

Leichtathletik Club Schaffhausen

Newsletter

Informationsbulletin des Leichtathletik Club Schaffhausen

Hallen-SM im Winter 2009 Ein LCS-Überblick

21./22.02.2009: Aktiv-SM in Magglingen

Marco Kern über 800 m und Ali Hakimi über 1500m mit guten, aber undankbaren vierten Plätzen

Das Ziel von Marco Kern war nach dem Titel 2007 über 1500m wiederum eine Medaille an den Schweizermeisterschaften zu gewinnen. Diesmal ging er aber im 800m-Rennen an den Start. Das Rennen begann mit hohem Tempo. Kern konnte gut mithalten und reihte sich auf der dritten Position ein, welche ihm eine gute Ausgangslage fürs weitere Rennen bot. Am Anfang der letzten Runde griff Kern an und wollte auf den zweiten Rang vorstossen. Leider verschärften die vor ihm liegenden Athleten das Tempo so sehr, dass das Überholmanöver auf der Aussenbahn beinahe unmöglich wurde und er so nicht mehr auf die Innenbahn wechseln konnte. Er lief die ganze letzte Runde auf der Aussenbahn. Somit wurde er von den auf der Innenbahn laufenden Athleten Mario Bächtiger und Nicolas Repond überholt und auf den vierten Rang verdrängt. Es reichte nicht mehr, um einen Gegenangriff zu starten. So kam er als guter aber undankbarer Vierter ins Ziel und unterbot dabei jedoch seine bisherige Hallenbestleistung mit 1.52.04 Min. Das Rennen gewann Nicolas Repond vor Christian Niederberger, der über das ganze Rennen an der Spitze lief, jedoch im



Marco Kern (hier 120m vor dem Ziel) lief im 800m-Final an der Hallen-SM mit PB auf Rang 4.

Editorial

Liebe Leichtathletikbegeisterte

Eigentlich dachte ich, dieses Mal etwas kürzer zu treten – betreffend des Inhaltes der ersten Newsletter-Ausgabe im 2009. Doch nun ist die umfangreichste Version entstanden, seit ich die Redaktion leite. Das zeigt, dass der LCS lebt! Es geht was im Club. Und das ist schön so. Mit ein Grund dafür ist das 50-Jahr-Jubiläum des Schaffhauser Bälle. Ein Grund, der den Vorstand und das Challenge-Team veranlasste, sich etwas Spezielles für den Traditionsanlass zu überlegen. Alles Wissenswerte rund um den „Bälle“, den Jubiläumsevent und warum wir eure Hilfe benötigen, könnt ihr auf den Seiten sechs und sieben nachlesen. Mitunter stand mir dazu Sandra Schlatter, OK-Chefin des Grossevents, Red und Antwort. Zur grossen Ausgabe haben in ausführlichen Berichten aber auch die guten Resultate an den Hallen- und Cross-SM's (Seiten 1-3) beigetragen. Diese reichen jedoch nicht zum Medaillensegen, dafür zu einigen undankbaren vierten Rängen. Einziger Medaillengewinner der Hallentitelkämpfe war Dreispringer Simon Sieber. Nichtsdestotrotz lassen die zahlreichen Hallen-PB's auf einen erfolgreichen Sommer hoffen. Fortsetzung folgt...

Weitere Highlights diese Ausgabe sind zudem die Athletenporträts der drei Neo-Aktiven Stocker, Mayr und Olumu ab Seite 4 – amüsant und interessant. Nun wünsche ich euch allen – der Winter hat lange genug gedauert – einen schönen Frühling und viel Zeit für sportliche Aktivitäten.

Marco Kern

Clubsponsor:

Elektrizitätswerk des
Kantons Schaffhausen AG



Stromversorgung Schaffhausen

Schlussspurt nicht mehr über genügend Reserven verfügte. Direkt vor Kern holte sich Mario Bächtiger die Bronzemedaille. Mit Marco Kern wird in der Sommersaison sicher wieder zu rechnen sein.

Auch Marcos Trainingskollege Ali Hakimi beendete den 1500-m-Lauf als Vierter. Mit 3.59.15min verpasste er das Podest um knapp zweieinhalb Sekunden. Lange hatte es für Ali, den Vorjahres-Zweiten gut ausgesehen. Als Favorit Mirco Zwahlen den ersten Vorstoss wagte, reagierte Hakimi geschickt und setzte sich sofort an Zwahls Fersen. Dort blieb er bis eine Runde vor Schluss. Hingegen war die letzte Tempoverschärfung für den Routinier zu viel. Das Rennen endete mit einem Doppelsieg der Athleten Mirco Zwahlen und Martin Knill vom LC Regensdorf.

Auch für Ali Hakimi war dies ein gutes Resultat, welches ihn für den Sommer



Im Dreisprung-Final sprang Martina Wäckerlin gute 10,92m.

motiviert. Somit gehört er sicherlich wieder zu den Mitfavoriten für eine Medaille.

Verpasste Medaille im Dreisprung für Lukas Schlatter bei U20

Lukas Schlatter erreichte mit seiner persönlichen Bestleistung von 13.24m ebenfalls nur den vierten Rang. Er überbot seinen früheren Rekord von 13.06m klar und sprang konstant über 13 Meter. Fürs Podest fehlten ihm jedoch knapp 30 Zentimeter. Gewonnen wurde der Dreisprung von Marco Burkhard, knapp vor Thomas Hiltbrand und Daniel Beer.

Dreisprung-Bronze für Simon Sieber

Obwohl Simon Sieber als Vierter der laufenden Saison in den U18-Wettkampf startete, konnte er mit seinen 13.25m schon im ersten Versuch seine alte Bestweite um 39cm überbieten. Es zeichnete sich rasch ab, dass die Plätze 1 und 2 nicht in Reichweite lagen. Andreas Graber sprang mit 14.03m einen neuen Schweizer U18-Rekord. Auch Ricardo

Dautaj sprang der älteren U20-Konkurrenz weit davon. So war schnell klar, dass sich Simon Sieber auf die Verteidigung des Bronzeplatzes konzentrieren musste. Nur noch Fabian Notter, der im vierten und letzten Versuch bei 13.12m landete, konnte Simon Sieber in Bedrängnis bringen. Der LC Schaffhausen kehrte darum nicht ganz ohne Edelmetall von Magglingen zurück.

Im selben Feld konnte Simons Zwillingbruder Roman mit dem 6. Platz ebenfalls überzeugen. Mit 12.50m erzielte auch er eine klare neue Bestweite. Er sprang konstant über die 12.25m und konnte damit sehr zufrieden sein.

Martina Wäckerlin trotz Erkältung im Final

Bei den Frauen schliesslich zeigte Martina Wäckerlin mit dem 8. Platz im Dreisprung eine überraschend gute Leistung. Auch wenn sie erkältet in den Wettkampf startete, sprang sie im sechsten und letzten Versuch 10.92m. Ihr angestrebtes Ziel, den Finaleinzug zu schaffen, realisierte sie knapp und wurde am Schluss gute Achte. Dies, obwohl sie als Zehnte der Saisonbestenliste startete.

Nachwuchs-SM Halle in Magglingen 01.03.2009

Simon Sieber verpasst im Hochsprung Medaille nur knapp

Trotz eines Sprunges über 1.86m blieb Simon Sieber an den Schweizer Nachwuchs Hallen-SM nur der undankbare vierte Rang. So machte er es seinen Teamkollegen Marco Kern, Ali Hakimi und Lukas Schlatter (U20), die bei den Aktiven eine Woche zuvor ebenfalls die vierten Ränge belegten, gleich.



Simon Sieber hielt die LCS-Fahnen hoch: Dreisprung-Bronze.

Er stieg auf der Anfangshöhe 1.80m ein, um Kräfte für die weiteren Sprünge zu sparen. Dies gelang. Anschliessend übersprang er 1.83m im ersten Versuch klar und konnte mit den ersten zwei favorisierten Hochspringer Andreas Graber, der schon im Dreisprung die Goldmedaille gewonnen hatte und Loann Gabioud mithalten. Danach folgte 1.86m, die noch sechs Athleten in Angriff nehmen durften. Simon Sieber übersprang die Höhe bereits im zweiten Versuch, nachdem er im ersten Versuch noch knapp gerissen hatte. Dann war aber Endstation. Simon Sieber scheiterte dreimal auf der Höhe 1.89m, genau wie Vivien Streit. Da der Waadtländer 1.86m aber bereits im ersten Versuch übersprungen hatte, fiel Simon Sieber wegen einem gerissenen Fehlversuch auf Platz 4 zurück. Obwohl er zwei Höhen später eingestiegen war und im Gesamten drei Fehlversuche weniger begann, reichte es nicht



Für Ali Hakimi (erster von links) lag im 1500-m-Final nicht mehr als der vierte Rang drin.



Lukas Schlatter sprang Bestleistung und auf Rang 4.

zum zweiten erhofften Medaillengewinn innert einer Woche.

Dennoch darf Simon Sieber mit dem Wettkampf zufrieden sein. Er hatte nämlich seine vorherige Bestmarke 1.85m, die er erst ein einziges Mal übersprungen hatte, übertroffen.

Im 60m lief es Simon Sieber nach einem sehr schlechten Start überhaupt nicht. Mit einer mässigen Zeit von 7.88 Sek. konnte er sich nicht für den Final qualifizieren. Nun blickt er zuversichtlich auf die Sommersaison und hofft, dass er nach seiner ersten SM-Medaille im Dreisprung noch weitere dazu gewinnen kann.

Lukas Schlatter scheitert im Vorlauf des 60m

Lukas Schlatter, als Aussenseiter gestartet, lief es beim 60m der U20 nicht nach Wunsch. Er klassierte sich mit einer Zeit von 7.80 Sek. Nach seinen guten Resultaten zuvor an der Aktiv-SM im Dreisprung, blieb er unter seinen Erwartungen.

Anna Vogelsanger mit persönlichen Bestleistungen

Bei den weiblichen U18 startete Anna Vogelsanger im 60m, Weitsprung und 60m Hürden. Über 60 Meter erreichte sie im 5. Vorlauf gute 8.35 Sek. Das bedeutete eine Verbesserung um 19 Hundertstelsekunden der persönlichen Bestleistung. Leider reichte es nicht, um weiter zu kommen. Im Weitsprung schaffte sie im dritten und letzten Versuch die Weite von 4.90m und überbot ihre bisherige Bestleistung in der Halle um 34cm. Damit beendete sie den Wettkampf auf dem 15. Rang. Über 60m Hürden lief es ihr fast so gut, wie in den anderen Disziplinen. Sie lief mit 9.61 Sek ebenfalls neue persönliche Bestleistung.

Roman und Simon Sieber

4 Top-Ten Platzierungen für LCS an der Cross-SM

Marco Kern verpasste das Podest nur um 4/10-Sekunden – Ali Hakimi, Naemi Linden und Nicole Häusermann schafften ebenfalls Top-Ten-Platzierungen

Eifrige Helfer hatten in der Nacht auf Samstag im tiefverschneiten Tal des nördlich vom Weissenstein gelegenen Welschenrohr die Laufstrecke von fast 50 cm Neuschnee geräumt. Dieses führte dann zu einer dem Crosslaufen nun mal eigenen Schlamm Schlacht.

Denkbar knapp verpasste Marco Kern vom LC Schaffhausen das Podest in der U23-Wertung des über 3000 m führenden Kurzcross. Der beim tiefen Boden bald völlig verdreckte 21-Jährige zeigte eine gute Startphase, konnte aber als Zehnter die Pace der Spitzengruppe nicht mitgehen und musste auch den Clubkollegen Ali Hakimi vorbeilaufen lassen. Aus der Verfolgergruppe heraus machte Kern in der letzten der drei Runden Rang um Rang gut, lief an Hakimi vorbei und spürte im Wissen um die Anzahl der vor ihm liegenden U23-Athleten der Zielgerade entlang. Kern lief noch bis auf 4/10-Sekunden auf Christopher Gmür auf, musste sich aber wie vor zwei Wochen an der Hallen SM in Magglingen über 800 m mit Rang vier begnügen. «Ich bin noch nie bei so schweren Bedingungen gestartet», meinte Kern. Wie Kern bestritt auch Ali Hakimi den Cross in Welschenrohr aus dem Training heraus. Hakimi lag immer an fünfter bis sechster Stelle, konnte das Tempo der Vorderen nicht ganz mitgehen und kam fünf Sekunden nach Kern einlaufend auf Rang sechs in der Kurzcrosswertung.

Nachwuchs holt Cross-Erfahrungen

Von den jungen LCS-Athletinnen erreichten Naemi Linden (U12) und Nicole Häusermann (U14) als 7. bzw. 8. gute Top-Klassierungen, Vera Fendt (U14) wurde 23. Naemi Linden, die erstmals an einer Cross-SM gestartet war, teilte ihr Rennen gut ein und belegte am Ende Platz 7. Damit verfehlte Sie die Diplomränge nur um 1 Sekunde. Nicole Häusermann ging ihrerseits bei ihrer ersten Cross-SM-Teilnahme die erste Runde verhalten an, konnte sich dann in der

zweiten Runde aber noch von Rang 14 auf Rang 8 verbessern. Eine super Leistung für den Ausflug der Mehrkämpferin Häusermann zu den Läufern. Vera Fendt hatte schon Erfahrung mit Cross-SMs. Trotzdem ging sie etwas verhalten an und zeigte einigen Respekt vor der Strecke (kann man verstehen, unter diesen schwierigen Bedingungen) und der Konkurrenz. Am Ende war Sie mit Platz 23 nicht ganz zufrieden.

Reinhard Standtke (SN)
und Dieter Polzin / Marco Kern

Resultate Welschenrohr. Cross SM:

Kurzcross (3000 m): Männer: 5. Marco Kern (4. U23) 10:31. 6. Ali Hakimi 10:36.

U14 (2000 m): 8. Nicole Häusermann 8:53. 23. Vera Fendt 9:17.

U12 (2000 m): 7. Naemi Linden 9:02.



Gekennzeichnet von der Schlamm Schlacht in Welschenrohr: Ali Hakimi.

Athletenporträts – die neuen LCS-Aktiven



Die Neuen: Urs Mayr, Manuel Stocker und Ben Olumu (v.l.n.r.).

Urs Mayr, 20

Wohnort: Schlatt

Geburtsdatum: 27. März 1988

Beruf/Bildungsweg: Konstrukteur

Im LCS seit: Mitte August 2008

So kam ich zum LCS: Ich wollte effektiver und organisierter trainieren als es in meinem alten Verein (TV Schlatt) möglich war.

Trainer/Trainingsgruppe: Daniel Rahm

Disziplinen: 200m und 400m

Persönliche Bestleistungen: Wird sich noch zeigen...

Vorbilder: Habe ich eigentlich keine konkreten.

Sportliche Ziele: Teilnahme an SM über 400m

Eindrücklichstes Sporterlebnis: Jedes Jahr aufs neue die Atmosphäre, welche im Stadion Letzigrund bei Weltklasse Zürich herrscht.

Härteste Trainingseinheit: Gleich mein erstes LCS-Training war auf der Bahn 100m-110m-120m....200m und Intervalleinheiten.

Hobbys: Sport, Musik hauptsächlich hören und ein wenig E-Gitarre spielen

Lieblingssessen: Chinesisch

Lieblingsgetränk: Red Bull ;-)

Was gefällt dir am LCS?

Die Art der Trainingseinheiten und der lockere Umgang untereinander.

Was macht das Training im LCS für dich speziell?

Die Trainingseinheiten sind hart, jedoch auch motivierend und durch die starke Trainingsgruppe ist man selber motiviert an seine Grenzen zu gehen.

Manuel „Manolo“ Stocker, 28

Wohnort: Neuhausen

Geburtsdatum: 2. Mai 1981

Familie: seit 2005 verheiratet (die LCS-Nachwuchsabteilung muss sich allerdings noch gedulden...)

Bildungsweg/Beruf: Primar- und Sekundarschule in Buchthalen, Matur an der Kanti Schaffhausen, RS und Auslandsaufenthalt in Mittelamerika, Studium der Zeitgeschichte, Politikwissenschaft, Journalistik und Kommunikationswissenschaft an der Uni Fribourg. Zurzeit an der Lizentiats-Arbeit zum historischen Wandel der Schweizer Frauenleichtathletik/Journalist und Redaktor beim Schweizerischen Leichtathletik-Verband (Swiss Athletics).

Im LCS seit: 1. Januar 2009

So kam ich zum LCS: Nach 13 Jahren im Exil bei der LV Winterthur fand ich es an der Zeit, jenem Klub beizutreten, dessen Laufgruppe mir immer wieder „Asyl“ gewährte.

Trainingsgruppe: Laufgruppe bei Daniel Rahm

Disziplinen: Strassenläufe, vorzugsweise im zweistelligen Kilometerbereich (42,195 km/21,1 km/10 km)

Persönliche Bestleistungen: 2:39:26 (Marathon), 1:14:25 (Halbmarathon), 33:53 (10 km)

Sympathien für: Philipp Bandi (weil Läufer und Historiker), Dayron Robles (weil Talent im Sport das eine ist, Wille und Demut das andere), Allyson Felix (weil niemand schöner über die Bahn fliegt).

Sportliche Ziele: Heimsieg mit dem LCS-EKS-Team an der Kadetten-Stafette

09. Zürich Marathon ohne Unterkühlung.
Havanna Marathon ohne Hitzeschlag.
Nirwana per pedes.

Eindrücklichstes Sporterlebnis: Marathon-SM 2003 (2. U23 dank Endorphin-Schub). 56-km-Lauf rund um Schaffhausen (da lernt man den Kanton erst richtig kennen). Als Zuschauer: Weltklasse Zürich 1997 mit drei Weltrekorden an einem Abend!

Härteste Trainingseinheit: eine Woche Wellness und Nichtstun (steht mir noch bevor)

Hobbys: derzeit viel lesen und schreiben (uni- und arbeitsbedingt)

Lieblingssessen: fast alles mit Curry

Lieblingsgetränk: Canchánchara (frisch gepresster Limettensaft, Rum und viel, viel Honig – aber erst nach dem Training!)

Was gefällt dir am LCS?

Seine Geschichte. Dank Jack Müller, Meta Antenen und Co. erlangte der LC Schaffhausen landesweites Ansehen und trug viel zur Entwicklung der Schweizer Frauenleichtathletik bei. Dann all die bekannten Gesichter und natürlich die Munotsportanlage, deren Einzigartigkeit mich schon zu einer öffentlichen Liebeserklärung bewogen hat.

Was macht das Training im LCS für dich speziell?

Die Gruppendynamik im Laufbereich. Die unterschiedlichen Leistungsniveaus sowie die Mischung zwischen Mittel- und Langstreckenläufern, Strassen- und Bahnspezialisten, Tri- und Duathleten bringen es zwar mit sich, dass jeder seine eigenen Ziele verfolgt. Den Weg gehen wir jedoch gemeinsam. So hat sich dank Coach Dani Rahm eine alte Weisheit wieder durchgesetzt: „Muchachos (und Muchachas), ihr werdet mehr aus euch rausholen, wenn ihr zusammen leidet und Spass habt!“ Wie wertvoll eine solche Trainingsgruppe ist, merke ich jeweils, wenn ich in meiner zweiten Heimat (Kuba) fünf Wochen lang bloss Kühen und Pferden hinterher renne. Ausserdem: Die Garmin (GPS-Sportuhr) am Handgelenk mag für Läufer ein geniales Spielzeug sein – längere Schwätzchen gestalten sich freilich recht einseitig.

Ben Olumu, 33

Wohnort: Schaffhausen

Geburtsdatum: 10. Juni 1975

Familie: verheiratet mit Petra Olumu, Sohn Justin

Beruf/Bildungsweg: Aviation Security Mitarbeiter am Flughafen Zürich
Im LCS seit: Aktivmitglied seit Dezember 2008

So kam ich zum LCS: Marcel Zürcher hat mich bei einem seiner Computerkurse kennen gelernt und hat mich zu Redy-Sport (Andy Müller) gebracht. Dieser hat mich mit Martin Walter bekannt gemacht und so kam ich zur Läufergruppe.

Trainer/Trainingsgruppe: Daniel Rahm

Disziplinen: Langstrecke

Persönliche Bestleistungen: 1998 in

Nairobi, Kenia 10km Lauf auf der Bahn in 29:11min. 1999 Marathon in Eldoret in 2:22h.

Vorbilder: Paul Tergat (KEN), ehemaliger Weltrekordhalter im Marathon

Sportliche Ziele: Halbmarathon unter 1:11h zu laufen

Eindrücklichstes Sporterlebnis: Der 10km Lauf in Nairobi in einem grossen Stadion war der Selektionslauf für das kenianische Nationalteam und sehr eindrucklich. Es hatte sehr viel Konkurrenz.

Härteste Trainingseinheit: HÜGEL!!!

Hobbys: Laufen, Fussball schauen, PC

Lieblingssessen: Fleisch, Früchte

Lieblingsgetränk: Tee, Multivitamin-saft

Was gefällt dir am LCS?

Das Training ist abwechslungsreich und die Läufer sind motiviert, haben alle ein Ziel.

Was macht das Training im LCS für dich speziell?

Dass man mit einer motivierten Gruppe trainieren kann.

Allein bin ich faul.

Marco Kern

Impressionen vom Kidscup Final in Olten

In diesem Jahr konnten sich wieder drei Teams des LCS für den Final des Erdgas Kidscup qualifizieren. Dieser wurde in Olten ausgetragen, und da der Wettkampf schon früh am Samstagmorgen begann, haben die beiden älteren Teams beschlossen, schon am Freitagabend anzureisen und dort zu übernachten. Die Jungs des Mixed U14 Teams reisten mit Dieter im Auto an und waren früh vor Ort und konnten ihre Schlafsäcke in der "gemütlichen" Zivilschutzunterkunft ausrollen. Bis die U16 Mixed Mannschaft um 21.00 Uhr eintraf waren die Betten in den beiden Unterkunftsräumen schon recht gefüllt; nur mit Schlafsäcken und Taschen, denn um diese Zeit dachte noch keiner ans Schlafengehen. Einige vertrieben sich die Zeit mit ihren Playstations, die Anderen schnappten nochmals frische Luft. So gegen 22.00 waren dann aber die meisten im Bett, doch von Nachtruhe war noch keine Rede. Während die LCS Teams brav versuchten den nötigen Schlaf zu finden, dachten scheinbar die Teams aus dem Tessin und dem Welschland, dass sie keinen Schlaf haben müssten. Nach interessanten Dis-

kussionen in Deutsch-Italienisch-Französisch-Englisch ob nun im Frauenschlag auch Jungs übernachten dürfen, damit das Team zusammenbleiben kann, oder nicht, und einem Team dass erst nach 23.00 eintraf, konnte dann aber endlich ans Schlafen gedacht werden. Früher als von zuhause gewohnt (vor allem an einem Samstag) hiess es dann am nächsten Morgen Aufstehen und sich am Frühstückbüffet stärken. Dann ging es Schlag auf Schlag: Gemeinsames einlaufen aller Teams mit der Olympiateilnehmerin Linda Züblin und gleich weiter zu den ersten Disziplinen, was bei der U14 eine Hindernis-Stafette und ein Weitspringen mit Ringen waren, und bei den U16 Stabweitsprung und ein Risikosprint. Alle zeigten gute Leistungen, auch wenn bei den einen oder anderen noch ein/zwei Punkte mehr zu holen

gewesen wären. Als nächstes folgte der Biathlon, bei welchem man Runden rennen musste und zwischendurch mit Tennisbällen Zielwürfe machen. Leider waren die LCS Teams bei diesem "Büchsenwerfen" nicht sehr erfolgreich, was sie wertvolle Punkte kostete. Auch bei der letzten und härtesten Disziplin, dem Team Cross, einem Hindernislauf durch die ganze Halle konnten sich unsere Teams nicht an die Spitze kämpfen um zu punkten. Aber am Schluss reichte es den beiden Teams in der Gesamtwertung trotzdem noch unter die Top 10 in ihrer Kategorie. Am Nachmittag war dann auch das nachgereiste Team der U12 an der Reihe. Auch diese lieferten in Ihren Disziplinen einen sehr guten Wettkampf und kamen auf den guten 9. Schlussrang.

Benni Wüest



Autogramstunde mit Linda Züblin



Die drei LCS Mixed Teams am erdgas Kids Cup Final in Olten

Vorschau auf den 50. Schafuuser-Bölle und den Jubiläumsevent auf dem Fronwagplatz

Interview von Marco Kern mit der OK-Chefin des 50. Schafuuser Bölle, Sandra Schlatter.

Wie laufen die Vorbereitungen auf die beiden vom Challenge-Team des LCS organisierten „Grossanlässe“ im Zeichen des 50. Schafuuser Bölle?

Sandra: Wir liegen mit den Vorbereitungen im Zeitplan. Der Anlass vom Samstag auf dem Fronwagplatz nimmt nun langsam aber sicher Strukturen an und es gilt nun, die Entscheidungen und Aufgaben umzusetzen sowie Sponsoren und die ehemaligen Tagessieger für das Projekt zu gewinnen. Der traditionelle Sprintwettkampf wird im ähnlichen Format wie in den Vorjahren durchgeführt und dabei können wir vor allem auf die Unterstützung von der Organisation „Migros Sprint“ profitieren.

Wie sieht der Ablauf des Anlasses am Samstag, 6. Juni auf dem Fronwagplatz aus? Was war der Grund um zu sagen, wir planen zusätzlich zum SH-Bölle am Mittwoch noch einen Anlass?

Sandra: Der Anlass am Samstag in der Altstadt beginnt für die Helfer morgens mit dem Herrichten des Bölleflade, welcher anschliessend in einem Wettbacken durch die ehemaligen Tagessieger und weitere tatkräftige Hände gebacken werden soll. Es gilt so rasch als möglich die Originalsprintstrecke von 80m zu backen

und wir hoffen, dass gegen Mittag die gesamte Länge erreicht wird. Umrahmt wird dieses Wettbacken von einem Jubiläumspavillon mit Impressionen aus den letzten 50. Jahren, einem Wettbewerb, einer Festwirtschaft und einem Infozelt als Hinweis auf den Wettkampf vom Mittwochabend.

Aus Anlass des 50. Jahre SH-Bölle-Jubiläum möchten wir den Zuschauern ein zusätzliches Programm bieten und dafür haben wir uns für den Promoanlass im Vorfeld des eigentlichen Sprintwettkampfes entschieden. Dieser soll unter anderem auf den Anlass vom Mittwochabend hinweisen, aber auch die Sieger der letzten 50 Jahre zusammenbringen und den Club in der Öffentlichkeit in Erscheinung bringen.

Am 10. Juni findet dann zum fünfzigsten Mal der beliebte Sprintwettkampf auf dem Munot statt. In der Vergangenheit erreichte man Teilnehmerzahlen von über 1000 Schülerinnen und Schülern aus der Region. Will man für die Jubiläumsausgabe Ähnliches erreichen?

Sandra: Unser Ziel ist es ganz klar, eine beachtliche Zahl von Teilnehmenden zu erreichen und wir erhoffen uns durch den Promoanlass einen Zuwachs von jungen Läuferinnen und Läufern. Ob wir die 1000er Grenze erreichen, da bin ich eher skeptisch. Heutzutage wird der Jugend sehr viel geboten und das Angebot an sportlichen Aktivitäten ist um



Sandra Schlatter gibt als OK-Chefin vollen Einsatz für den Schafuuser Bölle.

einiges vielfältiger geworden, wie zum Beispiel noch vor 25 Jahren.

Gibt es ein Konzept, wie man mehr Kinder für den sportlichen Wettkampf gewinnen kann?

Sandra: Wir sind zurzeit an der genauen Ausarbeitung der Möglichkeiten, wie wir den Wettkampf besser positionieren und weitere Kinder für den Wettkampf gewinnen können.

Wie sieht das Programm für die Zuschauer aus? Plant ihr ein Rahmenprogramm?

Sandra: Der eigentliche SH-Bölle am Mittwochabend wird vom zeitlichen Ablauf her wie in den vergangenen Jahren durchgeführt. Wir konzentrieren unser Spezialprogramm vor allem auf den Promoanlass am Samstag. Der Zeitrahmen am Mittwochabend ist begrenzt, da die teilnehmenden Kinder am anderen Tag wieder zur Schule gehen und der Anlass mit den Finals ohnehin an zeitliche Grenzen stösst. Es wird eine kleine Einlage mit einem Publikumsprogramm, Wettbewerb und einem VIP-/Sponsorenapéro geben. Bezüglich Festwirtschaft kann ich mich im Moment nicht äussern, aber es wird bestimmt eine Verpflegungsmöglichkeit geben...

Früher erhielten die Kinder ein Stickab-



Das Challenge-Team nach einer intensiven Sitzung: (v.l.n.r.) Ralph Kern, Sandra Schlatter, Rémy Höhener, Daniel Rahm und Daniel Fuchs (es fehlt Thomas Keller).

zeichnen als Erinnerung. In den letzten Jahren waren es Pins. Gibt es da nun andere Ideen für die Jubiläumsausgabe?

Sandra: Ja, wir haben etwas Spezielles geplant, sind jedoch für die Umsetzung auf Unterstützung von Sponsoren angewiesen.

Wie sieht der Zeitplan des Migros-Sprints am Mittwoch aus? Beginn? Siegerehrung? Etc.

Sandra: Der Ablauf gestaltet sich im wie in den letzten Jahren ähnlich mit Beginn um ca. 17.00 Uhr und mit dem Abschluss mit der Siegerehrung um ca. 20:30 Uhr.

Wer gehört alles zum Challenge-Team „50. Schafuuser Bölle“, mit welchen Aufgaben?

Sandra: Um die Organisation des 50. SH-Bölle kümmern sich Ralph Kern (Infrastruktur), Daniel Fuchs (Helfer), Thomi Keller (Wettkampf), Rémy Höhener (Sponsoring) und Daniel Rahm (OK-Vize) unter meiner Leitung.

Wie sieht dein Aufgabenbereich bis zum Event noch aus?

Sandra: Es gilt nun eine genaue Koordination aller Arbeiten zu veranlassen, Gespräche und Abklärungen mit den Mithelfern zu führen.

Und nun zum Schluss. Was erhofft ihr euch von der Durchführung der Jubiläumsausgabe?

Sandra: Wir hoffen auf einen erfolgreichen, gelungenen Anlass mit vielen glücklichen teilnehmenden Kindern, feinem Böllegebäck und guter Werbung für unseren Verein. Ich freue mich mit dem Team auf diesen Event und danke allen Mithelfern für die tatkräftige Unterstützung.

Marco Kern

Clubsponsor:



Stromversorgung Schaffhausen

Elektrizitätswerk des
Kantons Schaffhausen AG

Ehemalige Tagessieger/innen und LCSler aufgepasst:

50 Jahre SH-Bölle

Aus Anlass der 50. Austragung des SH-Bölle am **10. Juni 2009** findet im Vorfeld am **Samstag, 6. Juni** eine Jubiläumsfeier auf dem Fronwagplatz in Schaffhausen statt. Dazu sind im Besonderen alle ehemaligen Tagessieger/innen (siehe Extra-Liste) eingeladen, um sich bei einem Bölleflade-Wettbacken noch einmal herauszufordern.

@LCSler: Bitte reserviert **Sa. 6. Juni 2009** sowie **Mi. 10. Juni 2009**. Wir sind um jede Mithilfe froh. Genauere Informationen folgen. Wer eine aktuelle Adresse einer ehemaligen Tagessiegerin oder eines Tagessiegers besitzt, möge diese bitte an Sandra Schlatter senden.

@ehemalige Tagessieger/innen: Bitte meldet euch bei Sandra Schlatter (sandra_schlatter@hotmail.com).

Wir freuen uns auf zwei außergewöhnliche Anlässe und danken für eure Unterstützung.

Organisationskomitee Schafuuser Bölle 09

Ehemalige Tagessiegerinnen und Tagessieger des Schafuuser Bölle

Jahr	Mädchen	Knaben
1960	Antenen Meta, Fischer Ursula	Rathgeb Willy
1961	Antenen Meta	Studer Hanspeter, Zarotti Ruedi
1962	Antenen Meta, Fischer Ursula	Schwaninger Ruedi
1963	Möckli Dorli	Nart Leo
1964	Steinemann Ruth	Sorg Hanspeter
1965	Gwerder Rosmarie	Meier Christian
1966	Meier Susi	Auer Ernst
1967	Meier Susi, Spathelf Jaqueline	Waldvogel Markus
1968	Möckli Vreni	Hug Walter
1969	Weber Doris	Wyss Peter
1970	Weber Doris	Schnewlin Peter
1971	Widmer Therese	Müller Herbert
1972	Schmelzbach Janine	Fässler Gerhard
1973	Nobs Maja	Graf Robert
1974	Kubli Barbara	Graf Robert
1975	Kubli Barbara	Anliker Beat
1976	von Allmen Kathrin	Stolz Beat
1977	von Allmen Kathrin	Kunz Peter
1978	Janke Ute	Hirsiger Marcel
1979	Janke Ute	Weber Bruno
1980	Frattini Manuela	Weber Bruno
1981	Frattini Manuela	Cantos Carlos
1982	Maurer Christa	Götschmann Wolfgang
1983	Maurer Christa	Götschmann Wolfgang
1984	Joos Daniela	Keller Thomas
1985	Wäckerlin Yvonne	Keller Thomas
1986	Bösch Marlies	Gubler Ruedi
1987	Bösch Marlies	Wicki Steven
1988	Bösch Daniela	Brunner Roman
1989	Kaninke Steffi	Lüthi Christian
1990	Aeby Jasmine	Rusch Marc-André
1991	Schoch Nadine	Rusch Marc-André
1992	Wetter Mirjam	Rusch Marc-André
1993	Wetter Mirjam	Müntsch Oliver
1994	Moser Jeannine	Wehrli Dominik
1995	Meier Mirjam	Hallauer Urs
1996	Mesonero Mariola	Gasser Andreas
1997	Mesonero Mariola	Wanner Marco
1998	Mesonero Mariola	Eugster Markus
1999	Terwiel Marjolein	Kusteni Tarlamasy
2000	Terwiel Marjolein	Sulzberger Lorenz
2001	Terwiel Marjolein	Schneider Fabian
2002	Portmann Laura	Schmid Markus
2003	Stark Tina	Gysel Markus
2004	Graf Francesca	Gysel Markus
2005	Graf Francesca	Brunschwiler Andreas
2006	Gälli Kim	Jany Severin
2007	Fehr Katja	Christoph Sägesser
2008	Zimmermann Jasmin	Fehr Lars

Hi nweis

LCS-Talent-Watch

In der nächsten Newsletter-Ausgabe Juni/Juli könnt ihr wieder mehr über unsere jungen Athletinnen und Athleten erfahren. Dann publiziert das Redaktions-Team nämlich wieder eine Version des „LCS-Talent-Watch“ mit drei weiteren Kurzporträts.

Vorschau

Newsletter Nr. 2

Neben den Kurzporträts im „Talent-Watch“ wird das Redaktions-Team auch über das Trainingslager in Tenero, das Abschneiden des SVM-Männer-Teams in der Nationalliga C und den 50. Schafuuser Bölle berichten. Von den beiden Events (Samstag und Mittwoch) wird es zudem sicher schöne Impressionen geben.

Das Newsletter-Team wünscht allen LCS-lern schöne Ostern sowie ein schönes und erfolgreiches Trainingslager in Tenero!

Impressum

Herausgeber

Leichtathletik Club Schaffhausen
Postfach 860
8201 Schaffhausen

Redaktion Newsletter

Marco Kern
Tel.: 079 739 64 63
marcokern87@gmx.ch

Newsletter Redaktions Team

Marco Kern, Roman & Simon Sieber,
Dieter Polzin, Reinhard Standtke (SN),
Benni Wüest (Layout und Bericht)

Bilder

Ralph Kern, Paul Sieber, Marco Kern,
Benni Wüest, Martina Wäckerlin,
athletix.ch

Sommertraining 2009

Gültig ab den Frühlingsferien:

MONTAG

17.30-19.00 Stabhochsprung (Hans Briner)
18.30-20.30 Mehrkampf: Sprünge U-16 (Rolf Käslin, Benni Wüest)
18.00-20.00 Mittelstrecke: Circuit und Dauerlauf (Dani Rahm)
19.00-21.00 Sprint / Technik (Peter Knöpfli)

DIENSTAG

18.30-20.00 SchülerInnen U-12 (Denise Meister, Mirjam Thurnheer, Robin Zürcher)
18.30-20.00 SchülerInnen U-14 (Moni Grimm, Dieter Polzin)

MITTWOCH

18.00-19.00 Sprint (Dani Rahm)
19.00-20.15 Stehvermögen (Dani Rahm)
17.30-19.00 Mehrkampf: Wurf U-16 (Katharina Roth)

DONNERSTAG

18.30-20.30 Mehrkampf: Sprint/Hürden U-16 (Barbara Rickli)
18.30-20.00 SchülerInnen U-14 (Dieter Polzin, Robin Zürcher)
18.00-19.30 Dauerlauf (Christine Rahm)
19.00-21.00 Sprint / Technik (Peter Knöpfli)

FREITAG

18.30-20.00 Mittelstrecke, Bahn (Dani Rahm)
18.30-20.00 Mittelstrecke U16, Bahn (Corina Fendt)

Trainer

SchülerInnen U12: Denise Meister, denisemeister@gmx.ch,
Robin Zürcher, robin.z@freesurf.ch,
Mirjam Thurnheer, mirjam.thurnheer@gmx.ch

SchülerInnen U14: Moni Grimm, moni.grimm@fun-team.ch,
Dieter Polzin, dieter.polzin@bucherhydraulics.com

Jugend U16: Barbara Rickli, babsi_rickli@hotmail.com,
Benni Wüest, webmaster@lcs.ch

Mehrkampf/Sprint ab U18: Peter Knöpfli, Peter.knoepfli@bluewin.ch

Mittelstrecke/Sprint: Daniel Rahm, danielmeier@swissworld.com

Diese Angaben sind ohne Gewähr! Mehr auf: www.lcs.ch

Veranstaltungs-Agenda

LCS-Veranstaltungs-Agenda April - Juni 2009

April

Sa. 18. - Fr. 24.04.: LCS-Trainingslager Tenero
Sa. 25.04.: Beringer Dorflauf

Mai

So. 02.05.: SVM Versuch Mehrkampf Rapperswil-Jona (U12 / U14)**
Fr. 08.05.: C-Meeting Winterthur
Sa. 09.05.: Schülermeisterschaften Schaffhausen (U10 / U12 / U14)**
(Qualifikation für Kantonalfinal erdgas athletic cup Final)
Do. 21.05.: Auffahrtsmeetings Kreuzlingen und Langenthal
Sa. 30.05.: Nachwuchs-Meeting Bern

Juni

Mo. 01.06.: Pfingstmeetings Basel (Frauen) und Zofingen (Männer)
Sa./So. 06./07.06.: TG-/ SH-Einkampf-Meisterschaften Frauenfeld
Mi. 10.06.: 50. Schafuuser Bölle Schaffhausen (U10 bis U16)**
(Qualifikation für Migros Sprint Final),
WICHTIG FÜR ALLE LCS'ler, HELFEREINSATZ!!!
SVM-Männer Nationalliga C, WICHTIG FÜR ALLE AKTIVEN
So. 14.06.: Ostschweizer-Meisterschaften Davos (U14-U18)
Sa./So. 20./21.06.: SVM-Versuch Nachwuchs Einzel Frauenfeld (U12 / U14)**
Fr. 26.06.: (Beginn ab ca. 17 Uhr!)

** = OBLIGATORISCH FÜR NACHWUCHS