



Newsletter

Informationsbulletin des Leichtathletik Club Schaffhausen

Nach EM und WM – Olympia im Visier

Ein weiterer Meilenstein in Marjolein Terwiels «Karriereplanung».

Lange ist es her, seit ein Vertreter des LCS die Farben der Schweiz an einem sportlichen Grossanlass vertreten durfte. Marjolein Terwiel gelang nun schon zum zweiten Mal eine Teilnahme an einer internationalen Meisterschaft. Nach der Junioren-EM 2002 in Tampere/FIN, nahm sie im Juli an der Junioren-WM teil, die heuer in Grosseto in der Toskana stattfand.

Auch wenn sie die Vorläufe der 800m nicht überstand, bleibt dieser Anlass dennoch ein unvergesslicher Höhepunkt in der noch jungen Karriere.

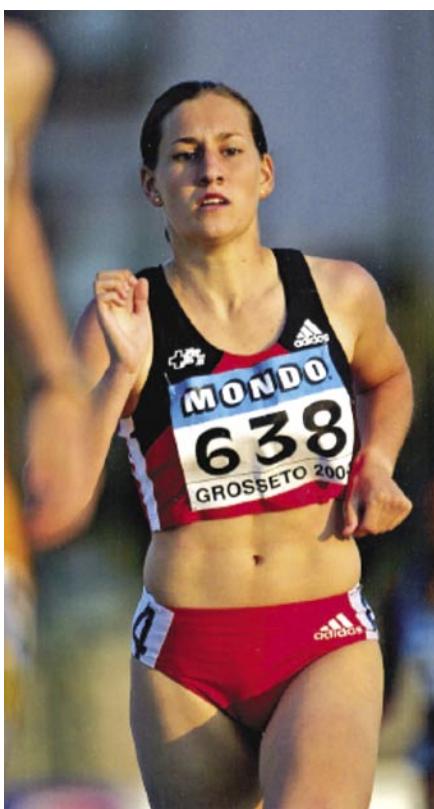
Die Stimmung, die Gegner aus aller Welt und das ungewohnte Medieninteresse sind eben speziell. «Zur Gewohnheit sind allerdings solche Anlässe noch nicht geworden», erklärt Marjolein, «es ist jedes mal wieder ein anderes Erlebnis. Auch die Gegnerinnen kannte ich bisher nur auf dem Papier. Interessant ist es auf jeden Fall, sich einmal mit ihnen über deren Trainingsmethoden zu unterhalten.»

Als etwas unschön empfand die Gymnasiastin

jedoch, dass die Schweizer Delegation nicht zusammen angereist ist, wie das bei anderen Nationen der Fall ist. Andererseits bot das Hotel besten Service und die Betreuung durch den SLV verdiente nur Lob. Beste Voraussetzungen also, Höchstleistungen zu erzielen. Um die Vorläufe zu überstehen, hätte Marjolein allerdings einen Sondereffort leisten müssen. Die leichte Enttäuschung über das Ausscheiden verflog angesichts der guten Stimmung schnell und sie konnte nun die Meisterschaften aus einer anderen Perspektive, nämlich als Zuschauerin erleben.

Lange dauerte der «Lagerwechsel» zu den Zaungästen allerdings nicht, denn Marjolein durfte schon kurz danach eine noch beeindruckendere Kulisse geniessen: Am Weltklasse Meeting in Zürich, über 1500m in einer U23-Serie. Und wer weiß in naher Zukunft könnte sie wie Anita Brägger mit Athletinnen wie Maria Mutola oder Jorlanda Ceplak im gleichen Rennen stehen.

Adrian Jäger



Marjolein Terwiel sammelte an der Junioren-WM in Grosseto wertvolle Erfahrungen.

Editorial

Liebe LCSlerinnen, liebe LCSler,

Wie wenn es da noch auch nur den kleinsten Zweifel geben würde: Nach FCS, SCS kommt LCS, ist doch logisch, oder?

Die beiden ballspielenden Stadtvereine haben es uns vorgemacht, wie man scheinbar unerreichbare Ziele realisiert. Dann klappts auch mit der Infrastruktur (Super-League-Standards und KSS-Winterdach lassen grüssen), selbst wenn Budgets kaum noch als solche bezeichnet werden können.

Vielleicht braucht es auch rund 20 Jahre nach der Metamorphose der schönsten und schnellsten Aschenbahn der Schweiz ins Kunststoffzeitalter wieder mal einen (1000 x 1000 m)-Weltrekord auf der ehrwürdigen Munotwiese, um eine erneute «Kampfwertsteigerung» Tatsache werden zu lassen? Oder braucht es lediglich die Einführung einer Ballwurf-Disziplin?

Auf jeden Fall sind neben der seriösen Basisarbeit einmal mehr auch innovative Lösungen gefragt, wie im prallgefüllten Sport- und Freizeitangebot ein nachhaltiger Akzent gesetzt werden kann. Da spiele ich nur zu gerne Briefkasten-Onkel und freue mich auf einfallsreiche Steilpässe...

Hape - Euer Präsi

Clubsponsor:

Elektrizitätswerk des Kantons Schaffhausen



Mit «Spirito» in die Höhe

Unter Capo Fredy Graf mausern sich die «Catapultanti» zum Winner-Team. Eine Bestandesaufnahme:

Fulvio Andreini, il campionissimo di origine Italiano/Svizzero war in den letzten Jahren immer wieder für Topresultate besorgt. Selbst Medaillen an den SM holte der inzwischen zum „Doktor der Wissenschaften der Motorik“ promovierte Carabinieri, der sich im letzten halben Jahr sehr viel in Zürich aufhielt, um jeweils seinen rekonvaleszenten Vater in der Schweiz zu besuchen.

Il grande tecnico, Gianni Hans Briner, ausgewachsener kosmopolitischer Stabspringer mit steigendem Gewicht, kämpft hartnäckig um die Rückkehr in die squadra catapultanti sowie um Weiten im Speerwerfen jenseits der 45m Marke.

Res Ott, alias Tozzi, zeigte mit seiner zielgerichteten Motivation verbunden mit einer gesunden Portion Humor dieses Jahr hervorragende Leistungen; und dies nicht nur im Stabhochsprung. Der Leiter des Turnvereins Hüntwangen erreichte nämlich an der Mehrkampf SM den ausgezeichneten 6. Platz! Keine Frage, Tozzi ist ein unverzichtbarer Leistungsträger in der LCS-SVM Mannschaft.



Zuckerbrot und Peitsche scheint Capo Fredy Graf Erfolgsrezept zu heißen.

Stefano Fontana, auch genannt Brunner, ein wenig gesehener Trainingspartner im letzten Winter, spürt langsam aber sicher die harten Realitäten im Berufsleben. Nach mehreren Auslandpraktiken als Mediziner wird der Stauner aber nach wie vor die Farben des LCS vertreten. Seine Erfahrungen und die filigrane Technik sollten es ihm noch viele Jahre erlauben, seinen hohen Leistungsausweis zu erhalten.

Unser campione abbruzzese, Romano Troxler, der eigentliche Doyen der Truppe, trägt nicht nur die Verantwortung des kantonalen Turnerverbandes sondern auch den „spirito di squadra catapultante“. Seine vorbildliche Leistungsbereitschaft sollte es ihm erlauben seine Bestleistung vielleicht noch dieses Jahr zu toppen. Der Erfolg kommt aber nicht von ungefähr. Wiederum war das Trainingslager in Schio/Bella Italia ein Vollerfolg in jeder Hinsicht. Einerseits ein Hochgenuss mit den italienischen Profis zusammen zu trainieren, andererseits vermochten sich unsere Springer nicht zu entschliessen, zu welcher italienischen Frauengruppe die Sympathien gehen sollten...



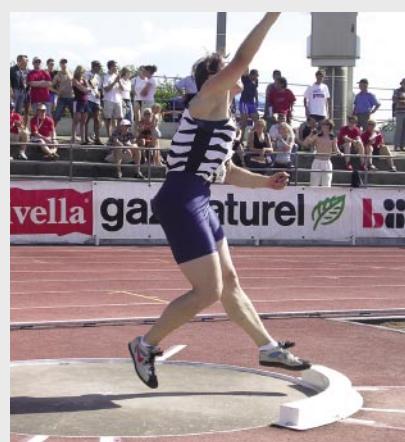
Dökti Stefan Brunner: Trotz Trainingsrückstand beständig im «Hoch»...

Das löste naturgemäß einen nie dagewesenen Trainingseffekt aus! Dank der Vermittlung von Federico Graffo, dem vorbildlich engagierten Trainer der squadra, erschien in Schio der zurzeit beste italienische Kugelstösser (notabene 19.82m) Marco Dodoni im Trainingszentrum. Er suchte insbesondere nach unserem Medizinherrn Stefano Fontana, um die Geheimnisse der technischen Explosivkraft für akrobatische Luftnummern zu perfektionieren. Offensichtlich sind die Rafzerfelder-Gewürze-Sniffs aus dem Garten von Tozzi von besonders guter Qualität, dass nun auch die italienischen Werfer/-innen zu Bestleistungen auflaufen...

Käthi Sutters Zwangspause

Das Aussenband war schon längere Zeit gerissen - diese zusätzliche Stützarbeit verkräftete Käthi's Achillessehne nicht mehr und so wurde die Operation des Aussenbandes am Sprunggelenk unumgänglich.

Damit muss der LCS auf eine wertvolle Punktesammlerin an der SVM verzichten - ärgerlich ist für Käthi auch, das sie so die erste Hälfte der Bobsaison verpassen und erst im Januar in den Eiskanal zurückkehren wird. (ajc)



SM-Einsatz mit lädierten Bändern.

Josef Sinkovits †

Ende Juni erreichte uns die traurige Nachricht, dass unser langjähriges Aktivmitglied, Josi Sinkovits, trotz unerschöpflichem Optimismus den Kampf gegen seine Krankheit verloren hat.

Sein Trainingseinsatz und die außerordentliche Seriosität für seine Sprinterleidenschaft bleiben unvergessen. «Bisch zwäg?» war seine stets fragende Anrede.

Wir halten Josi in bester Erinnerung.

11 Fragen an: Paul Sieber

1. Warum denkst Du, hast Du an dieser Stelle das Wort?

An der letzten LCS-GV wurde ich als Aktuar in den Vorstand gewählt. Als Vater von Roman und Simon möchte ich die jüngeren Mitglieder vom LCS im Vorstand vertreten.

2. Welchen Steckbrief würdest Du Dir selber zuschreiben?

Ich entwickle gerne neue, einfache Lösungswege bei anstehenden Problemen sei es am Arbeitsplatz, in der Feuerwehr oder im Privaten.

3. Was ist Deine Lieblingsbeschäftigung?

Ich reise gerne zusammen mit der Familie und unternehme auch gerne Ausflüge in die Umgebung.

4. Der LCS bedeutet für Dich...?

Der LCS bedeutet für mich eine sehr sinnvolle Freizeitbeschäftigung für sportbegeisterte Leichtathletikfans.

5. Deine meistbesuchte Homepage?

www.lcsh.ch und www.sh-sport.ch

6. Mit wem würdest Du gerne oder lieber nicht auf einer einsamen Insel stranden – und warum?

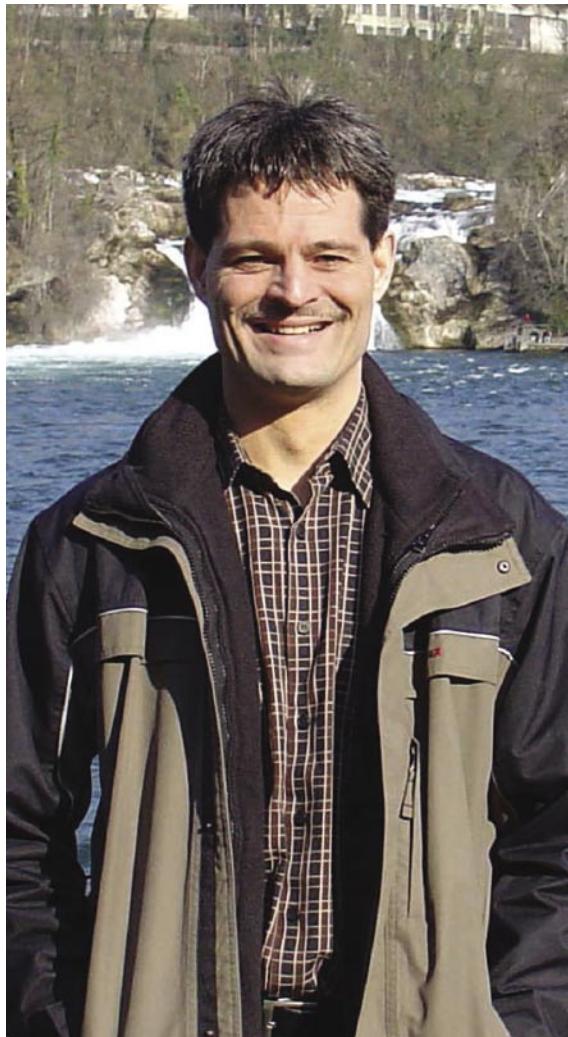
Am liebsten mit meiner Familie, weniger mit unzufriedenen und humorlosen Zeitgenossen.

7. Worin besteht dein tägliches Fitnessprogramm?

Joggin, Velo fahren, Schwimmen und Feuerwehreinsatzformation

8. Worüber kannst Du herhaft lachen – wo hört der Spass auf?

Witze aus nicht allzu unterster



Paul Sieber ist der neue Aktuar im Vorstand. Die jungen LCS'ler liegen ihm besonders am Herzen.

Schublade und Situationskomik bringen mich zum lachen, böswillige und ungerechte Anschuldigungen kann ich nicht ausstehen.

9. Wozu würdest Du Dich nie überreden lassen?

Bungee-Jumping.

10. Was würdest Du mit einem Haufen Geld anfangen?

Häufiger ausgefallene Reisen unternehmen.

11. Wie lautet Dein Lebensmotto?

Do it right the first time! (Mach es von Anfang an richtig!)

Sponsoren

Der LCS dankt allen Trainer-sponsoren herzlich für die Unterstützung und berücksichtigt sie beim nächsten Einkauf:

Alcan Packaging Services AG, Neuhausen
Brütsch AG Fensterfabrikation, Schaffhausen
Bücher-Schoch & Co., Schaffhausen
Bücherwurm Antiquariat+Buchh., Neuhausen
Buchhaus Meili AG, Schaffhausen
Garage und Pneuhaus City, Schaffhausen
Glasmax AG, Schaffhausen
HG Commerciale, Handelsgenossenschaft des Schweiz. Baumeisterverbandes, Schaffhausen
Hp. Hauser Spenglerei, Schaffhausen
Ingenieurbüro Weber, Neuhausen
J. Meier AG, Heizungen, Schaffhausen
Karo Parkett- und Bodenbeläge, Schaffhausen
Kebo AG Formenbau, Neuhausen
Kerschot Peter, Schaffhausen
Malergeschäft Schnell, Schaffhausen
M&R Metzger&Richner Transport AG, Schaffhausen
Metzgerei Breu, Neunkirch
Metzgerei Wirth, Schaffhausen
Motorgeräte-Center Hugo Zanger, Lohn
Müller Erwin AG, Schaffhausen
Philipp Albrecht GmbH, Mühlental Schaffh.
Plattenbeläge / Umbauten Egon Jung, SH
Rest. Altes Schützenhaus, Schaffhausen
Rest. Mühlental Centro Galego, Schaffhausen
Roost Augenoptik AG, Schaffhausen
Schreinerei Häller, Schaffhausen
Shell Zoll D. Meier GmbH, Schaffhausen
simacom gmbh marketing, Schaffhausen
Techn. Modellbau Minder, Schaffhausen
Volksapotheke Schaffhausen und Umgebung

Clubsponsor:



Elektrizitätswerk des Kantons Schaffhausen AG

Termine 2004

September		
Sa/So 4./5.	Espoirs/Junioren - SM	Zug
Sa/So 4./5.	Jugend A+B - SM	Lausanne
Sa/So 11./12.	Staffel - SM	Langenthal
Fr 17.9.	SVM Nachwuchs (ohne Jun)	Frauenfeld
Sa 18.	SVM-Final	
Sa 18.	Schweizer Final Migros Sprint SLV	Sarnen
Sa 25.	Schweizer Erdgas Cup Final SLV	Pratteln
Oktober		
Fr 29.10.	Vorstands-/ Traineressen	
November		
Fr 5.11.	Generalversammlung	Schaffhausen
So 14.11.	Brunch, Sponsorenlauf	Munothalle, SH

Einladung zur GV

59. LCS-Generalversammlung

Datum: 5. November 2004
 Zeit: Beginn 19.30 Uhr, Türöffnung 19.00 Uhr
 Ort: Hotel Kronenhof, Schaffhausen

- Traktanden:
1. Begrüssung und Appell
 2. Wahl der Stimmenzähler
 3. Protokoll der letzten Generalversammlung
 4. Mutationen und Mitgliederbestand
 5. Jahresberichte Präsident und Sportlicher Leiter
 6. Kassabericht und Bericht der Revisoren
 7. Wahl des Vorstandes und der Rechnungsrevisoren
 8. Festsetzung der Mitgliederbeiträge
 9. Genehmigung des Jahresbudgets
 10. Mitteilungen des Vorstandes
 11. Ehrungen und Auszeichnungen

Im Anschluss an den offiziellen Teil sind alle zu einem Imbiss eingeladen.
 Die Teilnahme an der Generalversammlung ist für alle Aktivmitglieder ab Jahrgang 1990 obligatorisch.

Wichtig: Allfällige Abmeldungen bitte bis 1. November 2004 an Magdalena Guida richten. (Telefon 681 34 03, eMail lcs_sekretariat@swissworld.com oder LC Schaffhausen, Postfach 860, 8201 Schaffhausen)

Der Vorstand des Leichtathletik Club Schaffhausen

Impressum

Herausgeber/
 Redaktion: Leichtathletik Club Schaffhausen
 Postadresse: Postfach 860, 8201 Schaffhausen
 Redakteur: Adrian Jäger eMail ajc@bluemail.ch oder info@lcsh.ch
 Internet: www.lcsh.ch

Training

Frühling / Sommer 2004

MONTAG

17.30 STAB: Fredy Graf
 18.00 LAUF Schüler/innen M. Walter
 TECHNIK: FRAUEN Peter Knoepfli
 TECHNIK: MÄNNER Rolf Käslin
 MITTELSTRECKE: Chr.&Dani Rahm

DIENSTAG

17.30 SPRINT: Wars Aniol
 18.00 MITTELSTRECKE: Chr.&Dani Rahm
 KRAFT (Dynamic): Kathrin Roth
 18.30 SCHÜLER/INNEN: M. Grimm/Team

MITTWOCH

17.30 Lauf: Christine Rahm
 18.00 SPRÜNGE: Charlotte Rahm
 18.15 SPRINT: Wars Aniol, Markus Eugster
 19.00 LANGSTRECKE: Andy Müller

DONNERSTAG

18.00 TECHNIK: FRAUEN Peter Knöpfli
 TECHNIK: JUGEND Rickli/Suter
 MITTELSTRECKE: Chr.&Dani Rahm

FREITAG

17.30 MITTELSTRECKE: Chr. & D. Rahm
 SPRINT/KRAFT: Wars Aniol
 18.00 LAUF: SCHÜLER/INNEN M. Walter

SAMSTAG

10.30 SPRINT/KRAFT: Wars Aniol
 11.00 MITTELSTRECKE: Daniel Rahm
 13.00 JUGEND: Markus Eugster

Trainer

Sportl. Leiter: Peter Knöpfli
 Tel. 052 659 18 88
 Nachwuchschefin: Monika Grimm
 Tel. 052 654 35 13
 Männercoach: Daniel Rahm
 Frauencoach: Peter Knöpfli
 Senioreencoach: Rolf Werner
 J+S Coach : Kathrin Roth

Trainer Schüler-/innen:

Monika Grimm, Martina Walter, Marlen Fritz, Barbara Rickli, Mariola Mesonero, Corinne Miklo, Christian Gälli

Trainer Lizenzierte:

Stab: Fredy Graf
 Sprint: Wars Aniol, Markus Eugster
 Langstrecke: Andy Müller
 Mittelstrecke: Christine & Dani Rahm

Technik

Frauen/Mädchen: Peter Knöpfli / K. Sutter / B. Rickli
 Männer/Jugend: Rolf Käslin/M. Eugster
 Sprünge: Charlotte Rahm
 Krafttraining: Kathrin Roth / Katharina Sutter