X'tra Poscht April 2015

16.4.2015
Zum Jahresabschluss der X'tra sei an dieser Stelle auch nochmals auf die bevorstehende Vereinsversammlung vom 08. Mai 2015 aufmerksam gemacht. Im Anhang zur Einladung findest Du nun auch noch das Protokoll der letztjährigen VV. Des Weiteren sind wir natürlich immer noch über jeden Helfer und jede Kuchenspende sehr dankbar.

Bitte beachte auch, dass eine neue Vereinsbekleidung in Planung ist, welche ebenfalls an der Vereinsversammlung probiert werden kann.

In diesem Sinne wünsche ich Dir beim Lesen und natürlich beim Sport viel Vergnügen.

Sportliche Grüsse
Pascal

- **Einladung zur Vereinsversammlung vom 08. Mai 2015**

  - **Wann: Freitag, 8. Mai 2015, 18.30 Uhr Apéro, 19.00 Uhr Beginn Vereinsversammlung. Wo: Roter Turm Baden, Saal 2, Rathausgasse 5, 5400 Baden**

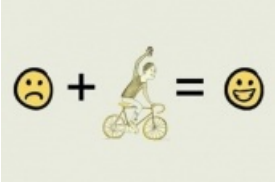
    Die Einladung sowie das Protokoll 2014 kannst Du dem Anhang entnehmen.

    Anhänge

    EinladungVV2015_05_08(1).docx

    VV_2014_Protokoll_2014-05-09.pdf

- **Ausschreibung zum 15. Bike-Fahrtechnikurs vom 25. April 2015**

  - 

    Wir üben Geschicklichkeit, Gleichgewicht, überwinden von Hindernissen und das lesen des Geländes. Das Training ist geeignet für Einsteiger und Fortgeschrittene.

15.Xtra Bike-Fahrtechnikkurs

Samstag, 25. April 2015

Treffpunkt: wie jedes Jahr auf der Baldegg, unterhalb vom Wasserturm, 8.45 Uhr

Ausrüstung: Fahrtüchtiges Bike, Helm, Velohandschuhe, Motivation

Durchführung: Nur bei Regen nicht! Auskunft am Vorabend 079 205 62 67

Dauer: 9.00 Uhr bis ca. 13.00 Uhr

Angaben: Name, Vorname, Jahrgang, Tel. , Mail Adresse

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer

Anmeldung an: sepp@seppbuck.ch sofort, aber bis spätestens am 15. April

Frühling, Zeit für ein gemeinsames Fahrtechniktraining auf der Baldegg!
Ein idealer Zeitpunkt für einen guten Start in die neue Bikesaison mit mehr Fahrspass im Gelände. Wir üben Geschicklichkeit, Gleichgewicht, überwinden von Hindernissen und das lesen des Geländes. Das Training ist geeignet vom Einsteiger bis zum fortgeschrittenen Biker.

Also Xtra Biker-Innen denkt dran, biken macht Freude!

Sportliche Grüsse, die Xtra Bike Guides

Hier geht's zur Ausschreibung

- **Ausschreibung zur Frühlings-Biketour vom 05. - 07. Juni 2015**

  -

3 Biketage im tollen Grenzgebiet zwischen Mont d Or und Chasseron.

Biketouren um Vallorbe

5. bis 7. Juni 2015

Technische Anforderung:
mittelschwierig, Traillastige Wege, ab und zu kurze Laufpassagen

Konditionelle Anforderung:
mittel, je etwa 4 bis 6 Std im Sattel

Anreise/ Treffpunkt:
am Freitag 6.00 Uhr unterhalb Tennisplatz in Dättwil, beim Kiesplatz am Waldrand

Ausrüstung:
Fahrtüchtiges Bike, Helm, Brille, Ersatzschlauch, Werkzeug, Zwischenverpflegung, Getränk, Regenschutz, ev. Halbtaxabo. Kleider für am Abend bleiben im Auto!

Verpflegung:
etwas für tagsüber mitnehmen, es hat aber einige Beizen am Weg

Unterkunft:
im gemütlichen Hotel L Auberge in Baulmes http://www.lauberge.ch/site/fr/hotel

Teilnehmerzahl:
16

Kosten:
Übernachtung mit Frühstück Fr. 50.- bis 70.- , Nachtessen à Discretion und Autospesen

Anmeldeschluss:
1. Mai

Anmeldung an:
sepp@seppbuck.ch

Durchführung:
Bei zweifelhafter Witterung am Vortag über Natel 079 205 62 67

Versicherung:
Ist Sache der Teilnehmer, es gilt das Xtra Tourenreglement

Die Ausschreibung kannst Du dem Anhang entnehmen, in Kürze wird sie auch im Kalender zu finden sein.

Anhänge

Frühlings-Biketour(1).docx

- **Vorstellung Landhus Bikeshop Ehrendingen**

  -

Ein kurzer Gruss an die X'tras

Es lebe der Sport – bei mir vor allem das Biken.

Als neuer Sponsor der X'tra hier ein paar Zeilen.

2005 gegründet, feiern meine Frau **Trix und** ich, **Dani Frei**, dieses Jahr das 10 Jahre Geschäftsjubiläum des **Landhus Bikeshop**s. Was anfänglich als lokale Velohandlung gedacht war, hat sich im Laufe der Zeit als gute Adresse für das muskelbetriebene 2-Rad etabliert.

Service, Reparatur, Beratung und individuelle Wünsche:
Ich bin stets daran interessiert, die bestmögliche Lösung anzubieten. Bei mir bekommt Dein Bike den Service, den es verdient.

Für einen starken Auftritt braucht es aber auch starke Produkte. Mit den Bike-Marken Wheeler, BiXS und Bergamont sowie der geschichtsträchtigen Bike-Marke YETI (von welchen ich jedes Einzelne individuell zusammenbaue) haben wir eine gute Abdeckung der vielseitigen Kundenwünsche.

Auch elektrische Antriebssysteme sind kein Fremdwort für mich. Seit den Anfängen in diesem Sektor arbeite ich mit dem BionX-Hinterradantrieb (verbaut vorwiegend bei Wheeler). Seit 2 Jahren habe ich das Sortiment mit dem Tretlager-Boschsystem ergänzt (verbaut vorwiegend bei Bergamont).

Bei uns findest Du natürlich auch die neusten Trends in der Bekleidung. Auch für Kinder hat Trix immer ein passendes Outfit auf Lager.

Wir haben das Rad zwar nicht neu erfunden, doch mit unserem Engagement dreht es kräftig:

- Jeweils am Donnerstag um 19 Uhr gemeinsame Bikerunden. Mehr Informationen auf unserer Webseite unter der Rubrik „Feierabendbiker“
- In der Radsport Schule Lägern. Mehr Informationen unter www.radsportschule.ch.

Zum Schluss die Goodies:

- X'tra-Mitglieder erhalten 20% Rabatt auf Zubehör und Bekleidung. Bitte sprich uns darauf an.
- Herzliche Einladung am Montag, 11. Mai, um 19 Uhr zum Apéro in unseren Räumen! Wir freuen uns, Dich persönlich begrüssen zu dürfen – nutze die Gelegenheit und lasse Dich aus erster Hand informieren. Beachte dazu den speziellen Flyer zum Jubiläum. Damit auch genügend Getränke vorhanden sein werden, bitten wir Dich um eine kurze Rückmeldung. Das soll aber niemanden davon abhalten, auch spontan vorbeizuschauen.

Herzlichen Dank für Dein Interesse.

Mit sportlichem Gruss
Dani Frei

Landhus Bikeshop und AVIA-Tankstelle, Landstrasse 33, 5420 Ehrendingen
www.bikeshop-ehrendigen.ch; Mail: bikeshop@gmx.ch, Tel.: 056/222 35 86 oder 079/631 15 31

Anhänge

jubilaeumsflyer.pdf

- **Neueröffnung Grieder Sport Baden am 18. April 2015**

  -

    Alles neu bei Grieder Sport Baden. Entdecke den umgebauten Laden und teste ausgiebig neue Laufschuhe oder komm einfach auf einen Kaffee vorbei.

    Am Samstag, 18. April 2015 öffnet das komplett umgebaute Ladengeschäft seine Tore und lädt gleichzeitig zum grossen Laufschuhtest ein. Alles Nähere kannst Du dem Anhang entnehmen.

    Anhänge

    Grieder-News_04_1_15_RZ_040415_low.pdf

- **Archivar gesucht**

  - Dieses Jahr wird X’TRA 85 Jahre jung und wir möchten ein digitales Photoarchiv mit den besten Photos von den Anlässen anlegen. Für diese Arbeit wird jemand gesucht, der etwas Zeit und einen Computer hat. Weshalb nicht Du?

    Für Details melde Dich bitte bei einem Vorstandsmitglied oder an der kommenden Vereinsversammlung.

    Jürg Schmidli

- **Vereinsbekleidung**

  - Wer Interesse hat, ebenfalls noch ein rotes X’TRA Hoodie von Skinfit zu besitzen oder seines schon verloren hat, kann sich bis zur Vereinsversammlung bei mir melden, denn wir werden bei Bedarf eine weitere Bestellung aufgeben. Ferner haben wir die Anregung der letzten Vereinsversammlung aufgenommen und werden bei unserem Partner Urs Grieder ein funktionelles, schwarzes Sportshirt mit

X’TRA Aufdruck bestellen. Es ist geplant, dass während 3 Wochen im Dienstags- und Donnerstagstraining sowie an der Vereinsversammlung die entsprechenden Muster anprobiert werden können, damit jeder seine passende Grösse bestellen kann. Dank dem Gewinn vom Stadtfest wird das neue X’TRA Shirt nur 15 Franken kosten.

Jürg Schmidli

- **Limmatlauf Dankeschön**
  -

Liebe "Stadtturnverein-Helfer" am Badener Limmat-Lauf

Im Namen des OK danken wir Euch allen sehr herzlich für Eure grosse Mithilfe am diesjährigen Badener Limmat-Lauf. Einmal mehr waren wir alle sehr gefordert, denn bei fast 1'600 "Finishern" muss einfach "alles" klappen. Es benötigte wieder alle von Euch: sei es beim Aufstellen, beim Einrichten der Festwirtschaft, bei den Verpflegungsständen, beim Zusammenräumen, und und und. Wir möchten niemanden vergessen und sagen einfach ALLEN EIN HERZLICHES DANKESCHOEN! Es war auch schön, dass viele Knaben und Mädchen der Jugend-Abteilung gelaufen sind. Bei x'tra gehört das schon fast selbstverständlich dazu (oder man muss seine Fitness als Radfahrer bewähren!). Ein STV-Handball-Urgestein findet sich auf der Rangliste sehr weit vorne: Danke "Heri Wey", dass Du bei uns mitgelaufen bist und in 1.07 Stunde eine hervorragende Zeit abgeliefert hast! Beeindruckend! Vielen Dank auch "Hänsel" Hagen, Markus Merz, Karin Birrer, Barbara Lerjen, Walter Hofmann und Karin Fergg, welche im OK mitarbeiten oder als Ressortchefs geamtet haben. Heinz Walter hat mit seinen Schnappschüssen einmal mehr den Lauf unvergesslich gemacht und Margrit Schenk schaute wiederum mit grossem Einsatz für die Festwirtschaft.

Wir hoffen, auch im 2016 auf Euch zählen zu dürfen!
Wir wünschen allen weiterhin viel Freude am Sport (ab jetzt dürft Ihr selber wieder aktiv sein) und grüssen, verbunden mit nochmaligem grossen Dank.

Jacqueline "Jackie" und Fabian Keller, OK Badener Limmat-Lauf
(Präsident und Sekretärin....)

- **Bericht zur Skilanglauf - Seniorenweltmeisterschaft in Syktyvkar Russland**
  -

Vom 12. bis 21. März reisten auch 2 X'traler nach Russland um sich mit den Weltbesten zu messen.

Skilanglauf - Seniorenweltmeisterschaften in Syktyvkar Russland

Herbert Huber und Kurt Abt kämpften in Ihren Altersklassen leider nicht um Podestplätze aber dafür um ehrenvolle Platzierungen über 10 km, 15 km, 30 km und in der Staffel. Ihr minimalstes Ziel, wenigstens einen Russen zu schlagen, ist ihnen mehrfach gelungen, auch viele Läufer anderer Nationen kamen nach ihnen ins Ziel.

Syktyvkar mit ca. 250'000 Einwohnern liegt 1300 km nordöstlich von Moskau und ist die Hauptstadt der Republic of Komi. Das fantastische Skistadion ist benannt nach der berühmtesten Sportlerin der Stadt: Raissa Smetanina,4 fache Weltmeisterin und 4 fache Olymiasiegerin im Skilanglauf. Weitere bekannte Söhne aus Syktyvkar sind Wassili Rotschew Senior (1mal Os Gold) und auch sein Sohn Wassili, der 2005 Weltmeister im Sprint wurde. Auch Ivan Babikov wurde hier gebohren, obwohl er heute für Kanada startet.

Herbert Huber und Kurt Abt

- ## Stöckli Aktionen und Voucher

  - Wiederum ermöglicht uns Stöckli bis zum 16. Mai 2015 zu speziellen Bedingungen einzukaufen. Details kannst Du dem beigefügten Voucher entnehmen.

    ### Anhänge

    08042015FlyerETNiedA5.pdf

    VoucherXTRASchneeAktivClub.pdf

Die nächste X'TRA Poscht wird Mitte Mai 2015 folgen.

Nicht vergessen:
Die nächsten Anlässe sowie die dazugehörenden Ausschreibungen findest du auch auf unserer Webseite im Kalender