

## Handball - Höhenttraining im Berner Oberland

Im Hinblick auf die bevorstehende Wintersaison liess sich Coach Tinu etwas spezielles einfallen. Mit tatkräftiger Unterstützung von Pädu Niklaus organisierte er ein speziell auf unsere Bedürfnisse abgestimmtes Höhenttraining im Berner Oberland. Vermutlich dachte



er „Was für Viktor Röthlin gut ist kann für uns nicht schlecht sein“. Eine kleine Gruppe Hartgesottener liess sich davon inspirieren und so ging es am 5. November Richtung „Bärgli“. So heisst die Skihütte des Skiclubs Biberist im Diemtigtal, die vom kleinen Konvoi angesteuert wurde, nachdem bei der Raststätte Grauholz noch unser „Freiburger-Kamerädl“ aufgeladen wurde. Irgendwo unterwegs zwischen Thun und dem Ziel wurde der Käse für das Abendessen besorgt.

Dabei meinte Pädu Niklaus, das sei der beste Greyerzerkäse den es

gibt... und das wohlverstanden gegenüber einem halben Freiburger, der zu glauben weiss wo es wirklich den besten Greyerzer gibt!

Beim Bärgli angekommen wurde nach einer kurzen Besichtigung der Unterkunft eine intensivere Begehung der näheren Umgebung gemacht. So wurde einerseits der Hunger angeregt und andererseits sichergestellt, dass im „Falle eines Falles“ jeder wieder zurück zum Bärgli finden würde. Die Rollenverteilung für die Zubereitung des Abendessens war schnell klar. Der Chef und sein Stellvertreter übernahmen das Kommando in der Küche. Die Anderen ordneten sich unter und erledigten die minderen Arbeiten wie Tischdecken, Brot schneiden etc... und da war noch der Papparazzi, der mit seinem Handy das Wichtigste für die Nachwelt festhielt. Eine interessante Meinungsverschiedenheit



gab es bei der Bear-

beitung des Knobli. Muss nun der Storzen entfernt werden oder nicht und warum eigentlich... Nun, lassen wir das Thema mal so stehen. Das Fondue war tip top und vorallem, es hatte genug für alle. Den Abend liessen wir dann bei guten Gesprächen und dummen Sprüchen ausklingen. Begleitet wurde das Ganze von gutem Deutschen Schlager und feinen Kaffees... Die Nachtruhe erfolgte individuell. In Anbetracht der bevorstehenden Wanderung ging ich früher schlafen als andere und



so hatte ich dann nicht mehr mitbekommen was später noch alles ging. Ich meine aber, dass man die Dauer und die Qualität des Schlafs am folgenden Morgen jedem einzelnen ansehen konnte. Interessant war auch, dass am Morgen nicht alle da erwacht sind, wo sie sich am Vorabend hingelegt hatten... und wessen Matratze war das da draussen auf der Terrasse?



Zum Frühstück um 8 Uhr waren alle bei Tisch. Frisch gestärkt ging es kurz darauf los Richtung Mäggißerenhorn. Die Wanderung auf den 2'348 Meter hohen Gipfel dauerte rund 2 1/2 Stunden und führte durch eine zum Teil bereits schneebedeckte Landschaft. Oben angekommen wartete aber kein Bergrestaurant mit Sonnenterrasse auf uns, sondern NICHTS, ausser Wind, bissige Kälte und das Gipfelkreuz. Unter diesen Umständen war selbst das von Fredi mitgebrachte Bier kein wirklicher Genuss. Verständlicherweise war unser Aufenthalt auf dem Gipfel kurz gehalten.

Eintrag ins Gipfelbuch, Wäsche wechseln, Erinnerungsfotos schiessen und dann nichts wie runter... Je näher wir uns beim Abstieg wieder der Hütte näherten, desto besser wurde die Stimmung. Einerseits wegen der Aussicht auf das bevorstehenden Zvieri und andererseits weil T.W. aus S.\* endlich seine Spannung lösen und Druck abbauen konnte.

Zurück beim Bärgli, genossen wir die letzten Stunden auf der Terrasse bei Sonnenschein, einem Fleisch- und Käse-Plättli und einem Glas Mineralwasser für die Fahrer. Schliesslich mussten sie uns alle wieder sicher nach Hause bringen.

Es war ein durchwegs gelungenes Wochenende, bei dem nichts und niemand zu kurz kam. Die Mischung aus sportlicher Tätigkeit, Geselligkeit und Kulinarischem habe ich persönlich ausgewogen und sehr gut gefunden.



Ich danke, sicher im Namen aller Teilnehmer, recht herzlich den beiden Organisatoren Coach Tinu und Pädu Niklaus und hoffe wir können das wiederholen. Ich freue mich schon heute darauf.

Der Paparazzi

\*Name der Redaktion bekannt :o)