

## Jahresbericht NWK NWS 2022



## Sehr geehrte Sponsoren, Liebe Gönnerinnen und Gönner, Liebe Eltern, Liebe ROLV- Mitglieder, Liebe OLUMNI- Mitglieder

Gerne lassen wir euch mit dem vorliegenden Jahresbericht 2022 in all unseren Aktivitäten, Events, Wettkämpfen, Lagern, Trainings und weiteren Anlässen vom vergangenen NWK NWS-Jahr schmökern. Es war wiederum ein intensives, spannendes, abwechslungsreiches sowie auch von lehrreichen Lektionen geprägtes Jahr. Dieses Jahr konnten wir mehrheitlich die Pandemiemaßnahmen hinter uns lassen und ein geregeltes Kaderjahr durchführen. Dadurch konnten wir ein sehr vielseitiges Programm absolvieren und durften vieles gemeinsam erleben!

## Inhalt

Rückblick Saison 2022.....	3
Nationale Resultate 2022.....	6
Mutationen.....	7
Nachwuchskader.....	7
Sprungbrett.....	7
Trainerteam .....	7
Kadermitglieder 2023 .....	8
Damen.....	8
Herren.....	8
Sprungbrett.....	8
Trainerteam 2023 .....	9
Vielen Dank!.....	10

# ol nachwuchskader nordwestschweiz



## Rückblick Saison 2022

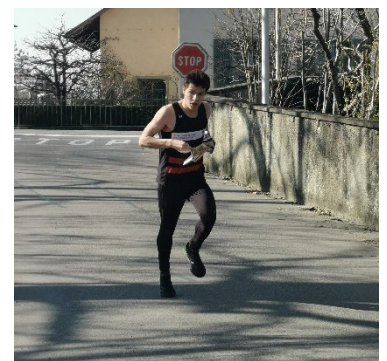
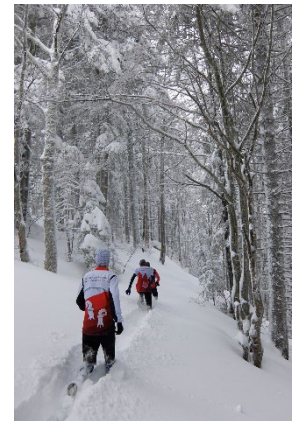
Im **Lauf-Kazu** (Kaderzusammenzug) im Dezember des noch alten Jahres ging es in den Jura. Genauer gesagt nach La Chaux-du-Milieu. Am Samstag absolvierten wir gleich zu Beginn einen Longjogg in verschiedenen Stärkengruppen. Am Nachmittag ging es anschliessend noch in die Turnhalle, wo vor allem Spiel und Spass im Vordergrund standen. Am Sonntag stand erneut ein Longjogg auf dem Programm. Beide Tage durften wir durch verschneite Winterlandschaften laufen, was den Appetit auf das kommende Wintertraining gleich noch mehr stärkte.

Der Lauf-Kazu war zugleich für die neuen Sprungbrettler (Anschlussgruppe des Nachwuchskaders) der erste offizielle Kaderanlass mit Übernachtung.

Im **Januar** konnten wir erstmals wieder nach Corona den **Polysportiv-Kazu** durchführen. Wir verbrachten dabei zwei Tage im Nationalen Sportzentrum in Magglingen. Aufgrund der Wettervorhersagen musste das Programm mehrfach geändert werden. Um zwei Tage zu Langlaufen hatte es zu wenig Schnee, um zu Biken hatte es zu viel Schnee. Not macht aber erfinderisch und daher konnten wir trotzdem ein sehr abwechslungsreiches Programm absolvieren. Am Samstag starteten wir mit einem Longjogg. Der überraschend starke Schneefall in der vorherigen Nacht brachte rund 50cm Neuschnee und der Longjogg wurde daher ein wenig mehr zum Schneespuren. Am Nachmittag konnten wir spontan doch noch auf die Langlaufski auf der extra für uns präparierten Loipe rund um die Leichtathletikbahn. Für einige Athlet:innen war dies der Erste Tag auf den Langlaufskis. Am Sonntag standen anschliessend mehrere kurze OL-Schleifen mit Massenstart auf dem Programm. Durch die anhaltenden Schneefälle lag noch mehr Neuschnee in den Wäldern was den Teilnehmenden Freude aber auch physisch intensive Läufe bereitete.

Im **Februar** folgte der **Baselbieter-Kazu**. Am Samstag besuchten wir gemeinsam den Muba-OL und am Sonntag stand der erste Kadercross auf dem Programm. Einige Athleten nutzten diese Möglichkeit gleich aus, um mit einer neuen persönlichen Bestzeit am Kadercross in die Saison zu starten.

Das vollgepackte nationale Wettkampfsjahr 2022 startete bereits früh mit mehreren Nationalen Wettkämpfen im **März**. Auf Grund dessen fand das **Frühjahrs Trainingslager** dieses Mal bereits in den Ski-Ferien statt. Für das kurz TL über fünf Tage ging es in die Region Winterthur. Dabei galt es, mit vielen technischen Trainings die OL-Fertigkeiten zu stärken. Unter anderem führten wir zum ersten Mal ein Training im KO-Sprint mit «Runner's choice» durch. Dabei hat der Läufer, respektive die Läuferin am Start drei verschiedene Postenschleifen, aus welcher Sie eine auswählen muss. Dieses neue Format wird bereits auf Eliteniveau angewendet und bedarf daher auch dem Training in unserem Regionalkader. Das Highlight des Trainingslagers war die gemeinsame Teilnahme an der Schweizer Nacht-OL Meisterschaft.



# ol nachwuchskader nordwestschweiz



Nach einem ruhigen April folgte im **Mai** eine heisse Wettkampfphase, denn es standen **Selektionsläufe** für die kommenden internationalen Wettkämpfe an. Am ersten Mai-Wochenende fand das Vorbereitungswochenende für die Selektionsläufe im französischen Jura statt. Ebenfalls in dieser Woche absolvierten die Athlet:innen den ersten Laufwettkampf, den 3000m Lauf auf der Bahn. Dabei konnten bereits einige ihre gute läuferische Form unter Beweis stellen und liefen neue persönliche Bestzeiten. Trotz Vorbereitung in relevantem Gelände gelang leider niemandem der gewünschte Exploit und eine damit verbundene Selektion an den Selektions-Wettkämpfen eine Woche später.



Nach einer Verschnaufpause bis zu den Sommerferien reiste das Kader 10 Tage nach Tschechien für das **Sommer-Trainingslager**. Mit dem Nachtzug reisten wir nach Prag. Von dort reisten wir dann mit den Mietautos nach Doksy, wo wir in einem Hotel untergebracht waren. Das Gelände in dieser Region ist bekannt für die labyrinthartigen Sandsteinformationen. Ein Jahr zuvor fand dort die OL-EM statt. Somit waren anspruchsvolle Trainings garantiert. Das Trainingslager wurde gemeinsam mit dem Zentralschweizer OL-Nachwuchskader durchgeführt. An einem Tag durften wir sogar gemeinsam mit dem nationalen Juniorenkader trainieren. Dies ermöglichte unseren Athlet:innen einen direkten Vergleich mit der nationalen Spitze. Neben viel OL kamen natürlich Baden, Sünnele, Fussball und das Zusammensein nicht zu kurz!



4

Nach dem Trainingslager folgten an den darauffolgenden drei Wochenenden jeweils zwei Wettkämpfe. Der Abschluss der Reihe bildete der **Jugendcup**, welcher dieses Jahr in unserer Region stattgefunden hat. Am Jugendcup wird alljährlich «das beste» OL-Nachwuchskader der Schweiz erkoren. Je vier Herren und Damen in allen Jugendkategorien kämpfen in der Staffel und im Einzellauf um Ruhm und Ehre für ihr Kader. Jedes Nachwuchskader wählt für diesen Anlass ein Motto und verkleidet sich dementsprechend. Das diesjährige Motto lautete «Minenarbeiter: Uf dr Suechi nach GOLD». Dementsprechend verkleideten wir uns als Minenarbeiter:innen mit Pickel und Schaufeln.

Kaum erholt vom den vielen Wettkämpfen ging es Schlag auf Schlag weiter mit einem dicht gedrängten Programm in die Herbstsaison. Im **September** fand das **regionale Jugendweekend**, in Zusammenarbeit mit den Vereinen, statt. Mit den vielen Nachwuchsathlet:innen aus der gesamten Nordwestschweiz absolvierte das Kader den PISTE-Testtag, ein Sprinttraining in Sissach, sowie am Folgetag ein Techniktraining und Abschlussstaffel auf dem Rheinfelderberg.



**GARAGE KEIGEL**



# ol nachwuchskader nordwestschweiz



Im **Oktober** folgte nochmals ein abschliessendes nationales Wettkampfwochenende in Davos. Gleich anschliessend an die Wettkämpfe ging es weiter in das **Herbst-Trainingslager** nach Brambrüesch.

Neben den Kaderathlet:innen war dieses Lager auch offen für junge Jugendliche aus den Vereinen. Dies ermöglichte es den Jugendlichen, Kaderluft zu schnuppern. Bei herrlichem Herbstwetter trainierten wir während 5 Tagen in den Bündner Bergen und die jüngeren konnten viel von den älteren Athlet:innen profitieren.



Am **Baselbieter Team-OL (23.10.)** zeigten die Kaderathleten wieder einmal, was für Kuchenback-Künstler in ihnen stecken. Alle Kaderathlet:innen mussten fleissig backen, damit der Kuchenstand ausreichend ausgestattet werden konnte. Durch das fleissige Verkaufen der gebackenen Kuchen, konnte ein wichtiger Zustupf für die Kaderkasse erwirtschaftet werden.

Am **29. Oktober** organisierte das Kader den alljährlichen **OL Galoppen**. Auf der Karte «Stürmekopf» wurde der SJM-Schlusslauf bei grossartigen Bedingungen ausgetragen. Das Feedback war durchwegs positiv und die angebotenen Kuchen und Hot-Dogs wurden sehr gut verkauft.



Im **November** ist die aktuelle OL-Saison für das OL Nachwuchskader Nordwestschweiz abgeschlossen. Die Athleten gönnen sich eine Trainingspause, damit sich Körper und Geist von der anstrengenden Saison erholen können, um mit frischem Elan ins Wintertraining zu starten.

Mit der **alljährlichen Kaderversammlung am 3. Dezember** wird das Kaderjahr 2022 abgeschlossen und das Kaderjahr 2023 gestartet.

## Nationale Resultate 2022

Alle Top-10 Resultate an nationalen Wettkämpfen in der Saison 2022. Aufgrund der dünnen Athletendichte fiel die Frühlingssaison etwas spärlich aus.

### Nacht OL SM, Wangenerwald

- 7. Andri Seiz (H20)
- 6. Noel Voeste (H14)
- 7. Isabel Ruchel (D20)
- 10. Anaelle Müller (D14)

### 1. Nationaler OL, Geissberg

- 10. Isabel Ruchel (D20)

### 2. Nationaler OL, Tämbring-Isikerberg

- 7. Andri Seiz (H20)

### 3. Nationaler OL, Löörwald-Riedererwald

- 8. Marc Weber (H20)
- 10. Alvina Koch (D14)

### 4. Nationaler OL, Bremgarten bei Bern

- 6. Andri Seiz (H20)
- 8. Alvina Koch (D14)

6

### 5. Nationaler OL, Chaumont Pierre-à-Bot

- 5. Andri Seiz (H20)

### 7. Nationaler OL, Dreiländereck

- 10. Marc Weber (H20)
- 3. Isabel Ruchel (D20)

### Sprint OL SM, Basel

- 6. Alvina Koch (D14)

### Mitteldistanz OL SM, Corcelles

- 4. Andri Seiz (H20)

### 9. Nationaler OL, Dötra

- 5. Marc Weber (H20)

### Langdistanz OL SM, Selamatt

- 9. Andri Seiz (H20)

### 11. Nationaler OL, Madrisa

- 7. Andri Seiz (H20)
- 9. Isabel Ruchel (D20)

### 12. Nationaler OL, Zugwald

- 5. Andri Seiz (H20)
- 9. Isabel Ruchel (D20)

## Mutationen

### Nachwuchskader

Ende Saison erfreuten wir uns über viele neue Bewerbungen für das Nachwuchskader sowie für unser Anschlussgefäss Sprungbrett. Wir konnten erstmals ganze 9 Athlet:innen für das Sprungbrett selektionieren. Ebenfalls schafften mehrere Athlet:innen aus dem Sprungbrett den Übertritt ins Kader. Somit werden wir das kommende Jahr mit 11 Athlet:innen im Kader und 9 Athlet:innen im Sprungbrett starten. Dies zeigt nun die Früchte der anhaltenden Arbeit junge Talente in der Region für den Leistungssport zu gewinnen. Gleichzeitig zeigt es aber auch den Bedarf nach einem Lokalen Talentstützpunkt (LTS) auf. Dieser begleitete das Trainerteam ebenfalls das ganze Jahr. So bemühten wir uns über das ganze Jahr, ein LTS im regionalen Verband und den Vereinen zu promoten. Leider stiess dies nicht auf die nötige Unterstützung. Erfreulicherweise konnte mit Christopher Stern jemand gefunden werden, der sich bereit erklärt, nun einmal im Jahr ein regionales Jugendlager zu organisieren.

### Austritte

- Marc Weber (Jg. 02) tritt altershalber aus dem Nachwuchskader aus.
- Alec Kitsis (Jg. 05) tritt aus persönlichen Gründen aus.

Wir wünschen Marc und Alec alles Gute und eine erfolgreiche sportliche Zukunft!

### Neumitglieder

Die Athlet:innen Gabriel Dorn (Jg. 07), Noël Voeste (Jg. 08), Anaëlle Müller (Jg. 08) und Alvina Koch (Jg. 08) schafften im Herbst den Sprung vom Sprungbrett ins Nachwuchskader. Charlotte Plattner (Jg. 06) selektionierte sich direkt ins Nachwuchskader. Die neuen Athlet:innen wurden an der Kaderversammlung offiziell begrüsst.

7

### Sprungbrett

Wir freuen uns, für das Jahr 2023 zwei junge Damen und 4 Herren neu ins Sprungbrett aufnehmen zu können:

- Laurianne Plattner (Jg. 07), OLG Basel
- Carla Castelli (Jg. 09), OLV Baselland
- Laurent Schiltz (Jg. 07), OLG Basel
- Levin Hürlimann (Jg. 09), OLV Baselland
- Linus Pusterla (Jg. 10), OLG Basel
- Lukas Studer (Jg. 09), OLG Basel

Wir hoffen, die Athlet:innen für den OL zu begeistern, und hoffentlich im nächsten Jahr als Kaderathlet:innen in unserem Team aufnehmen zu können.

### Trainerteam

Auf Ende Jahr endete auch die Trainerzeit von Mathias Birrer. Mathias war während 8 Jahren als Trainer, davon die vergangenen 5 Jahre als Cheftrainer, im NWK NWS tätig. Er schaffte es, nach turbulenten und wechslungsreichen Jahren im Trainerteam wieder Ruhe und Konstanz reinzubringen. Wir danken Mathias herzlichst für sein grosses Engagement zugunsten des OL-Leistungssports in unserer Region.

Weiterhin sind Roxana Zehabchi, Saskia Grieder, Fabian Gürtler und Lukas Lombriser (neu Cheftrainer) Teil der Kaderleitung.

# ol nachwuchskader nordwestschweiz



Kadermitglieder 2023

## Damen

Isabel	Ruchel	26.06.2003	D20	OLV Baselland	Studentin
Charlotte	Plattner	11.01.2006	D18	OLG Basel / OLV Baselland	Schülerin
Anaëlle	Müller	23.09.2008	D16	OLV Baselland	Schülerin
Alvina	Koch	28.03.2008	D16	OLV Baselland	Schülerin

## Herren

Noël	Voeste	04.05.2008	H16	OLG Basel	Schüler
Theo	Böhm	18.02.2007	H16	OLV Baselland	Schüler
Gabriel	Dorn	26.07.2007	H16	OLG Basel	Schüler
Finn	Alabor	16.10.2006	H16	OLG Kakowa	Schüler
Samuel	Beyeler	30.06.2005	H18	OLG Basel	Schüler
Nils	Pachlatko	13.12.2005	H18	OLV Baselland	Schüler
Andri	Seiz	18.7.2003	H20	OLV Baselland	Schüler

## Sprungbrett

Linus	Pusterla	14.05.2010	H14	OLG Basel / OLV Baselland	Schüler
Levin	Hürlimann	17.11.2009	H14	OLV Baselland	Schülerin
Lukas	Studer	28.10.2009	H14	OLG Basel / OLV Baselland	Schüler
Anina	Roth	16.05.2009	D14	OLV Baselland	Schülerin
Carla	Castelli	09.04.2009	D14	OLV Baselland	Schülerin
Tim	Pachlatko	19.09.2008	H14	OLV Baselland	Schüler
Julian	Grütter	01.03.2008	H14	OLV Baselland	Schüler
Laurianne	Plattner	17.11.2007	D16	OLG Basel / OLV Baselland	Schülerin
Laurent	Schiltz	24.10.2007	H16	OLV Baselland	Schüler

# ol nachwuchskader nordwestschweiz



## Trainerteam 2023

Lukas	Lombriser	01.08.1990	OLG Basel	Entwicklungsingenieur Nachwuchstrainer
Roxana	Zehtabchi	23.07.1993	OLV Baselland	Vermessungsingenieurin JS Trainerin
Saskia	Grieder	03.06.1993	OLV Baselland	Tierärztin JS Trainerin
Fabian	Gürtler	10.11.1995	OLG Kakowa	Wirtschaftsingenieur Nachwuchstrainer

# ol nachwuchskader nordwestschweiz



Vielen Dank!

Für die grosszügige Unterstützung die Sie, liebe Sponsoren, liebe Gönnerinnen und Gönner und liebe Eltern, uns in diesem Jahr zugutekommen liessen, möchten wir uns ganz herzlich bedanken! Besonders bedanken möchten wir uns bei unserem Hauptsponsor, der EGK Gesundheitskasse, für die grosszügige Unterstützung zuhänden des Nachwuchskaders.

Ein herzliches Dankeschön geht auch an alle Helfer:innen, Postensetzer:innen, Köch:innen, Trainingsorganisatoren:innen und Material- und Auto-Ausleiher:innen, welche uns im vergangenen Jahr mit ihrem Einsatz einen grossen Dienst erwiesen haben!

Dem ROLV-Vorstand danken wir für das Vertrauen in unsere Arbeit und die administrative Unterstützung im Hintergrund.

Wir wünschen Ihnen allen einen gelungenen Start ins 2023!

Bei Fragen geben wir gerne Auskunft.

Das Trainerteam