle Start ging in einen angenehmen Rhythmus über. Kaum einen guten Rhythmus gefunden, waren die Beine auch schon etwas sauer und es wurde immer härter das Tempo zu halten. Es galt auf 5200 Meter 670 Höhemeter zu überwinden gefolgt von einer kurzen Abfahrt ins Ziel.

Wir waren gut unterwegs und passierten an guter Position das erste Mal das Restaurant Empächli. Ab da wurde es dann steil und die letzten Kräfte konnten wir nochmals mobilisieren. Oben galt es möglichst schnell unsere Felle von den Skiern zu nehmen. Naja... das könnte noch etwas effizienter gehen, wenn wir uns zu anderen vergleichen, welche die Skier gar nicht abziehen mussten. Ok es war auch etwas Materialabhängig!

Nach 47:31 min erreichte ich das Empächli wieder. Genau gleich schnell wie das Jahr zuvor. Nur 11 Minuten Später kam auch schon Fabienne mit 58:25 Minuten ins Ziel. Bei den Volksläufern galt die Durchschnittszeit (1:04:52h) als Siegeszeit, und so erreichte Fabienne den 24. Und ich den 40. Rang. Bei den Damen hätte Fabienne doch den 4. Rang erreicht mit dieser Zeit. Das ist wohl ein guter Grund nächstes Jahr in dieser Kategorie zu starten. Es wäre cool nächstes Jahr noch ein paar weitere RBT-ler in Elm anzutreffen.

Ueli Rhyner&Fabienne Grünig



Spitzengastronomie aus Ihrer Küche.

Der Electrolux ProfiLine Profi Steam. Entdecken Sie die Möglichkeiten.



Trocken



VarioGuide



Echtbild-Display

Mit dem neuen VarioGuide können Sie per Touch-Display Einstellempfehlungen für 220 erlebte Gerichte auswählen. Der innovative Garraum bleibt innen praktisch trocken. Und dank des Feuchtigkeitssensors, der sich dem Gargut anpasst, ist eine optimale Qualität immer garantiert. Kochen Sie wie ein Spitzenkoch: mit mehr Geschmack. Aber viel weniger Arbeit. Was der Alleskönner sonst noch kann, erfahren Sie auf ELECTROLUX.CH



Die Passion für die zweirädrige Fortbewegung entwickelten wir bereits vor einigen Jahren in den Bergen um den Walensee. Die Federwege unserer Drahtesel wurden über die letzten Jahre länger, das Rahmengewicht geringer und die technischen Fähigkeiten besser. Diese zunehmende Begeisterung für das Biken war dann auch ausschlaggebend für unsere Entscheidung, Südamerika während 6 Monaten nicht als Backpacker zu bereisen, sondern auf Tourenfahrrädern abzustampeln. Es sollte unsere erste Radreise in dieser Form werden. Internetrecherchen und Fahrradladenbesuche prägten die Wochen der Vorbereitung. Mit dem fixen Reisezeitfenster von Ende August bis Ende Februar war die Wahl von Start- und Zielort eine grundlegende Frage unserer Planung. War doch klar, dass wir in dieser Zeit ca. 55° Breitengrade durchqueren werden. Da wollen die saisonalen und regionalen Durchschnittswerte von Regenmenge, Temperatur, Windrichtung und -geschwindigkeit genau studiert und berücksichtigt werden. Soviel vorweg: es hat sich auszubezahlt auf unserer Reise von Quito in Ecuador nach Ushuaia auf Feuerland.

Nach dem Auspacken der Velos aus Ihren Reisekartonschachteln waren wir eine erste Sorge los - die Papalagis hatten die Flugreise in einem Stück überstanden. Nach vier Tagen in Quito und der ersten Bekanntschaft mit der Höhenkrankheit auf dem 4696 hohen Hausberg von Quito starteten wir unsere Reise. Zum ersten mal die vollbepackten Räder an unserer Seite, verliessen wir das Hostel und brachen auf. Apropos „brachen“, beim Heben der Räder über die ca. 40cm hohe Türschwelle brachen wir uns fast den Rücken. Was zum Hochhieven ein Ding der schieren Unmöglichkeit war, sollte sich schon bei der ersten groben Steigung als einiger angenehmer erweisen – wenn man pedalierend im Sattel sitzt.



Nach einmal „Linthal-Niederurnen“ waren wir dann auch langsam aus Quito raus und fuhren auf dem Pannestreifen von 2-3 spurigen Autobahnen unserem Abenteuer entgegen. Ecuador war für uns das erste Land dieser unseren ersten Radreise. So hielten wir uns an die Empfehlungen der einschlägigen Printliteratur und fuhren grösstenteils auf der Carretera 35. Nach einem Abstecher zum Cotopaxi Nationalpark und einem geschüttelten Bike-Downhill von 5000m auf 3000m den Chimborazo runter, überquerten wir unsere erste Grenze. Es ging ganz problemlos, so wie die nächsten 10 weiteren Male auch. Unsere Allerwertesten gewöhnten sich an die immer passender geformten Ledersättel und mit der schwindenden Ungewissheit die eine solche neue Reiseart mit sich bringt, fingen wir an, uns über alternative Wegplanungen online zu informieren. Auch in dieser Hinsicht birgt das Internet eine scheinbar unendliche Fülle an Informationen zu Radrouten, fern ab vom Schwerverkehr und bis ins letzte Detail beschrieben mit GPS Daten, Schlafplätzen, Trinkwasserquellen etc.

So nahm die Reise ihren Lauf und wenn ich in diesem chronologischen Tempo weiter schreiben würde, wären wir noch weitere 100 Seiten zusammen unterwegs. Deshalb folgen ab hier nun Höhepunkte und Anekdoten.

In der „peruanischen Schweiz“ rund um die Touristenhochburg Huaraz überfuhren wir mit dem Fahrrad den höchsten Pass dieser Reise – Punto Olimpico 4890 MÜM – und sahen zwei der bis dato eindrucklichsten Passpanoramen, eingeklemmt zwischen 6000ern, Gletschern und über tiefblauen Seen.

Bei der überbeuerten Besichtigung der durchaus beeindruckenden Machu Picchu Ruinen mit ca. 2500 weiteren Touristen wurden wir uns nicht zum ersten Mal dem grössten Privileg des Reisens mittels Velo bewusst: die Freiheit, jederzeit weiterfahren oder anhalten zu können, die Wege so zu wählen wie man das für sich selbst bestimmt hat, dann zu essen man Hunger hat, etc.

Nach der vierägigen Umrundung des Titicacasees kurz vor dem Eindunkeln in El Alto einzufahren und von dort in den mit Häusern übersäten Talkessel von La Paz runter zu schlängeln – den Illimani von der Abendsonne angeleuchtet im Hintergrund.

Fortsetzung Abenteuer Südamerika:

Die Durchquerung der beiden Salzseen (Salar) von Coipasa und Uyuni war ein surreales Erlebnis sondergleichen. Ohne jegliche Referenzgrösse am Horizont ist es nicht erstaunlich, stammen von hier die kreativsten Photographien mit dem Spiel der Tiefenperspektive. Hat man denn auch genügend Zeit, sich diese während stundenlanger Stramperei über pickelharte Salzpisten auszudenken.



Bedeutend anstrengender wurde es auf der „Lagunen Route“ – einer ca. 350km langen Strecke durch das wunderschönste Nirgendwo in Bolivien. Die abwechslungsweise zum durchspulen weiche oder zum Zahnplomben verlieren harte wellblechförmige Sandpiste hatte es in sich wie nichts anderes auf dieser Reise. Aber wir wurden belohnt. Belohnt mit einer unglaublich eindrücklichen Landschaft hinsichtlich Farben & Formen – oranger Sand vor orange-gelb-braun-grünen Bergen und immer wieder vorbei an Lagunen in allen Farben von türkis bis rot.

Patagonien in Chile und Argentinien – wie die Schweiz, nur alles viel weniger besiedelt und verbaut, Gipfel wie die Tschingelhörner in XXL gibt es en masse, genauso wie Wälder, Seen und Flüsse. Und schliesslich Feuerland, eine Einöde am Ende der Welt, die wir mit so wenig Wind durchfahren, dass es jeglicher Statistik die Glaubwürdigkeit raubt.

Das letzte Highlight hatte uns fast konstant begleitet, das Wetterglück mit wenig Regen und Gegenwind, das Ausbleiben von Un- und Überfällen, die netten Weggefährten die uns immer mal wieder radelnd begleiteten, das Material welches bis auf ein gebrochenes Schaltauge, zwei Ketten, eine gebrochene Speiche und ein paar Schläuche gehalten hat was wir uns davon versprochen.



Nach 6989 km, 82'555 Höhenmetern und auf 98 Fahrtage verteilten 487 Stunden im Sattel sind wir zurück in der Schweiz und freuen uns wieder, die technisch anspruchsvollen Singletrails mit etwas weniger schweren und trägen Bikes zu befahren. Und dabei ist es auch ganz in Ordnung, wenn die Aussicht nicht mehr so spektakulär ist wie in Südamerika, gehört der Fokus hier doch auch auf die Schlüsselpassage gerichtet und nicht in die weite Ferne.

Severin Stähli

RAD.BIKE.TEAM. FRIDOLIN

KIDS BIKE LAGER 2017

GSTAAD[®]
S A A N E N

06.-12.08.2017



*Alle Kinder von der 1. Klasse bis 16 Jahren,
Auch NICHT-Mitglieder des RBT Glarnerland sind herzlich willkommen.*

*Täglich 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.*

weitere Infos unter www.rbt.gl

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



Anmeldeformular und Infos auf www.rbt.gl

8. Tour Fridolin 2017

Sonntag 25. Juni 2017

Organisator:
Verein OK Tour Fridolin

Eckdaten:
Besammlung: Sonntag, 25. Juni 2017 9:00 Uhr
Ort: Landsgemeindeplatz Glarus
Distanz Aufstieg: 21 Kilometer
Höhenmeter: 1600 Höhenmeter
Fahrzeit Aufstieg: ca. 3-4 Stunden
Ziel: Braunwald/Gumen 1905 m.ü.M

Strecke:
Glarus-Schwändi-Leuggelen-Bächi-Gumen
auf der offiziellen Bikeroute
Abfahrt: individuell
Strecke ist gut fahrbar (gut ausgebauter Weg)
die letzten ca. 500m zum Gumen müssen
unter Umständen zu Fuss bestritten werden

Anmeldung:
Nicht nötig/ wir freuen uns auf jede(n) Teilnehmer/in
Die Teilnahme ist kostenlos, Konsumationen
sind selber zu bezahlen

Highlights 2017:
-Begleitung Hinfahrt durch Biker des RBT Fridolin
-Kleine Überraschung auf dem Gumen, spendiert
vom OK Verein Tour Fridolin
-Gemütliches Beisammensein im Rest. Gumen
-Individuelle Rückfahrt gemeinsam oder
selbstständig

Versicherung/Allgemeines
-Versicherung ist Sache jedes Teilnehmers
-Es gilt das Strassenverkehrsrecht
-Gegenseitige Rücksichtnahme (Wanderer etc)

Kontakt:
Kurt Reifler, Thonerstrasse 49, 8762 Schwanden
kfreifler@bluewin.ch, 079 552 79 93
www.tourfridolin.ch

Biken mit Spass



Am 25. Juni findet auch in diesem Jahr wieder eine Tour Fridolin statt, allerdings in einem anderen Rahmen. An dieser 8. Tour Fridolin kann das Bike aus dem Keller genommen werden. Die Tour ist für viele Freunde Radsports gut zu bewältigen, vorausgesetzt die 1600 Höhenmeter werden nicht gescheut. Wir werden gemeinsam in Glarus starten und zusammen den Weg in den Gumen in Angriff nehmen. Mehrheitlich auf Waldstrassen und gut ausgebauten Wanderwegen gehts bergwärts. Auf dem Bike anspruchsvoll sind nur die letzten paar Meter zum Restaurant Gumen, sie sind steil. Zu Fuss ist dieses letzte Stück jedoch schnell überwunden. Für die ambitionierten Biker sind diese letzten ca. 100 Höhenmeter eine interessante Challenge. Oben angekommen wirds gemütlich bei musikalischer Unterhaltung und feiner Verpflegung. Zur Abfahrt stehen verschiedenste Varianten zur Verfügung, die je nach den persönlichen Vorlieben gewählt werden können. Näheres zu den Abfahrten findet ihr auf unserer Homepage.

Zu dieser Tour sind alle Willkommen, gerne begrüßen wir auch interessierte die auf eine andere Art und Weise den Berg bezwingen. Die Organisatoren und die Mitwirkenden würden sich über eine grosse und vielfältige Teilnehmerschaft freuen.

Ziel: Restaurant Gumen 1905 m.ü.M

Aktuelle Infos zur Tour jeweils auf:
www.tourfridolin.ch

www.tourfridolin.ch

Glarus 474m.ü.M
Start: 9:00

Schwändi 700m.ü.M
ca. 9:40

Seilbahn Brunnenberg
1100m.ü.M ca. 10:30

Bächi
1400m.ü.M

Unterstafel
Braunwaldalp
1470m.ü.M

Skiweg Gumen



powered by:



**Glarner
Kantonalbank**



TOSKANA 2017



Bericht: Ursula Eugster



Am Samstag 1. April reisten einige Mitglieder des RBT-Fridolin nach Massa Vecchia in der Toskana um die ersten Trainingskilometer auf dem Rad zu machen.

Bei schönstem Wetter und herrlichen Temperaturen angekommen, wurden die Velos parat gemacht und das Trikot angezogen.

Eine erste Runde wurde in der Gegend Massa Marittima gedreht und Pläne für die kommende Woche geschmiedet.

Am Sonntag ging es dann endlich auf die erste Tagestour los, zwar mit etwas Regen aber nicht mit minderer Motivation der Teilnehmer. Die Strecke führte uns über Roccastrada, wo es dann auch einen heissen Espresso zu aufwärmen gab.

Die Abfahrt von Prata nach Massa Marittima ist jedes Jahr ein Highlight, 10 km schönste Kurven und kein Verkehr. Diese Abfahrt lässt jedes Gümmler Herz höher schlagen.



Die Woche hindurch waren wir alle ganz individuell unterwegs, die Gümmler sammelten Kilometer und Höhenmeter, fuhren Strecken bis nach Siena und zurück, die Insel Elba wurde mit dem Velo besucht oder die Singeltrails rauf und runter gefahren.

Für die Biker bot das Biker Mekka Massa Vecchia dieses Jahr ein paar neue Leckerbissen, sie bauten in mühevoller Arbeit den Winter hindurch 4 neue Singeltrails der Extraklasse.

Die Trails führen durch die wunderschönen Wälder der Toskana und manch einer nahm gleich wieder den Anstieg auf sich um dieses Bike Vergnügen nochmals zu genießen.

Auf unseren Touren entdeckten wir natürlich immer wieder die einheimische Flora und Fauna.

Dieses Jahr hatten wir Begegnungen mit einem Wildschwein, einer Schlange, zwei riesen Kröten und zwei Skorpionen. Wobei zu erwähnen ist, dass die zwei Skorpione blinde Passagiere waren, die sich in unseren gesammelten Pinienzapfen versteckten und im Rucksack mit ins Hotel kamen.

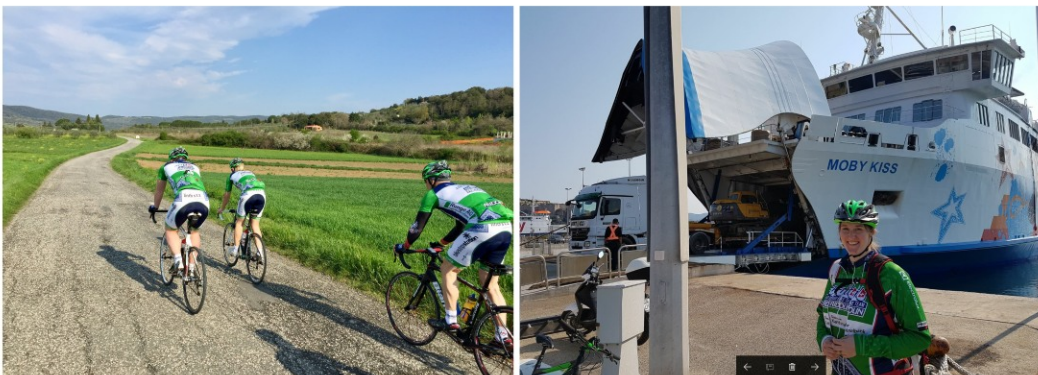


Fortsetzung Toskana:

Wir radelten vorbei an Rebbergen, Olivenplantagen, Rapsfeldern, Pferdeweiden und riesigen Äcker. Natürlich durfte eine Biketour ans Meer nicht fehlen. Dort angekommen genossen wir die Ruhe alleine an einer wunderschönen Bucht namens Cala Viola.

Am Donnerstag endeten alle Touren ob Rennvelo oder Bike in einem Gewitter mit Hagel, die einen fanden Unterschlupf in einer Bushaltestelle, wieder andere waren mitten im Wald und kämpften sich durchnässt durch die wie sintflutartig mit Wasser gefüllten Trails durchs Unterholz. Der Spass kam dabei auf alle Fälle nicht zu kurz, zurück im Hotel wurden Schuhe mit Zeitungen ausgestopft und die Trikots zum trockenen aufgehängt. Am Freitag ging es dann, mit trockenen Kleidern wieder auf die nächste Tour.

Wir hatten eine sehr schöne Woche in der Toskana, für jeden war etwas dabei, das Essen im Hotel Massa Vecchia waren ein weiteres Mal sehr fein und jeder von uns, ging mit einem Lächeln im Gesicht am Ende der Woche nachhause.



8867 Niederurnen

COLIN STÜSSI GEWINNT INT. TOUR OF RHODES



Die 160 Fahrer hatten auf der „Sonneninsel“ in den drei Etappen mehr oder weniger Dauerregen. Colin Stüssi vom Team Roth-Akros ist kein Freund des Regens, dennoch zeigte er sich von der besten Seite. In der Ersten Etappe drückte das Team um Stüssi im ersten längeren Berg so aufs Tempo, dass sich 10 Fahrer lösen konnten. Stüssi der ebenfalls in der Spitze war, setzte dann kurz vor der Einholung der Spitzengruppe noch einen drauf und ergriff zusammen mit einem Dänischen Fahrer die Flucht. Die beiden Führenden, die noch 60 Kilometer vor sich hatten, harmonierten gut und konnten den Vorsprung bis auf 2 Minuten ausbauen. 10 Kilometer vor dem Ziel war Stüssi noch alleine und konnte bis ins Ziel durchziehen und gewann sein erstes Profirennen 30 Sekunden vor dem ehemaligen Fluchtgefährten und noch mit 1:15 Vorsprung aufs Feld.

Die zweite Etappe startete Stüssi als Leader. Seine Teamkollegen von Roth-Akros hielten auf dem



flachen Beginn der Etappe alles zusammen, in dem Bergigen Teil der Etappe konnte Stüssi der einer der Besten Bergfahrer an dieser Rundfahrt war, seine Gegner kontrollieren. So konnte er mit zwei verbliebenen Teamkollegen bis im Finale alles unter Kontrolle halten und erreichte Zeitgleich mit dem Sieger den 16. Rang.

In der dritten und letzten Etappe kamen dann einige Attacken auf das Leadertrikot von Stüssi. Dieser konnte aber auf sein Team zählen, die in sicher im Rennen hielten. Stüssi konnte die wichtigsten Gegner immer in Schach halten und kam wieder mit dem Sieger der Etappe als 24. ins Ziel. Somit gewann er seine Erste Rundfahrt. Zugleich gewann das Team Roth-Akros die Mannschaftswertung. Stüssi wird jetzt zwei Wochen zuhause sein Training absolvieren, bevor er zu den Nächsten Rennen in Frankreich fährt.



JAN FREULER IM NEUEN TRICOT

von Martin Müller



Bild: Geisser-Fotografen Manuel Geisser

Als «weiteren Schritt vorwärts» bezeichnet Jan Freuler seinen Wechsel. Nach vier erfolgreichen Jahren bei der Schweizer Elite-Mannschaft Hörmann trägt der 25-Jährige neu das Trikot der Majoja Pushbikers. «Letztlich ging es ganz schnell. Kurz bevor ich mit Hörmann meinen Vertrag verlängern wollte, fragte mich Pushbikers-Teamchef Christian Grasmann, mit dem ich 2014 an den Sixdays von Zürich gefahren war, ob ich nicht in seine Mannschaft kommen wolle», erinnert sich Freuler an den vergangenen Spätherbst. Der Reichenburger wollte und gehört seither einem der unkonventionellsten Radteams der Gegenwart an. So steht auf der Internetseite der auf Bahnrennen spezialisierten deutschen Mannschaft, die 2010 gegründet wurde,

beispielsweise zu lesen: «Was bleibt, wenn wir die Ziellinie überqueren, ist nicht die Platzierung. Es ist der Jubel der Zuschauer, der die Halle füllt.» Oder: «Was wir als Team auf Tour erleben, ist viel wichtiger als die Trophäen, die in unserer Vitrine stehen.»



Bild: Geisser-Fotografen Manuel Geisser

Auf schmalen Grat unterwegs

Freuler fasst sein neues sportliches Umfeld mit den Worten «Professionalität gepaart mit einer grosse Portion Leidenschaft» zusammen. Dabei bewegen sich die Pushbiker auf einem schmalen Grat. Denn einerseits müssen sie sportlich erfolgreich sein, um trotz fehlender Profillizenz an die prestigeträchtigen Rennen eingeladen zu werden. Andererseits zelebrieren sie ihren Sport bewusst auch als Lifestyle – mit der dazugehörigen Lockerheit, den professionellen Fotos von Trainings und Rennen und der enormen Präsenz in den Sozialen Medien.

Neben dem neuen Team gab es bei Jan Freuler eine weitere wichtige Veränderung. Anstelle von Kurt Steinmann ist neu Mike Bohli für das Verfassen der Trainingspläne verantwortlich. «Er sorgt für wichtige frische Impulse», beschreibt Freuler die Zusammenarbeit mit dem Vater von BMC-Fahrer Tom Bohli. Die Einheiten seien härter und im Gegensatz zu früher, als seine Pulswerte der wichtigste Indikator waren, sind nun die getretenen Watt-Werte an deren Stelle getreten. Mit Erfolg. «Ich fühle mich so gut in Form, wie noch nie zuvor», fasst Freuler zusammen.

Titel nach Möglichkeit verteidigen

Seine Verfassung wird bereits wöchentlich wichtigen und weniger wichtigen Tests unterzogen. Ein erstes Highlight steht am 23. Mai auf der offenen Rennbahn von Oerlikon an. An den Schweizermeisterschaften im Keirin möchte der Fahrer des VC Reichenburg seinen Titel aus dem Vorjahr verteidigen. «Mit einem weiteren Landesmeistertitel wäre ein Teilziel für die Saison 2017 bereits erreicht», sagt der zweifache Meister des vergangenen Jahres. Doch selbstredend hofft der gelernte Polymechaniker, der nach wie vor in einem 50-Prozent-Pensum auf seinem Beruf arbeitet, auch im Sprint am 10. Juni auf eine erfolgreiche Titelverteidigung. Der nächste Schritt – auch dieser wurde bereits ins Visier genommen – wäre eine EM-Medaille.

Und da ist – derzeit allerdings noch weit hinten in Freulers Gedanken – dieser Traum von einer Olympiateilnahme. «2020 wird die Disziplin Madison wieder olympisch sein. Um in diesem Rennen am Start zu stehen, werde ich alles geben», gibt sich der Märchler kämpferisch. Auch diesbezüglich soll sich der Wechsel zu den Pushbikers auszahlen. «In unserem Team ist sehr viel Erfahrung vorhanden. Da kann ich viel lernen und profitieren.»



Bild: cupnet Peter Mettler

JAHRESPROGRAMM



SA	18.03.2017	RENNRADTOUR LAGO DI LUGANO
SA	01.04. - SA 08.04.2017	TRAININGSLAGER, TOSKANA
SO	30.04.2017	EKZ CUP, SCHWÄNDI
SA	03.06.2017	BIKETOUR EL-EX PRESIDENTE
MI	07.06.2017	RADRENNEN KERENZERBERG, MOLLIS
MI	14.06.2017	OBERSEERENNEN, NÄFELS
SA	17.06.2017	KIDS/JUGEND TAGES-BIKETOUR
MI	21.06.2017	RADRENNEN NETSTAL-RICHISAU, NETSTAL
SA	24.06.2017	KIDS/JUGEND CHLÖTZLIPARCOURS
SO	25.06.2017	BIKE TOUR FRIDOLIN
SO	06.08.2017	ALPEN-CHALLENGE, LENZERHEIDE
SO	06.08. - SA 12.08.2017	KIDS/JUGEND BIKELAGER, SAANENMÖSER
MI	16.08.2017	RADRENNEN TALALPSEE, FILZBACH
SA	19.08.2017	RENNRADTOUR ST. LUTZISTEIG
MI	23.08.2017	WURST- UND BROTTRENNEN, MOLLIS
SA	02.09.2017	KIDS/JUGEND CROSS COUNTRY, GLARUS
SA	07.10.2017	SAATENRENNEN, DIESBACH
SA	05.10.2017	RBT HERBSTWANDERUNG am 14.10.2017
FR	20.10.2017	PLAUSCHABEND
FR	03.11.2017	SAISONABSCHLUSSHÖCK, NETSTAL
SA	03.02.2018	RBT SCHNEESCHUHWANDERUNG
FR	02.03.2018	HAUPTVERSAMMLUNG



An der Presidente-Tour gehen wir am 03.Juni einmal rund um den Walensee. Eine wunderschöne Tour bei der die Fähigkeiten auf dem Bike gefordert werden. Lasst euch diese Tour nicht entgehen. Weitere Infos folgen in kürze...

2. Glarner Sportler
des Jahres 2016
Jan Freuler

Radsport



- Schweizermeister Keirin
- Schweizermeister Sprint
- Schweizermeister Punktefahren
- 4. 1000m Zeitfahren

Colin Stüssi

Radsport



- 6. Strassen Schweizer Meisterschaft
- Teilnahme Tour de Suisse 2016
- 1. Nachwuchswertung Giro della Regione Friuli Venezia Giulia

Glarner Nachwuchssportlerin
des Jahres 2016
Lydia Hiernickel

Langlauf



- U20-Schweizer-Meisterschaften:
 1. 5 km Klassisch
 1. 10 km Skating
- Schweizer Meisterschaften Elite:
 1. 10 km Skating
 1. 15 km Skating
 2. 5 km Klassisch
 2. Sprint
- Junioren-Weltmeisterschaften:
 5. in der Staffel 4 x 2.5 km

IMPRESSUM

RBT news - offizielles Organ vom Rad.Bike.Team.FRIDOLIN

Herausgeber:

Rad.Bike.Team.FRIDOLIN

Redaktionsteam:

Samuel Schindler, Ursula Eugster, diverse Beiträge von Mitgliedern

Redaktionsadresse:

Samuel Schindler, Rütistalden 9, 8774 Leuggelbach, e-mail: sschindler@gmx.ch

Druck:

Fridolin Druck und Medien, Walter Feldmann AG.

Auflage:

200 Stück

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 20. September 2017

WIR SAGEN DANKE



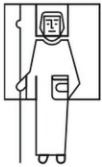
Herzlichen Dank liebe RBT`ler und Freunde des RBT`s

Inhalt

Wir sagen Danke:

- Dass Ihr durch Euer Mitwirken, den Verein zu dem macht was er heute ist.
- Dass Ihr die aktuellen RBT-Trikot`s mit Stolz und Würde in der Öffentlichkeit präsentiert. Dies ist die Beste Werbung für den Verein und unsere Sponsoren.
- Dass Ihr auch andere dazu motiviert, sich für den RBT einzusetzen.
- Dass Ihr unsere Sponsoren bei euren Einkäufen bevorzugt und unterstützt.
- Für eure motivierte Teilnahme an den diversen Anlässen, dies freut uns immer wieder.
- Dass Ihr auch dieses Jahr mit vollem Elan dabei seit.

Herzlichen Dank unserem Namenssponsor



Fridolin Druck und Medien

Herzlichen Dank unseren Hauptsponsoren



Herzlichen Dank unseren Co-Sponsoren



8867 Niederurnen

Herzlichen Dank unseren Gönnern

Glarner Krankenversicherung

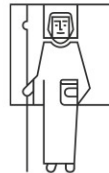
Martin Bowald AG Muldenservice

Debrunner Acifer



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 • www.fridolin.ch