

# Newsletter

Informationsbulletin des Leichtathletik Club Schaffhausen

## Erlebnisbericht eines Länderkampfs von Michelle und Lydia

Für viele Athleten ist es etwas vom Schönsten, das Heimatland in den Farben der Nationalmannschaft zu vertreten. Dank ihrer guten Leistungen kam Michelle Baumer und Lydia Boll diese Ehre dieses Jahr zuteil. Im folgenden Bericht erzählen sie von ihren Erlebnissen vom Wochenende in Italien.

Am Freitagmorgen standen wir mit viel Gepäck und dem dicken Speerrohr am Bahnhof in Schaffhausen. Nicht weniger als zehn Stunden später, nach einer ewigen Busfahrt, kamen wir dann endlich in Caorle an. Wir wohnten in einem Feriendorf direkt am Meer und konnten uns so nach der Ankunft kurz die Füsse vertreten und uns abkühlen. Die anderen beiden

Teams aus Frankreich und Italien wohnten ebenfalls dort, so kam man auch mal ins Gespräch.

Am Samstagmorgen wurden wir alle vom italienischen Militär



Michelle Baumer und Lydia Boll (rechts) im Nationaldress in Caorle (It).

Bild zvg

### In dieser Ausgabe:

- ... Eine Saison in Bildern ...
- ... Rio hautnah ...
- ... Mehr als ein Lauftalent ...
- ... Quo vadis Lindli-Lauf ...

zum Stadion gefahren. Dort gab es eine kleine Eröffnungszeremonie mit Nationalhymnen und allem, was dazu gehört.

Fortsetzung auf  
Seite 4



## Editorial

Liebe LCS-ler

Nach 20 Jahren im Vorstand schreibe ich nun auch einmal ein Editorial. Ich habe erst mit 14 Jahren mit der Leichtathletik im LA Neuhausen begonnen. Schnell war mir klar, dass das Speerwerfen „meine Disziplin“ ist. Der Sport war eine gute Lebensschule. Dank ihm habe ich schon in jungen Jahren gelernt, dass man für Erfolge kämpfen, bei Niederlagen wieder aufstehen, weiter trainieren und an sich glauben muss. Siege und Medaillen sind nicht nur eine Folge von Talent, man muss sie sich durch (Trainings-)Fleiss, Disziplin und Ausdauer erarbeiten. Die Leichtathletik war ein wichtiger Teil in meinem Leben und ist es heute noch, wenn auch weniger im aktiven Bereich. Das Erlebte in der Aktivzeit hat mich auch in meinem Beruf und in meinem Alltag stark gemacht. Mein Engagement im LCS-Vorstand sehe ich daher auch als Dank an den Sport für das, was ich von ihm in jungen Jahren gelernt habe. Die Funktionärsarbeit macht mir immer noch viel Freude. Und wenn ich dann noch von Euren tollen Leistungen erfahre, dann gibt mir das die Gewissheit, dass meine Zeit sinnvoll investiert ist und ich hoffe, dass viele von Euch später einmal so denken werden wie ich!

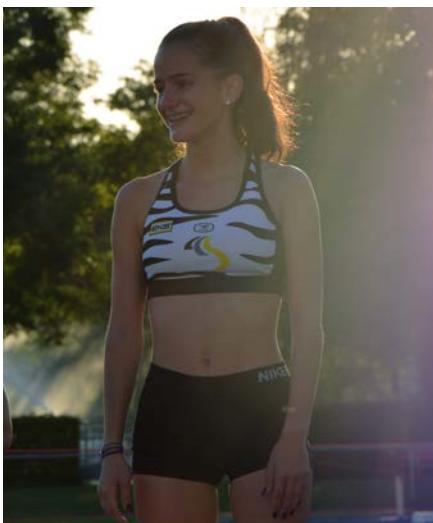
Magdalena Guida, Vorstandsmitglied

Clubsponsor:



# Bilder und Köpfe der Saison 2016 von Corina Fendt

## Marie-Claude von Allmen



Strahlte wie die Sonne: Marie-Claude von Allmen.

Bilder Dario Muffler

Die Jüngste im Bunde der LCS-Athleten, die in dieser Saison für positive Schlagzeilen sorgten und aus diesem Anlass in diesem Saisonrückblick ihren Platz finden sollen, ist die 15-jährige Marie-Claude von Allmen. Die Läuferin aus Feuerthalen brillierte bereits im vergangenen Jahr mit schnellen Zeiten. In dieser Saison aber vermochte sie noch einen draufzulegen. Ihr Palmarès lässt sich entsprechend sehen: Kantonalrekord über 1500 m, 2000m, 3000m, SM-Silber über 2000m und die Bronzemedaillie am 1000-m-Schweizerfinal! Mit ihrem letztgenannten Erfolg sicherte sie sich zudem einen Startplatz im Vorprogramm von Weltklasse Zürich 2017.

## Moritz Hangartner, Nick Rüegg

Ebenfalls schnell, aber deutlich weniger lang unterwegs als von Allmen sind die beiden Sprinter Moritz Hangartner und Nick Rüegg. Trotz Verletzungsspech und langem Trainingsausfall liess Hangartner sich an den Nachwuchs Schweizermeisterschaften seine erste Medaille umhängen – nicht aber im 80-m-Sprint, sondern mit neuem Kantonalrekord (6.20m) im Weitsprung. Beim Swiss Athletics Sprint-Final wollte er auch auf der Bahn brillieren, musste den Wettkampf nach den Vorläufen aufgrund einer erneu-

ten Verletzung aber abbrechen. Immerhin sicherte sich Hangartner noch den 200-m-Kantonalrekord der U-16.

Überzeugen konnte auch Nick Rüegg, der im Winter seine erste SM-Medaille gewann. Outdoor stand er an den Nachwuchs-SM über 100 m Hürden mit Bronze auf dem Podest, beim Swiss Athletics Sprint kam überraschend die silberne Auszeichnung dazu.



Schnelle Männer: Nick Rüegg und Moritz Hangartner (rechts)

## Lydia Boll



Flog beinahe von Erfolg zu Erfolg: Lydia Boll.

Bild athletix.ch

Auf eine Traumsaison zurückblicken kann Lydia Boll. Die Siebenkämpferin knackte erstmals eine internationale Limite und durfte die Schweiz an den

U-18-Europameisterschaften im Hürdensprint vertreten. Wenig später wurde sie von Swiss Athletics auch für den Länderkampf in Italien aufgeboten, wo sie in den Schweizer Farben einen Siebenkampf bestreiten durfte. Doch auch national sorgte Boll für Furore. Mit SM-Bronze im Weitsprung und im Hürdensprint, mit SM-Silber im Siebenkampf und insgesamt fünf Kantonalrekorden (100 m Hürden, Kugel 3kg, Speer 500g, Fünfkampf, Siebenkampf) bescherte sie sich gleich mehrere sportliche Höhepunkte.

## Enrico Güntert



In der Halle noch gesund: Enrico Güntert.

Bild athletix.ch

Sieben Monate musste Enrico Güntert verletzungsbedingt auf Techniktraining verzichten. Statt beim Munot verbrachte er unzählige Stunden im Fitnessstraining und beim Physiotherapeuten. Erst kurz vor den Schweizermeisterschaften fand er den Weg zurück auf die Bahn – und überzeugte sogleich! Zwar musste er im Dreisprung, im Weitsprung und im Hochsprung (äusserst knapp) neben dem Podest Platz nehmen, doch machte er deutlich, dass nächstes Jahr wieder mit ihm zu rechnen ist. An der Team-SM reichte es dann im Dreisprung mit seinen Clubkollegen für das Podest. Seinen grössten Triumph feierte Güntert 2016 aber im Dress der LV Schaff-

hausen. Zusammen mit Claudio Wäspi, Lukas Fendt, Kevin Lenhard und Lukas Felix gewann er den LMM-Schweizerfinal.

### Michelle Baumer



Kurz nach dem Zieleinlauf: Michelle Baumer.

SM-Bronze im Siebenkampf und die Teilnahme am Länderkampf in Italien – für Michelle Baumer war es eine sehr erfolgreiche Saison, die mit ihrem ersten Auftritt im Dress der Schweizer Nationalmannschaft ihren Höhepunkt fand.

### Roman Sieber



Happy darüber, zum richtigen Zeitpunkt fit gewesen zu sein: Roman Sieber.

Zum sicheren Garant für SM-Medaillen ist er in den letzten Jahren geworden: Roman Sieber. Stets gelang es ihm, im richtigen Moment die beste Leistung abrufen zu können. Auch dieses Jahr wieder. In Genf gewann er sowohl im Hochsprung als auch im Dreisprung Silber. Sieber war

dann wenige Wochen später auch eine wichtige Teamstütze beim LCS-Erfolg an den Team Schweizermeisterschaften in Delémont. Angetrieben von seinen starken Sprüngen sicherte er sich mit Simon Sieber, Enrico Güntert und Samuel Gampp die Silbermedaille.

### Simon Sieber

Erneut von Verletzungen geprägt war die Saison von Simon Sieber. Zum Schluss aber freute er sich über eine tolle Spätform, die ihm Team-SM-Bronze im Dreisprung und zwei neue Kantonalrekorde im Fünf-, und Siebenkampf bescherte. Beim letzten Wettkampf dieser Saison überraschte er eher überraschend 2.03m im Hochsprung. Damit ist er im Hoch- sowie im Dreisprung unter den besten fünf Schweizer Athleten zu finden.



Trotz Verletzungen immer wieder angriffig: Simon Sieber.

### Claudio Wäspi

An Sprintspezialist Claudio Wäspi gab es auch 2016 kein Vorbeikommen – zumindest clubintern. Dank seinen erneuten Kantonalrekorden über 200m und 400m wurde er im Spätsommer vom Staffeltrainer der Schweizer Nationalmannschaft für das Vorprogramm von Athlétissima aufgeboten. Im Schweizer Dress gelang ihm zwar aufgrund einer Erkältung nicht die beste Leistung, doch die Premiere ist geschafft und macht Lust auf mehr. Wäspi zeigte aber auch seine Mehrkampf-Qualitäten und

trug massgeblich zum LMM-Erfolg der LV Schaffhausen bei.



Im Nationaldress Vollgas nach vorne:  
Claudio Wäspi.

Bild athletix.ch

### Marco Kern

Bereits früh im Jahr konnte Marco Kern einen Erfolg verbuchen. Endlich beschwerdefrei zurück im Trainingsalltag, nach einem schwierigen Jahr 2015, sicherte er sich an der Cross-SM in einer regelrechten Schlammenschlacht über die Silbermedaille in der Langdistanz über zehn Kilometer. Leider wurde er auch anschliessend wieder von Verletzungen heimgesucht und kam nicht mehr wirklich auf Touren.



Eine Saison mit Licht und Schatten, aber doch einer Medaille: Marco Kern.

### Und der Rest?

Natürlich gab es weitere wertvolle Leistungen im LCS. Alle Wettkampfberichte der Saison sind auf [www.lcsh.ch](http://www.lcsh.ch) zu finden!

## Ungebunden & flexibel

- Gratis Maestrokarte bis 25
- Schweizweit keine Bancomatgebühren
- Attraktiver Vorzugszins



Jungen Leuten liegt die Welt zu Füßen. Wir begleiten sie mit unserem Angebot auf ihrem Weg in die Zukunft. Vom Sparkässeli bis zum Privatkonto mit vielen Vergünstigungen und Vorteilen.

[www.ersparniskasse.ch](http://www.ersparniskasse.ch)

**Mehr Möglichkeiten.**

 **ERSPARNISKASSE  
SCHAFFHAUSEN**

Die Bank. Seit 1817.

**www.restaurantemmersberg.ch**



- für Familienfeste
- für Hochzeiten
- für Geburtstage
- für Klassentreffen
- für Leidmahle

**Gerne helfen wir Ihnen bei Ihrem Anlass**

Familie R. & J. Keller

**Erlebnisbericht...  
Fortsetzung von Seite 1**

Nach kurzen Anweisungen von unseren Trainern ging es dann bereits los mit den ersten Disziplinen. Nach den ersten zwei Disziplinen, den 100 m Hürden und dem Hochsprung, war die Morning Session bereits abgeschlossen und wir hatten Pause bis um 16 Uhr. Nach dem 200-m-Lauf waren wir beide zufrieden mit unserem ersten Tag. Am Abend hieß es dann möglichst früh ins Bett und gut erholen.

Am Sonntag waren wir Frauen schon nach der Morning Session fertig. Es lief uns beiden gut, sodass wir mit unserer Endpunktzahl und dem Schlussrang zufrieden sein konnten. Am Nachmittag wollten wir in den Wasserpark, der uns schon während der ganzen zwei heissen Tage angelächelt hatte. Doch

Dafür lohnt es sich doch zu trainieren!

unsere beiden Männerteams hatten noch die Evening Session zu bestreiten, also entschieden wir uns natürlich, sie anzufeuern. Spät abends gab es eine Rangverkündigung im Feriendorf und einen gelungenen Abend am Strand mit allen Teilnehmern aus allen drei Ländern. Es sollte möglichst spät werden, damit wir am nächsten Tag im Bus schlafen konnten.

Für das U-20-Team von Lydia und das U-23-Team von Michelle resultierte am Schluss jeweils der zweite Rang, wobei immer die drei besten Endresultate eines Teams gewertet wurden.

Es war eine sehr tolle Erfahrung für uns beide, im Swiss-Dress an einem internationalen Wettkampf zu starten, einmal von einem anderen Trainer eine Rückmeldung zu erhalten und andere Konkurrentinnen als Zuhause zu haben. Wir nahmen viele schöne Erinnerungen und neue Freundschaften mit nach Hause. Dafür lohnt es sich doch zu trainieren!

# *Und auf einmal hiess es „Adeus Rio“*

von Dario Muffler

Seit diesem Sommer kann ich behaupten, dass ich an olympischen Spielen teilgenommen habe – ohne zu lügen. Zugegeben, nicht als Sportler, aber als offizieller Volunteer. Was ich erlebt habe und welche Eindrücke mitgenommen habe, möchte ich euch auf den nächsten Zeilen erzählen.

Es stellt mir die Haare auf. Das Gänsehautgefühl, wenn die Melodie der Medaillenzeremonien bei den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro gespielt wird, es ist noch präsent. Das ist wohl der grösste Moment für jeden Sportler, wenn er auf diesem Podest stehen kann. Nicht nur eine Teilnahme hatten diese drei da vorne erreicht. Sie hatten es sogar zu einer Medaille gebracht. Und ich durfte es hautnah miterleben. Noch schöner ist natürlich, wenn man mit dem „Abschieds-Olympiasieger“ – Fabian Cancellara – am Abend seines Triumphes ganz alleine ein Foto machen kann...

Zwar habe ich bereits viele Welt-, Europameisterschafts- und auch Olympiafinals am Fernseher verfolgt. Doch am Ort des Geschehens zu sein, das ist definitiv nochmals etwas Spezielles. Wenn man sieht, wie Nino Schurter mit grossem Vorsprung als Erster auf die Zielgerade einbiegt, bereits in der letzten Kurve ein unvergessliches Strahlen im Gesicht hat und vielleicht sogar mir persönlich zulächelt, weil ich mir mit



Auf dem Weg zu Olympia-Gold: Nino Schurter auf dem Mountainbike-Parcours in Rio. Keine Welle und kein Stein konnte ihn aufhalten.

Bilder Dario Muffler

meiner Schweizerfahne am Streckenrand die Seele aus dem Leib brülle. Dann schlägt das Herz eines Sportfans höher.

Die Stimmung auf dem Mountainbike-Parcours war sowieso sehr gut. Leider nur dauerte die Anreise aus dem Zentrum Rios über eine Stunde, während der man mit dem Zug auch durch sehr arme Quartiere fuhr und anschliessend einen längeren Fussmarsch durch das Militärgebiet zurücklegen musste. Die Olympischen Sportstätten in Deodoro lagen nämlich inmitten einer militärischen Ausbildungsanlage.

## Sicherheitswahn

Das Militär war aber nicht nur an seinem angestammten Ort

sehr präsent. In ganz Rio waren unzählige Soldaten, Polizisten, Ordnungshüter und andere Spezialeinheiten auf Streife. Gefühlt sah man alle 50 Meter eine Drei-ergruppe grün gekleideter Männer, die mit ihren Sturm- und Maschinengewehren den Eindruck erweckten, es herrsche Krieg. Das Verhalten der Soldaten war aber ganz der ruhigen Situation angepasst. Sogar Fragen nach dem Weg beantworteten sie.

Zum Teil war der Sicherheitswahn aber entweder zu belächeln oder dann zum Verzweifeln. Nicht schlecht gestaunt hatte ich, als ich im Olympischen Park ein Fläschchen Cola kaufen wollte. Die Verkäuferin reichte mir die Flasche, nachdem sie



**Offizieller Ausrüster des  
Leichtathletik Club Schaffhausen**

**REDY Sport**

**www.redysport.ch**

Lochstrasse 18 · 8200 Schaffhausen

den Deckel abgeschraubt und weggeworfen hatte. Verdutzt erkundigte ich mich, ob ich den Deckel nicht behalten dürfe, um die Flasche nicht auf einmal leer zu müssen. Nein, „for safety reasons“, hiess es. Dass zahlreiche Leute mit leeren Flaschen in den Olympiapark kamen, um diese mit Wasser zu füllen, hatte man wohl nicht bedacht.

### Viel Haut

Doch ich will mich nicht beklagen, die Wettkämpfe, die ich sehen durften, waren sehr spannend. Beispielsweise Nicola Spirigs starker Auftritt nach ihrer Handverletzung in der Vorbereitung oder die Duelle der Schweizer Fechter. Welch Drama, das schlussendlich zu Ungunsten der Schweizer ausging. So gerne hätte wohl auch die im Publikum gesessene Martina Hingis eine Medaille durch Benjamin Steffen erlebt. Auch ich konnte mich im entscheidenden Kampf nicht auf dem Sitz halten. So, dass ich wohl die anwesenden Brasilianer motiviert hatte, die Schweizer zu unterstützen. Dasselbe passierte auch beim Beachvolleyball, bei einem Spiel von Heidrich/Zumkehr. Das imposante Stadion mit Blick auf den Ozean war eigentlich schon fast geleert. Ich gab mir Mühe, so laut wie möglich zu sein. So etwas hatte man am Zuckerhut wohl nicht erwartet von einem Schweizer. Die Brasilianer stimmten ein. Sonst frönten sie bei Ballspielen ja eher einer

Kultur namens Pfeif-den-Gegner-heftig-aus, oder so...

Aber die Brasilianer praktizieren nicht nur diesen Kult, sondern auch einen Körperkult, wogegen sogar die Häufung rot gebrannter, deutscher Bierbäuche auf Mallorca ein Witz ist. Reizüberflutung pur, so würde ich einen Spaziergang eines schönen Tages an der Copacabana zusammenfassen. Der gelassene

giger Bademode. Doch natürlich gibt es auch wahre Augenweiden, die sich auf den Strassen der Millionenstadt tummeln... Und auch wenn die Brasilianer nicht so ambitioniert Sport machen, wie die Läufer, die bei uns am Lindli anzutreffen sind. Viele laufen doch oder nutzen am Sonntag, wenn eine Seite der Hauptstrasse entlang der Copacabana gesperrt ist, eines der zahlreichen Miet-Angebote von Rollschuhen oder Fahrrad-Rikschas.

### Langsam müde

So schön all die Sehenswürdigkeiten wie zum Beispiel der Zuckerhut sind. Irgendwann macht eine so grosse Stadt müde. Vor allem, weil ich ja auch gearbeitet habe. Beim Volleyball im Maracanazinho auf der Pressetribüne. Das Zusammenkommen so vieler verschiedener Nationalitäten und der Austausch ist einzigartig. So kenne ich jetzt Mexikaner, Amerikaner, Inder und jemanden aus Bangladesh. Dennoch war ich irgendwann froh, aus der Stadt zu kommen und ein paar Tage Ferien am Strand zu machen. Diese Tage gingen dann schnell vorbei. Zurück in Rio – wieder alleine – war ich nach zwei Wochen brasilianischer Grossstadt eigentlich froh, endlich wieder in die Schweiz zu können. Am letzten Abend fragte ich mich aber doch, ob es das jetzt schon war. Ja, plötzlich war es so weit: Adeus Rio – schön wars.



Hautnah dabei, als Nicola Spirig mentale Kriegsführung gegen Gwen Joergensen betreibt.

Umgang mit dem Körper und der freien Haut fördert da nicht nur Genussmomente zu Tage. Irgendwie fühlt sich aber jede und jeder dort als Fitnessstar – und will das auch zeigen, sei das nun das sogenannte Onepack, alias Bierbauch, oder die überrässig trainierten Bauchmuskeln oder Oberarme. Für unseren Geschmack bewegen sich auch die Seniorinnen in etwas gar freizü-



## ZOLLGARAGE NEUHAUSEN

- Verkauf Neu / Gebrauchtwagen
- Beratung
- Service / Reparatur / Diagnose
- MFK Bereitstellung
- Homologation von Import Fahrzeuge

- Klima Service / Reparatur
- Frontscheiben Reparatur
- Ozon Geruchsreinigung
- Abgastest



Allzeit gute Fahrt



**Ihr Team für Ihren Amerikaner**

Patrick Schlatter / Heidi Hansen / Marco Stutz / Kadir Tabak

# „Plötzlich war die Nervosität weg“ von Dario Muffler

**Marie-Claude von Allmen.** Diese Saison konnte man diesen Namen öfters lesen – und eigentlich immer in Zusammenhang mit Erfolg. Doch wer ist das Nachwuchstalent genau?

Es gibt wohl niemand, dem sie unsympathisch ist. Oft begegnet man Marie-Claude von Allmen lächelnd und aufgestellt – so auch beim Gespräch im „Vordergässli“. Mit einem mutigen Lauf sicherte sie sich in Aarau an den U-16-Schweizermeisterschaften die Bronzemedaille. „Es war das grosse Ziel. Die Erleichterung und die Freude waren riesig, als ich es erreicht hatte“, blickt sie auf ihr Highlight zurück.

## Mehr als Trainingskollegen

Es bedarf einiges an Ehrgeiz und Trainingsfleiss, um solche Erfolge feiern zu können. Natürlich auch etwas Glück, so war von Allmen eigentlich immer gesund und konnte trainieren, seit sie 2011 im LC Schaffhausen zu trainieren begann. Sie erinnert sich noch genau, dass sie erst durch eine Freundin erfahren hatte, dass es nicht nur ein Mehrkampf-, sondern auch ein Lauftraining gebe. „Ich bin dann gleich nach Hause gerannt und habe meinen Eltern gesagt, dass ich am Abend zur Munotsportanlage muss“, erzählt sie lächelnd. Seither brennt das Feuer immer stärker.

Woher nimmt sie die Motivation für viele und harte Trainings? „Es ist die Abwechslung zur Schu-



Marie-Claude von Allmen ist zufrieden damit, was sie alles erreicht hat. Bereits blickt sie aber nach vorne.  
Bild Dario Muffler

le. Ich kann den Kopf lüften“, sagt sie. „Aber auch Ziele motivieren.“ Und nicht zuletzt sei es die Stimmung im Training. „Meine Trainingskolleginnen und -kollegen sind sicher ein wichtiger Faktor, weshalb es so viel Spass macht.“ Sie freue sich jeweils nicht nur auf das Training, sondern auch auf die Leute, die mehr sind als nur Trainingskollegen.

## Papa der Supporter

Wenn die 15-Jährige nicht trainiert, besucht sie die Kantons-

schule Schaffhausen im Sprachlich-Altsprachlichen-Profil. In der Regel bereitet es ihr keine Mühe, Schule und Training unter einen Hut zu bringen. Manchmal denke sie dennoch, dass sie eigentlich keine Zeit habe. „Ich bin nicht die diszipliniertesten Person“, sagt sie. „Ich plane zwar sehr gerne alles genau, doch dann kommt etwas dazwischen und nichts passt mehr.“ Dann ergänzt sie lachend: „Aber der Plan war da.“

Auch wenn die junge Läuferin gerne plant, kann sie sich auf die

# Hutter heizt !

[www.hutterheizt.ch](http://www.hutterheizt.ch)

Heizung  
Solar  
Planung  
Service

Unterstützung der Eltern verlassen. Das bedeutet ihr viel. „Mein Vater ist engagiert und schaut, wo ich jeweils noch starten könnte“, erzählt sie. „Ich bin froh, wenn er am Start steht.“ Auch wenn es bei ihr mit der Nervosität vor einem Rennen sehr unterschiedlich sei. „Manchmal bin ich so nervös, dass mir übel wird.“ Das könnte auch an unbedeutenden Trainingswettkämpfen der Fall sein. Dann gibt es aber auch die anderen Situationen. „Plötzlich war die Nervosität weg“, erzählt sie von der SM in Aarau. Sie habe schon mehrmals versucht, herauszufinden, was das bessere Omen sei. „Es kam schon beides gut“, lautet ihr Fazit. Das zeigt, dass sie immer fokussiert am Start steht. Und motivieren müsse sie so oder so niemand: „Das bin ich genug!“

### Schwäche für Schokolade

Eine Motivation und Lebensfreude, die man bei ihr auch sonst sieht. So bringt man sie auch nicht so schnell aus der Fassung – außer vielleicht mit grossen Spinnen. Das liegt vielleicht auch an ihrem Schokoladenkonsum, dieser regt bekanntlich die Ausschüttung von Glückshormonen an. Für die süsse Sünde habe sie nämlich eine Schwäche. „Aber eigentlich generell für Essen – und Tee“, sagt sie, während sie bezeichnenderweise eine Tasse Tee bestellt hat. Sie esse aber nicht nur gerne, sondern kocht auch immer wieder mit Freundinnen. Wenn sie ihre Freizeit genießt, dann ist sie generell gerne mit anderen unterwegs und unternimmt allerlei. „Aber was ich auch liebe, ist, einfach mal einen Tag lang Zuhause zu sitzen, Tee zu trinken und eine TV-Serie zu schauen“, sagt sie.

Serien schauen, das macht sie auf alle Fälle lieber, als allzu weit in die sportliche Zukunft. Auch wenn irgendwo im Hinterkopf die U-18-EM-Limite über 1500m herumgeistert. Für die junge Mittelstreckenläuferin steht die Freude, die sie jetzt am Laufsport hat, im Zentrum. Das ist gut so – und hoffentlich bleibt es noch lange so!

## Nachgefragt zum 2. Raiffeisen Lindli-Lauf



**Daniel Rahm**  
OK-Mitglied  
Raiffeisen  
Lindli-Lauf/  
Winforce-Meile

Das heisse Wetter hat sicherlich auch eine Rolle gespielt.

*Das Datum für die nächste Ausstragung steht bereits. Was sind die Überlegungen, den Lauf nächstes Jahr erst im November durchzuführen?*

**Rahm:** Der November ist einfacher weil dann am Lindli allgemein weniger los ist. Zudem finden weniger Läufe statt in dieser Zeit. Unsere Idee ist auch, dass der Lauf eine gute Möglichkeit bietet, ihn als Vorbereitung auf den Stauner zu absolvieren.

*Sind für die Läuferinnen und Läufer noch weitere Anpassungen zu erwarten?*

**Rahm:** Der Lauf wird wieder wie bei der ersten Durchführung stattfinden. Das heisst, dass nur auf dem Lindli gelaufen wird und wir die Strasse nicht mehr sperren.

Interview Corina Fendt

## Agenda

November		
So, 13.	Wisacher Cross	Regensdorf
So, 27.	Staaner Stadtlauf	Stein am Rhein
Dezember		
So, 11.	Silvesterlauf	Zürich
Januar		
Sa, 7.	Cross	Düdingen
So, 8.	LV Albis Cross	Affoltern a. A.
Sa, 14.	Cross International	Lausanne
So, 15.	UBS Kidscup (lokal)	Neuhausen
Sa, 21.	Nat. Bärner Cross	Bern
So, 22.	Hallenmeeting	St. Gallen
Sa, 28.	Cross	Lausanne
28./29.	Hallenmeeting	Magglingen
Februar		
4./5.	Hallenmeeting	Magglingen
11./12.	Nachwuchs SM	St. Gallen
18./19.	Aktiv SM	Magglingen
März		
So, 5.	Cross SM	Köniz
So, 12.	Regiofinal UBS Kidscup	Frauenfeld
So, 19.	Nachwuchsmeeting	St. Gallen
Sa, 25.	CH-Final UBS Kidscup	Siggenthal

### Impressum

**Herausgeber** Leichtathletik Club Schaffhausen | Postfach 860 | 8201 Schaffhausen  
**Redaktion Newsletter** Corina Fendt | 077 468 17 12 | corinafendt@gmx.ch  
**Redaktionsteam** Corina Fendt, Dario Muffler  
**Layout und Produktion** Dario Muffler  
**Druck** Altra Schaffhausen