



# Newsletter

Informationsbulletin des Leichtathletik Club Schaffhausen

## Mit frischem Wind neuen Zielen entgegen

Ein Interview mit unserem neuen Präsidenten

Rémy Höhener: von Marco Kern



Mit dem Entscheid von Rémy Höhener das Präsidentenamt zu übernehmen, konnte der LCS schon vor Beginn der Sommersaison einen ersten Erfolg vermelden.

In der Tat ist Rémy für den LCS ein Glücksfall. Mit seiner beruflichen Tätigkeit bringt er sicher viele Fähigkeiten mit, die er in die Aufgabe des Präsidenten einfließen lassen kann. Doch was macht er beruflich? Als Geschäftsführer der Bircher Reglomat AG in Beringen leitet er die strategischen Geschicke der Firma. Dafür reist er von Amerika bis nach Asien und ist darum hie und da wieder für eine Woche auf Reisen. Er betreut Tochterfirmen und tätigt Kundengespräche. Durch diese Aufgaben sind ihm viele Entscheidungen überlassen, was ihm einen grossen Spielraum lässt. Ein „Lieblingsland“ habe er aber nicht, sagt Rémy, vielmehr gefällt es ihm auf manchen Flecken der Erde. Daraum mag er auch die verschiedenen Kulturen, die er durch seinen vielseitigen und gestalterischen Beruf kennen lernen kann.

Nun hat Rémy in diesem Frühjahr das LCS-Präsidentenamt übernommen. Mit dem Amtsantritt haben sich ihm neue Perspektiven aufgetan und eine neue Herausforderung sei es für ihn gewesen, fügt er an. Zudem habe er gespürt, dass der Verein ihn braucht und das habe ihm die Bestätigung für seinen Entscheid zugunsten der neuen Aufgabe gegeben. Das erste Jahr sei für ihn ein „Kennenlernjahr“, betont er. Es gehe für ihn vorerst auch darum, die Ziele und die Vereinsstrukturen des LC Schaffhausen zu erfahren. Denn um gute Ideen einzubringen zu können, braucht es wichtige

Grundlagen. Und diese gelte es jetzt einmal kennen zu lernen.

Dennoch konnte er schon einige Bestrebungen vorantreiben. So ist die Bildung eines Organisationskomitees für die Austragung von Wettkämpfen im Gange. Es gäbe viele im Verein, die etwas in dieser Form tun würden. Daraus ein funktionierendes Komitee zu gründen, wäre nun wichtig, damit man in Zukunft eine regelmässige Durchführung von Anlässen gewähren könnte. Einen ersten „Grossanlass“ soll mit dem Schweizer Final des Erdgas- Athletics- Cup bereits nächstes Jahr im Herbst durchgeführt werden.

Rémy hat für die Zukunft weitere Pläne. Man wolle aber „Step-by-Step“ vorwärtsgehen, spricht er anfallende Strukturveränderungen an. Höchste Priorität spricht er der Nachwuchsförderung zu. Die Jugend sei doch die Zukunft des Vereins. Man wolle darum versuchen, den Nachwuchssportlern eine möglichst optimale Plattform zu bieten, damit sie national wie auch international zu Aushängeschildern reifen können. Damit könnten Vorbilder für spätere junge Leichtathleten heranwachsen. Er erhofft sich natürlich, dass man solche Aushängeschilder auch im Verein halten könne, damit sie den Verein und unsere Region repräsentieren. Und nicht zuletzt, dass sie ihre Erfahrungen zu einem späteren Zeitpunkt im Verein wieder an jüngere Talente weitergeben können. Denn da ist sich Rémy im Klaren, positives Engagement kann nur auch im Zusammenhang mit Spass an der Sache Leichtathletik entstehen. Dazu müsse man den Verein zusammenfügen, damit „es ein richtiger Plausch werden kann“.

(Fortsetzung auf nächster Seite)

## Editorial

Liebe LCSlerinnen, liebe LCSler

Es ist nun schon einige Zeit her, seit der letzte Newsletter über die Geschehnisse im LCS berichtete.

Dies soll sich ab jetzt ändern.

Das neue Konzept sieht vor, dass jährlich 4 Ausgaben erscheinen, jeweils zum gleichen Zeitpunkt.

Die erste Ausgabe wird nach der Hallensaison publiziert, eine nach dem Trainingslager aber noch vor dem Beginn der ersten Wettkämpfe, eine weitere nach dem letzten Wettkampf der Saison und zum Schluss eine Ausgabe zum Ende des Jahres.

Inhaltlich wird sich nicht viel verändern, der Newsletter soll aber vor allem eines sein: Aktuell. Aktualität alleine genügt uns nicht, der Newsletter soll in Zeiten von Google und Yahoo! auch im World Wide Web bestehen können. Deshalb versenden wir den Newsletter erstmals per E-Mail an die Mitglieder, welche sich auf der Homepage eingetragen haben. Wer in Zukunft den Newsletter auch gerne per E-Mail erhalten möchte, der kann sich auf [www.lcsh.ch](http://www.lcsh.ch) jederzeit anmelden.

Adrian Jäger

## Wichtige Termine (siehe letzte Seite)

Sonntag, 26. 11. 2006  
Sponsorenlauf und Sonntagsbrunch,  
9.30 Uhr, 3fach-Halle, Emmersberg

Mittwoch, 29. 11. 2006  
61. LCS Generalversammlung  
19.30 Uhr, Hotel Kronenhof Schaffhausen

Clubsponsor:

Elektrizitätswerk des  
Kantons Schaffhausen



Stromversorgung Schaffhausen

(Fortsetzung von erster Seite)

Und dies zu schaffen ist Rémy überzeugt, auch wenn es seine Zeit brauchen wird. Was ebenfalls wichtig wäre, sind verbesserte Trainingsmöglichkeiten vor allem im Winter, eine gute Zusammenarbeit



Präsident bei der Arbeit: Siegerehrung Böllä 2006

unter den Trainern der verschiedenen Trainingsgruppen und das Finanzieren von Trainerkursen und -Ausbildungen. Dazu muss der Verein aber noch über grössere finanzielle Mittel verfügen können und zugleich natürlich „gesund“ bleiben. Man muss sich noch vermehrt mit dem Thema „Sponsoring“ auseinandersetzen, erläutert Rémy, worin er noch einige Supportmöglichkeiten sieht. Sehr wichtig ist hier natürlich die stabile Beziehung zum Hauptsponsor EKS.

Man sieht, es ergeben sich viele neue Möglichkeiten, aber es muss auch erst einiges verändert werden. Ein klares Fazit ist, dass wieder etwas geht seit diesem Jahr. Mit neuer Dynamik, die Rémy in den Verein einbringen will, kann noch vieles erreicht werden. Man muss die Dinge nur anpacken und dazu wird jeder Mann und jede Frau gebraucht. Zusammen können wichtige Erfolge erzielt werden – auf und neben dem Wettkampfplatz.

Marco Kern

## Steckbrief:

**Name:** Höhener  
**Vorname:** Rémy  
**Jahrgang:** 1960  
**Familie:** Verheiratet mit Rita  
**Töchter:** Rebecca und Livia  
**Berufsstand:** CEO bei Bircher Reglomat AG

**Hobbies:** Joggen, Biken, Inline-Skating

**Rückblick:** Rémy hat als Jugendlicher mehrmals am Schaffhuuser-Bölle mitgemacht und diesen sogar einmal gewinnen können. Daraufhin war er ein Jahr im LCS, wo er seinem Cousin Hansjörg Wirz über die Hürden nacheiferte, bevor er dies aufgab und Handballer wurde!

## Saisonrückblick der Mehrkampfgruppe

Die Trainingsgruppe von Peter Knöpfli startete mit dem Trainingslager in Locarno in die neue Saison. Nach 4 Tagen und harten Trainings kehrten die teilnehmenden Athleten optimistisch nach Schaffhausen zurück.

An den TG/SW Meisterschaften ließen sich bereits erste Erfolge durch die Leichtathleten von Knöpfli verzeichnen. Denise Meister (U18) stiess die Kugel auf 11.34m, womit sie eine neue persönliche Bestleistung aufstellte und den dritten Platz erreichte. Martina Wäckerlin hatte sich erstmals an den Dreisprung gewagt, wo sie eine sehr gute Weite von 10.59m sprang. Ebenfalls egalisierte sie ihre Bestleistung im Speerwerfen und stellte mit 36.06m einen neuen Kantonalrekord auf.

Patrick Meier (U18), der in diesem Jahr neu zur Mehrkampfgruppe gestossen ist, überzeugte besonders im Hochsprung, wo er mit 1.75m den dritten Platz erreichte.

Mit einer Weite von 6.84m im Weitsprung belegte Sami Furger (U18) den ersten Platz und stellte einen neuen Kantonalrekord auf. Im Hochsprung überzeugte der 16-jährige mit einer Höhe von

1.94m. Lorenz Werner (U18) erhielt im Kugelstossen mit einer Weite von 13.47m die Silbermedaille.

An den Regionalen Meisterschaften in Winterthur dominierte Denise Meister klar über 100m Hürden in einer Zeit von 14.83 sec. Sami Furger stellte an diesem Wochenende mit 1.98m einen weiteren Kantonalrekord im Hochsprung auf. Einer der Höhepunkte dieser

Saison waren die Schweizer Mehrkampfmeisterschaften, wo Lorenz Werner und Patrick Meier ihren ersten 10-Kampf absolvierten.

Beide Athleten konnten einige neue persönliche Bestleistungen verzeichnen. So schloss Patrick Meier den Wettkampf mit 5005 Punkten auf dem 14. Platz ab, und Lorenz Werner platzierte sich mit 3891 Punkten nur vier Plätze hinter Meier in der Schlussrangliste.

Der zweite Höhepunkt waren die Schweizer Meisterschaften am 3. und 4. September 2006.

Sami Furger zeigte einen höchst spannenden Wettkampf und sicherte sich mit



Merkampfgruppe im Trainingslager 2006 in Locarno: Lorenz, Martina, Bod, Joelle, Peter, Denise, Lukas (v.l.n.r.)

13.85m im Dreisprung den ersten Podestplatz. Lukas Schlatter zeigte ebenfalls eine sehr gute Leistung und sprang auf eine Weite von 11.28m. Bei den Juniorinnen erreichte Joëlle Hofer im Kugelstossen den dritten Platz.

Zusammenfassend war die Saison für die Mehrkampfgruppe sehr erfolgreich. Nach einer 4 bis 5- wöchigen Trainingspause werden die Athleten wieder mit ihrem Training beginnen.

Wenn alles gut läuft kann man auf eine noch erfolgreichere Saison im kommenden Jahr hoffen.

Joëlle Hofer



# Sami Furger - ein vielversprechender Nachwuchsathlet in mehrfacher Hinsicht

Über Sami's Paradedisziplin, warum er nicht mehr hoch springen will und für wann er sich die 14 Meter vorgenommen hat!

13.85m, 6.84m, 1.98m, 11.11sec – dies sind die bisherigen Leistungen von Sami Furger in diesem Jahr! Beeindruckend, wenn man sich die verschiedenen Erfolge, die Sami mit diesen Leistungen erzielt hat, vor Augen führt. In allen vier Disziplinen figuriert der angehende Koch aus Stein am Rhein unter den besten sechs der unter 18-jährigen in der Schweiz. Im Weitsprung und im Hochsprung ist im Kanton Schaffhausen vor ihm noch kein Jugendlicher weiter bzw. höher gesprungen. Trotz dieser starken Leistungen will sich Sami vom Hochsprung abwenden und sich fortan auf Dreisprung, Weitsprung und die Sprintdisziplinen konzentrieren. Er sei zu klein um im Hochsprung in Zukunft reüssieren zu können, meint Sami. Vor allem im Dreisprung, seiner Paradedisziplin, wolle er noch weit kommen, betont der Siebzehnjährige. Dies kommt auch nicht von ungefähr. Ist er doch vor kurzem in Zofingen in dieser Disziplin Schweizer-U-18- Meister geworden. Wenn man nun das Wort „Dreisprung“ so hört, denkt wohl manch einer an den Neo-Schweizer Alexander Martinez. Er hat sicher dazu beigetragen, dass der Disziplin Dreisprung in der Schweiz wieder mehr Beachtung geschenkt wird. Auf Martinez angesprochen, schwärmt Sami vom coolen Kubaner. Er konnte sich bereits einmal mit ihm unterhalten. Doch Sami will es nicht nur bei einer Unterhaltung



Sami in Action: 100m an SH/TG Meisterschaften  
(Foto: Thomas Handschin)

belassen. Er hofft, dass er bereits an der Hallen- SM mit ihm zum Wettkampf antreten kann. Um gegen ihn zu gewinnen, wird es wahrscheinlich noch einige Zeit dauern und bis dahin muss er auch noch einige Trainings absolvieren, dies ist sich Sami natürlich bewusst. Doch wer weiss auf wie viele Meter Sami sich noch steigern kann.

In näherer Zukunft will er erst einmal die 14 Meter- Grenze knacken und seinen SM- Titel wiederholen. Im Weitsprung ist sein Ziel die 7 Meter zu überspringen. Momentan macht Sami gerade Saisonpause. Ende Oktober wird er dann wie viele andere auch ins Wintertraining einsteigen. Der Trainingsbesuch auf der Munotsportanlage ist jedoch nicht einfach für ihn. Er hat diesen Sommer eine Koch- Lehre im Klosterhof in Stein am Rhein angefangen und muss sich deshalb seine Zeit gut einteilen. Da der Weg nach Schaffhausen zum Training auch nicht gerade kurz ist, kann Sami

nicht viel mehr trainieren als am Montag und am Donnerstag. Dies kann man sicher nicht als optimal bezeichnet werden. Doch Sami fügt an, dass mit Wille und Motivation die Trainings effizient absolviert werden können.

Diese Trainings wird nun stellvertretend Christian Gälli leiten. Denn Peter Knöpfli weilt für ein halbes Jahr in den USA. Mit Christian lässt sich gut trainieren, meint Sami. Er verlange viel Einsatz, aber dies sei ja auch wichtig, fügt er hinzu.

Auf seine Zukunftspläne angesprochen, ist sich Sami noch nicht so gewiss. Er wolle erst einmal seine Lehre als Koch machen und sich danach nach weiteren Möglichkeiten umsehen. Auch im sportlichen Bereich habe er sich noch keine langfristigen Ziele gesetzt. Dies werden die kommenden Saisons dann schon zeigen.

Man kann auf jeden Fall sagen, dass bei Sami noch viel Potential vorhanden ist und wenn er jeweils Anlauf nimmt, sind spektakuläre und auch weite Sprünge garantiert – egal in welcher Disziplin.

Marco Kern



Kantonalrekord-Staffel Olympisch: Sami Furger, Marco Kern, Magnus Strabel, Daniel Fuchs (v.l.)

## Die Munot-Sportanlage erstrahlt in neuem Glanz

In diesem Frühling wurde die Rundbahn komplett neu saniert. Die Bäume, entlang der 100m-Strecke, verursachten Wölbungen, sodass die Bahnen vier, fünf und sechs für grössere Wettkämpfe und auch fürs Training unbrauchbar waren. Diese Bahnen wurden aus diesem Grund neu saniert und man hat eine Mauer am Rande der Tartanbahn in den Boden versenkt, sodass sich das Ganze nicht wiederholen kann. Auch der restliche Teil der Anlage bekam einen neuen Belag, und die Markierungen wurden neu gestrichen.

Ausserdem hat man den Weitsprungsand ausgewechselt und eine Abdeckung montiert, damit es nicht länger ein Sandkasten für Kinder und ein Klo für Hunde bleibt. Wir können uns freuen, die Munot-Sportanlage in neuer Pracht präsentieren zu dürfen.

Martina Wäckerlin

## Clubsponsor:



Stromversorgung Schaffhausen

Elektrizitätswerk des  
Kantons Schaffhausen AG

# Einladung zur GV

## 61. LCS-Generalversammlung

Datum: **Mittwoch, 29. November 2006**  
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
  12. Umfrage und Diverses

Im Anschluss an den offiziellen Teil sind alle zu einem Imbiss eingeladen.  
Die Teilnahme an der Generalversammlung ist für alle Aktivmitglieder ab Jahrgang 1992 obligatorisch.

**Wichtig:** Allfällige Abmeldungen bitte bis 22. November 2006 an Magdalena Guida richten. (Telefon 052 681 34 03, eMail [lcs\\_sekretariat@swissworld.com](mailto:lcs_sekretariat@swissworld.com) oder LC Schaffhausen, Postfach 860, 8201 Schaffhausen)

Wir freuen uns über euer zahlreiches Erscheinen!

Der Vorstand des Leichtathletik Club Schaffhausen

## Sponsorenlauf & Brunch

**Datum: Sonntag 26. 11. 2006  
ab 9.15**

**Ort: Munotsporthalle Emmersberg**

Dieses Datum sollte sich jeder LCS-ler, aktiver oder passiver, sofort im Terminkalender rot anstreichen. Dann finden nämlich wieder Brunch und Sponsorenlauf in der neuen Munotsporthalle statt, und diesen Anlass mitzuerleben ist ein Besuch in der Halle sicherlich wert. Seit 2002 wird er nun schon zum vierten Mal gemeinsam durchgeführt. Hinter diesem, doch sehr ertragreichen Event, stehen natürlich wichtige Personen, die sich zur Organisation bereiterklärt haben. Für die Durchführung des Sponsorenlaufs sind Barbara Rickli und Moni Grimm verantwortlich, währenddem sich Susanne Müller und Kathrin Roth für das Wohl der Athleten und Gäste sorgen. Dahinter verbirgt sich natürlich auch ein gewisser Aufwand, der geleistet werden muss. Für den Sponsorenlauf heisst das, dass erst einmal die Ausschreibung an alle Aktiv-Mitglieder verteilt werden müssen. Was sich im letzten Jahr bewährt hatte, war

die Durchführung des Family-Plauschs. Auch dieses Jahr erwarten die Teilnehmer des Family-Plauschs wieder unterhaltsame Spiele mit tollen Preisen.

Beim Brunch ist das Wichtigste, dass für alle Hungrigen genug von allem da ist. Doch bei diesem jeweils reichhaltigen „Zmorge- Buffet“ ist bisher noch niemand zu kurz gekommen. Um die ausreichende Verköstigung der Gäste und Aktiven sicher zu stellen, ist für Susanne und Kathrin ein Gang in den Top CC darum unausweichlich geworden. Sie würden nun aber ihre alljährliche Einkaufsliste und somit die Organisation des Brunchs für das kommende Jahr gerne an jüngere Vereinsmitglieder oder sonstige Interessierte weitergeben. Gemäss den beiden Frauen sei das Organisieren dieses Events keine grosse Sache. Wichtig seien vor allem der Einkauf der Frühstückwaren, deren Transport und das Aufstellen in der Halle, betonen sie. Für die Rahmenbedingungen des Brunchs und des Sponsorenlaufs ist also gesorgt. Nun hat jedes LCS- Mitglied auch selber seinen Teil zur erfolgreichen Durchfüh-

# Training

## Wintertraining 2006/2007

### MONTAG

- 17.30 SPRINT: Wars Aniol  
18.00 LAUF Schüler/innen M. Walter  
18.00 MITTELSTRECKE: Dani Rahm  
18.30 MEHRKAMPF: Peter Knöpfli  
19.00 TECHNIK: JUGEND Rolf Käslin

### DIENSTAG

- 17.30 SCHÜLER/INNEN: M. Grimm  
18.00 SPRINT: Wars Aniol  
18.00 KRAFTTRAINING (Dynamic)

### MITTWOCH

- 17.30 SPRÜNGE/WURF: Peter Knöpfli

### DONNERSTAG

- 18.00 MITTELSTRECKE: Dani Rahm  
18.00 SPRÜNGE/KRAFT: Wars Aniol  
18.30 MEHRKAMPF: Peter Knöpfli  
19.00 SCHÜLER/INNEN: M. Grimm  
19.00 TECHNIK: JUGEND Barbara Rickli

### FREITAG

- 17.00 MITTELSTRECKE: D. Rahm  
18.00 LAUF: SCHÜLER/INNEN M. Walter

### SAMSTAG

- 10.30 SPRINT/AUSDAUER: Wars Aniol

# Trainer

Sportl. Leiter: Peter Knöpfli  
Tel. 052 659 18 88  
Nachwuchschefin: Monika Grimm  
Tel. 079 342 34 87  
Männercoach: Daniel Rahm  
Frauencoach: Peter Knöpfli  
J+S Coach : Kathrin Roth

**Mehr unter: [www.lcsh.ch](http://www.lcsh.ch)**

# Impressum

### Herausgeber

Leichtathletik Club Schaffhausen  
Postfach 860  
8201 Schaffhausen

### Redaktion

Adrian Jäger  
[ajc@bluemail.ch](mailto:ajc@bluemail.ch) / [info@lcsh.ch](mailto:info@lcsh.ch)

### Internet

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

zung beizutragen. Die „Sponsorenblätter“ sollen möglichst bis auf die letzte Zeile ausgefüllt in die Munotsporthalle mitgebracht werden. Darum am besten gleich sofort mit dem Sponsorensuchen beginnen, für die höchsten Beträge sind Preise ausgesetzt. Und schlussendlich kommt das Geld ja wieder den Athleten, vor allem dem Nachwuchs zu Gute. Es sollte also genug Ansporn gegeben sein.

Marco Kern