

LS BRUGG

9. Jahrgang Nummer 1 2010

Offizielles

VEREINS-ORGAN

der Laufsportgruppe Brugg



Die Vereinsmeister des Jahres 2009 strahlen an der GV um die Wette

Impressum

Das Vereinsorgan der Laufsportgruppe Brugg erscheint 4mal jährlich in einer Auflage von 100 Exemplaren und wird allen Vereinsmitgliedern und Sponsoren zugestellt.

Redaktor:

Matthias Rüede

Habsburgerstrasse 84

5200 Brugg

Tel.: 056/441 40 58

e-mail: matthias.rueede@lsg-brugg.ch

PC-Konto Verein: 50-12757-0

Internetadresse: www.lsg-brugg.ch

Wer Beiträge, Adressänderungen, Anmerkungen usw. zum Vereinsorgan machen möchte, soll sich bitte bis zur unten angemarkten Frist beim Redaktor melden. Die Vereinsmitglieder sind verpflichtet, so weit als möglich, jedes erfreuliche sportliche oder private Ereignis zu melden, damit es auch den Vereinskollegen publik gemacht werden kann.

**Das nächste LSG-Vereinsheft erscheint Ende April 2010.
Einsendeschluss ist der 26. März 2010.**

Wir gratulieren ganz herzlich zum Geburtstag...

05.04.2010	Kevin Mader	24 Jahre
11.04.2010	Patrick Schmid	23 Jahre
13.04.2010	Sarah Weinhold	20 Jahre
26.04.2010	Christoph Bächli	18 Jahre

...wünschen gute Gesundheit und für die sportliche Zukunft alles Gute.

News

Die Generalversammlung 2009 mit bewegenden Momenten

Am 14. November des vergangenen Jahres durfte der Präsident der Laufsportgruppe Brugg, Ruedi Glauser, die zahlreich erschienenen Vereinsmitglieder im Restaurant Gotthard in Brugg zur 16. Generalversammlung begrüßen. Es war das erste Mal, dass die Versammlung in dieser Lokalität durchgeführt wurde. Der Präsident wusste wieder einiges aus dem alten Vereinsjahr, aber auch im Hinblick auf das Jahr 2010 zu berichten. Denn das Jahresprogramm 2010 ist wiederum reich bestückt: Neben den bekannten Anlässen wie der Vollmondwanderung, der Papiersammlung oder des Trainingslagers, sticht vor allem die Durchführung der Aargauer und Berner kantonalen Crossmeisterschaften im Februar ins Auge.

Wie jedes Jahr mussten Abgänge, durften aber auch Beitritte vermeldet werden. Der schmerzlichste Verlust ist sicher derjenige des langjährigen Mitglieds Emil Desteffani, welcher Mitte September des vergangenen Jahres von uns gegangen ist. Insgesamt waren acht Austritte zu verzeichnen. Demgegenüber standen sechs Eintritte. Erfreulicherweise handelt es sich bei den Eintritten um neue Vereinsmitglieder mit Jahrgängen zwischen 1992 und 2001. Wir freuen uns über den jungen Nachwuchs und heissen die Mädchen und Buben herzlich willkommen!

Auch die Wahlen des Vorstands wurden mit Spannung erwartet, denn das langjährige Vorstandsmitglied und aktuelle Vizepräsident Edy Zanin gab seinen Rücktritt von diesem Amt bekannt. Mit Nik Brünisholz stellte sich erfreulicherweise ein gewilltes und kompetentes Mitglied zur Verfügung. Nik wurde, wie die übrigen Mitglieder des bisherigen Vorstands und der Präsident, einstimmig (wieder-) gewählt.

Nach getaner Pflicht durfte zur Kür übergegangen werden, indem das feine Fondue genossen und noch einige hitzige Diskussionen geführt wurden. Später dislozierte ein erfreulich grosser Teil der Erwachsenen noch in ein nahe gelegenes Ausgehlokal, um auf das neue Vereinsjahr anzustossen.

Und ausserdem...

►...organisiert die LSG Brugg wie erwähnt am 21. Februar 2010 die kant. Crossmeisterschaften. Dazu sind Helferinnen und Helfer notwendig. Die Informationen dazu sind in diesem Heft zu finden ►...sind für das vom 21.04.-25.04.2010 im Südtirol stattfindende LSG-Trainingslager noch wenige Plätze frei. Melde dich sofort bei Ruedi Glauser an und erlebe einen super Mix aus Spass, polysportiven Aktivitäten, wunderschöner Landschaft und gemütlichem Beisammensein!



So individuell wie Ihr Traum vom Eigenheim: unsere Beratung.

Mit Raiffeisen wird Ihr Traum von den eigenen vier Wänden schneller wahr. Denn unsere Experten beraten Sie persönlich und erstellen für Sie eine individuelle Finanzierungslösung, die Ihren Wünschen und Ihrer Situation entspricht. Sprechen Sie heute noch mit uns.

www.raiffeisen.ch/hypotheiken

Raiffeisenbank Wasserschloss
Unterriedenstrasse 1, 5412 Gebenstorf
Tel. 056 202 33 33 Geschäftsstellen in: Turgi - Windisch - Brugg
www.raiffeisen.ch/wasserschloss

RAIFFEISEN

Termine

Datum	Veranstaltung	Ort
Di., 02. Februar 2010	Besuch Aquarena	Schinzach-Bad
Di., 09. Februar 2010	Besuch Aquarena	Schinzach-Bad
So., 14. Februar 2010	Benkner Cross	Benken SG
So., 21. Februar 2010	AG&BE kant. Crossmeisterschaften	Brugg
Sa., 27. Februar 2010	Bremgarter Reusslauf	Bremgarten AG
Sa., 06. März 2010	SM Cross	St. Maurice VS
Sa., 20. März 2010	Kerzerslauf	Kerzers FR
Sa., 27. März 2010	Badener Limmatlauf	Baden
Sa., 27. März 2010	SM 10km Strasse	Payerne VD
Di., 30. März 2010	Vollmondwanderung	Info folgt
Sa., 03. April 2010	GP Fricktal	Eiken
So., 11. April 2010	Zurich Marathon inkl. SM Marathon	Zürich
So., 11. - Sa., 17.04.2010	ALV Jugendlager	Tenero

Fortsetzung

Mi., 21. - So., 25.04.2010	LSG Trainingslager	Südtirol (ITA)
So., 25. April 2010	Aargauer Volkslauf	Aarau
So., 25. April 2010	Göllsdorfer Volkslauf	Göllsdorf/ Rottweil (D)
Sa., 01. Mai 2010	Rohrdorfer Frühlingslauf / Quer durch Rohrdorf	Oberrohrdorf
Mi., 05. Mai 2010	1. Lauf 1000 m Cup	Baden

UND BEREITS ZUM VORMERKEN:

Fr., 28. Mai 2010	De schnellschi Brugger	Brugg
Sa., 26. Juni 2010	Papiersammlung	Brugg

Bitte die entsprechenden Daten in der Agenda vermerken!



FÜR VIELE EMOTIONSREICHE STUNDEN
IN DER NATUR!

W
WALSERSPORT

NEUMARKT 2
5200 BRUGG
TEL. 056 442 21 21
WWW.WALSER-SPORT.CH

A MEMBER OF
INTERSPORT

AG&BE kant. Crossmeisterschaften 2010 in Brugg

Datum: Sonntag, 21. Februar 2010

Organisator: LSG Brugg

Die LSG Brugg führt am Sonntag, 21. Februar 2010 im Auftrag des ALV, des BLV und von Swiss Athletics die Aargauer und die Berner Crossmeisterschaften 2010 durch. Die Austragung erfolgt wie bereits 2006 auf der Aareinsel im Geissenschachen in Brugg. Damit wir die Meisterschaften wie beim letzten Mal reibungslos und erfolgreich durchführen können brauchen wir

DICH!

ALLE Mitglieder der LSG Brugg sind gefordert, damit den Läuferinnen und Läufern aus den Kantonen Bern und Aargau sowie deren Angehörigen und Betreuern die Crossmeisterschaften in Brugg als gut organisierter sowie ereignisreicher Event in Erinnerung bleiben.

Neben dem Sonntag als eigentlichen Wettkampftag benötigen wir bereits am Samstag fleissige LSGlerinnen und LSGler zur Vorbereitung des Anlasses. Die Aktiven können am Sonntag natürlich auch selber an den Meisterschaften teilnehmen.

Meldet euch deshalb bitte bis spätestens 01. Februar 2010 bei **Irene Schärer** (Telefonnummer, Mail und Adresse siehe unten) und gebt ihr eure möglichen Anwesenheitszeiten durch. Besten Dank!

Irene Schärer
Lerchenweg 3
5234 Villigen
Tel.: 076 595 02 91
ireneschaerer@hotmail.com

LSG-Quiz „START-ZIEL“

(Anleitung siehe Heft Nr. 01 Jahr 2009)

Nr. 5

Summierte Anzahl Wettkampfkilometer bis...

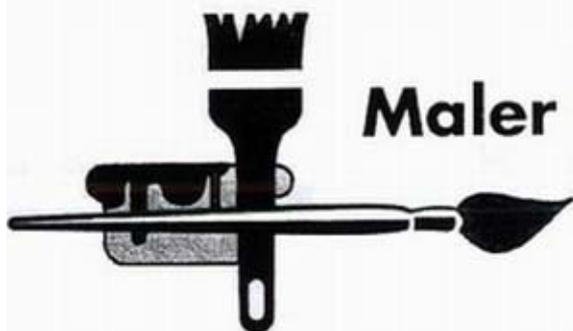
...1970: 1776 km

...1980: 3649 km

...1990: 6259 km

...2000: 8462 km

Buchstaben: **R R**



Maler Haefeli

Marcel Haefeli
Freudensteinstrasse 3
5200 Brugg
Tel. 056 442 10 55
Natel 079 659 64 55
Fax 056 441 26 22

Passé I

Impressionen zur GV der LSG Brugg vom 14.11.2009 im Rest. Gotthard, Brugg



Präsident Ruedi Glauser
führte gewohnt souverän
durch die Versammlung

Die Jungmannschaft
hörte ebenso ge-
spannt zu...



...wie die
Mitglieder
älteren Jahr-
gangs

Jahresmeisterschaft 2009 - die Ergebnisse (nicht abschliessend)

Rangliste Jugend Männer

1. Roman Hunziker	296 pt
2. David Hunziker	176 pt
3. Christoph Bächli	161 pt
4. Joel Schüürmann	107 pt
5. Pascal Weber	66 pt
6. Tim Lang	55 pt

Rangliste Jugend Frauen

1. Bigna Suter	228 pt
2. Rebekka Leistner	86 pt
3. Vanessa Waltert	69 pt
4. Sarah Weinhold	60 pt
5. Jasmin Giacomini	19 pt
6. Corinne Wernli	3 pt

Rangliste Männer

1. Erwin Wernli	263 pt
2. Roger Rüede	234 pt
3. Matthias Rüede	230 pt
4. Urs Buri	222 pt
5. Silvan Marfurt	200 pt
6. Patrick Schmid	194 pt
7. Ruedi Glauser	180 pt
8. Meinrad Vetter	126 pt
9. Nik Brünisholz	113 pt
10. Tobias Häner	109 pt
11. Kevin Mader	104 pt
12. Joël Klaus	96 pt
13. Willi Lüthi	86 pt
14. Jesus Contreras	73 pt
15. Urs Lehmann	51 pt
16. Edy Zanin	43 pt
17. Christian Mathys	18 pt
18. Adrian Glauser	13 pt
18. Markus Hunziker	13 pt
20. Christian Kohli	5 pt

Rangliste Frauen

1. Mirjam Dönni	198 pt
2. Steffi Wernli	147 pt
3. Lea Reusser	128 pt
4. Daniela Zeman	119 pt
4. Regula Echle	119 pt
6. Regine Killer	79 pt
7. Irene Schärer	77 pt
8. Daniela Emmenegger	70 pt
9. Christine Reusser	47 pt
10. Irene Stalder	17 pt
11. Tina Rubi	13 pt

Liste der Trainingsbesuche 2009 (nicht abschliessend)

Dienstag

1. Joël Klaus	34
1. Patrick Schmid	34
1.. Roger Rüede	34
4. Regine Killer	32
5. Roman Hunziker	31
5. Ruedi Glauser	31
5. Matthias Rüede	31
8. Lea Reusser	30
9. David Hunziker	25
10. Sarah Weinhold	23

Mittwoch

1. Ruedi Glauser	44
2. Bigna Suter	30
3. Roman Hunziker	28
4. Patrick Schmid	27
5. Roger Rüede	22
6. David Hunziker	20
7. Lea Reusser	18
8. Daniel Rudolf	17
9. Nik Brünisholz	13
9. Christoph Bächli	13

Samstag

1. Ruedi Glauser	30
2. Erwin Wernli	29
3. Mirjam Dönni	28
4. Patrick Schmid	25
4. David Hunziker	25
4. Matthias Rüede	25
7. Nik Brünisholz	23
8. Lea Reusser	20
9. Roger Rüede	18
10. Bigna Suter	17

JETZT IST DER RICHTIGE
ZEITPUNKT FÜR EIN
ABENTEUER À LA FRANÇAISE!

www.citroen.ch

© MICHELLE CHASSIS LANTIER



Garage Schmid + Co.

Aaraustrasse 60, 5200 Brugg

Tel. 056 441 13 50

www.garage-schmid.ch



CITROËN

CREATIVE TECHNOLOGIE

Passé II

Bericht zum Vereinskegeln vom 29. Dezember 2009 im Rest. Rank in Untersiggenthal

Aufgrund von Ferien in den Bergen und anderen mehr oder weniger nachvollziehbaren Abwesenheiten fanden sich am 29. Dezember 2009 leider nur acht Polysportive Mitglieder im Restaurant Rank in Untersiggenthal ein, um den Sieg im diesjährigen Vereinskegeln untereinander auszumachen. Vor allem die Damen glänzten mit Abwesenheit. Kein einziges weibliches Geschöpf fand den Weg nach Untersiggenthal (obwohl es doch heute Navigationsgeräte gibt...). Eine reine Männerrunde hats beim LSG-Vereinskegeln seit Jahren nicht mehr gegeben.

Nach hart umkämpften zwei Kegelrunden, durfte sich Nik Brünisholz als Sieger feiern lassen. Dies eine Premiere - hat der werdende Vater diesen Pokal doch noch nie in die Höhe stemmen dürfen. Die eigentlichen Favoriten Ruedi Glauser und Edy Zanin klassierten sich hingegen „nur“ auf den Rängen 2 und 4.

Nach schweisstreibender sportlicher Betätigung durfte verdientermassen zum gemüthlichen Teil übergegangen werden. Dieser fiel dieses Mal pro Teilnehmer besonders üppig aus - ist das vorhandene Budget für den Kegel-Anlass doch immer gleich bemessen, ob nun 20 oder acht Mitglieder mit von der Partie sind...

Die Rangliste des Vereinskegelns 2009

1.	Nik Brünisholz	437
2.	Ruedi Glauser	417
3.	Roger Rüede	403
4.	Edy Zanin	391
5.	Matthias Rüede	382
6.	Willi Lüthi	370
7.	Adrian Glauser	328
8.	Joël Klaus	305

MÖBEL ZUM WOHNFÜHLEN



KÜCHEN UND MÖBEL AUS BRUGG

■■■ **SCHREINEREI SPICHER**

AARAUERSTRASSE 96 · 5200 BRUGG · TEL. 056 442 15 52



Das Original.

AUSSTELLUNG AUCH SAMSTAGS 9.00-14.00 UHR WWW.SPICHER.CH

Resultate

Hallwilerseelauf in Beinwil am See vom 10. Oktober 2009

Kurzl. M	6.9 km	102 klass.	7. Rang	Matthias Rüede	00:27:35 ,80
Kurzl. M	6.9 km	102 klass.	11. Rang	Joël Klaus	00:29:11 ,50
Kurzl. M	6.9 km	102 klass.	12. Rang	Patrick Schmid	00:29:14 ,20
Kurzl. M	6.9 km	102 klass.	18. Rang	Roger Rüede	00:30:33 ,30
Kurzl. M	6.9 km	102 klass.	96. Rang	Willi Lüthi	00:48:59 ,90
10-MJA	10 km	31 klass.	5. Rang	Roman Hunziker	00:36:52 ,70
10-MJA	10 km	31 klass.	13. Rang	David Hunziker	00:43:49 ,60
10-Frau.	10 km	336 klass.	151 Rang	Steffi Wernli	00:55:35 ,20
10-Man.	10 km	273 klass.	150 Rang	Ruedi Glauser	00:49:34 ,60
21-Juni.	21.1 km	42 klass.	13. Rang	Christoph Bächli	01:37:22 ,40
21-W20	21.1 km	205 klass.	17. Rang	Daniela Emmenegger	01:39:50 ,20
21-W20	21.1 km	205 klass.	80. Rang	Mirjam Dönni	01:54:26 ,30
21-W20	21.1 km	205 klass.	143 Rang	Lea Reusser	02:06:19 ,40
21-W20	21.1 km	205 klass.	153 Rang	Regula Echle	02:09:04 ,30
21-M30	21.1 km	684 klass.	39. Rang	Meinrad Vetter	01:24:11 ,50
21-M30	21.1 km	684 klass.	95. Rang	Tobias Häner	01:29:08 ,70
21-W40	21.1 km	370 klass.	231 Rang	Christine Reusser	02:03:30 ,00
21-M50	21.1 km	520 klass.	18. Rang	Erwin Wernli	01:27:00 ,90
21-M50	21.1 km	520 klass.	100 Rang	Urs Buri	01:36:07 ,20

Lausanne-Marathon in Lausanne vom 25. Oktober 2009

HMW20	21.1 km	244 klass.	64. Rang	Mirjam Dönni	01:50:41 ,10
HMM20	21.1 km	415 klass.	74. Rang	Matthias Rüede	01:31:58 ,20
HMM20	21.1 km	415 klass.	108 Rang	Roger Rüede	01:35:43 ,20
HMM20	21.1 km	415 klass.	269 Rang	Kevin Mader	01:49:10 ,50
M M50	42.2 km	169 klass.	5. Rang	Erwin Wernli	02:59:49 ,20

Lucerne Marathon in Luzern vom 25. Oktober 2009

M-W20	42.2 km	55 klass.	16. Rang	Daniela Zeman	03:47:41 ,60
-------	---------	-----------	----------	---------------	--------------

Basler Stadtlauf in Basel vom 28. November 2009

Schül. 2	1.6 km	313 klass.	119. Rang	Joel Schüürmann	00:07:04 ,90
Schül. 3	1.6 km	247 klass.	99. Rang	David Hunziker	00:06:30 ,50
Junioren	5.5 km	196 klass.	23. Rang	Roman Hunziker	00:19:27 ,00
Junioren	5.5 km	196 klass.	82. Rang	Christoph Bächli	00:23:15 ,90
Juniorin.	5.5 km	181 klass.	152. Rang	Nora Hunziker	00:34:08 ,30
W 20	5.5 km	485 klass.	27. Rang	Daniela Emmenegger	00:23:08 ,20
W 20	5.5 km	485 klass.	98. Rang	Mirjam Dönni	00:26:24 ,60
W 20	5.5 km	485 klass.	177. Rang	Steffi Wernli	00:28:17 ,50
W 20	5.5 km	485 klass.	235. Rang	Lea Reusser	00:29:28 ,90
W 20	5.5 km	485 klass.	244. Rang	Regula Echle	00:29:48 ,90
M 20	5.5 km	529 klass.	111. Rang	Matthias Rüede	00:21:44 ,50
M 20	5.5 km	529 klass.	117. Rang	Roger Rüede	00:21:51 ,90
M 50	5.5 km	336 klass.	22. Rang	Erwin Wernli	00:21:20 ,60
M 50	5.5 km	336 klass.	48. Rang	Urs Buri	00:22:25 ,00
M 60	5.5 km	201 klass.	72. Rang	Ruedi Glauser	00:26:57 ,00

Chlauslauf in Niederrohrdorf vom 05. Dezember 2009

Piccola	1 km	15 klass.	1. Rang	Léonie Frieden	00:04:00 ,10
Schül. 2	1.8 km	33 klass.	7. Rang	Joel Schüürmann	00:07:50 ,90
Schül. 1	2.8 km	4 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:10:20 ,20
Schül. 1	2.8 km	4 klass.	4. Rang	Tim Lang	00:14:26 ,20
Schül. 1	2.8 km	5 klass.	4. Rang	Jasmin Frieden	00:14:26 ,90
Schül. 1	2.8 km	5 klass.	5. Rang	Nora Hunziker	00:15:46 ,10
M 20	6.68 km	15 klass.	6. Rang	Kevin Mader	00:26:52 ,30
M 20	6.68 km	15 klass.	7. Rang	Roger Rüede	00:27:25 ,70
M 20	6.68 km	15 klass.	10. Rang	Roman Hunziker	00:31:07 ,70
M 30	6.68 km	30 klass.	7. Rang	Nik Brünisholz	00:25:09 ,20
M 60	6.68 km	21 klass.	13. Rang	Ruedi Glauser	00:33:50 ,50

Zürcher Silvesterlauf in Zürich vom 13. Dezember 2009

W 20	8.6 km	715 klass.	281 Rang	Steffi Wernli	00:48:04 ,90
M 50	8.6 km	666 klass.	15. Rang	Erwin Wernli	00:33:46 ,70
M 50	8.6 km	666 klass.	36. Rang	Urs Buri	00:35:24 ,30
M 60	4.4 km	76 klass.	9. Rang	Ruedi Glauser	00:21:18 ,50

Gippinger Stauseelauf in Gippingen vom 31. Dezember 2009

Schül. C	0.7 km	18 klass.	3. Rang	Léonie Frieden	00:02:28 ,30
Schül. B	0.7 km	22 klass.	9. Rang	Joel Schüürmann	00:02:26 ,30
Schül. A	1.8 km	11 klass.	7. Rang	Jasmin Frieden	00:07:23 ,30
WJB	2.8 km	10 klass.	4. Rang	Bigna Suter	00:11:54 ,20
MJB	2.8 km	10 klass.	10. Rang	David Hunziker	00:11:58 ,30
MJA	7.53 km	13 klass.	4. Rang	Roman Hunziker	00:27:49 ,90
MJA	7.53 km	13 klass.	10. Rang	Christoph Bächli	00:31:35 ,20
W 20	7.53 km	28 klass.	23. Rang	Steffi Wernli	00:40:29 ,60
M 20	7.53 km	54 klass.	19. Rang	Matthias Rüede	00:29:51 ,00
M 20	7.53 km	54 klass.	21. Rang	Roger Rüede	00:30:21 ,10
M 30	7.53 km	70 klass.	13. Rang	Nik Brünisholz	00:27:36 ,60
M 50	7.53 km	175 klass.	7. Rang	Erwin Wernli	00:29:07 ,20
M 50	7.53 km	175 klass.	28. Rang	Urs Buri	00:30:51 ,70
M 60	7.53 km	81 klass.	27. Rang	Ruedi Glauser	00:37:30 ,00
Walking	7.53 km			Willi Lüthi	00:53:52 ,70

**ALLEN LÄUFERINNEN UND LÄUFERN HERZLICHE GRATULATION ZU DEN
ERREICHTEN ERGEBNISSEN!**

FÜR DAS NEUE JAHR VIEL ERFOLG UND GUTE GESUNDHEIT!

Impressionen aus den letzten Monaten des alten Jahres.
Unter dem Motto:

„Mit Schwung ins neue Jahrzehnt!“



learning by doing

FAHRSCHULE

Michael Berger

Scheideggweg 23

5303 Würenlingen

076 364 99 60 / 056 281 27 86

e-mail michi.berger@gmx.ch

www.michi-l.ch

Wir stellen vor...

MARKUS HUNZIKER



Was machst du neben dem Laufsport in deiner Freizeit?

Websites erstellen, fotografieren an verschiedenen Sportanlässen

Was gefällt dir besonders gut an der LSG Brugg?

Kollegschaft, gemeinsames Training

An welchen Ort möchtest du gerne einmal in die Ferien reisen?

Kreuzfahrt auf dem Mittelmeer

Was möchtest du in deiner sportlichen Karriere noch erreichen?

Dass ich möglichst lange diese Sportart ausüben kann

Über welches Vereinsmitglied möchtest du an dieser Stelle im nächsten Vereinsorgan mehr erfahren?

Über Christoph Bächli

STECKBRIEF

ADRESSE: Nussbaumweg 9,
Riniken

BERUF: Metallbauschlosser,
Metallbauzeichner
(Projektleiter)

GEB.-DATUM: 23. Mai 1968

LIEBSTES BUCH: Computer-Bücher
(Richtung Web, Programmieren CAD)

LIEBSTE MUSIK: Alle Richtungen

LIEBSTE

INTERNETSEITE: www.kutu-windisch.ch/sportfoto

IN DER LSG SEIT: 2006

Die Sicht der Frau Z

Oder: Frau Z. läuft Marathon



Marathon laufen ist so einfach: Man meldet sich an – fertig. Dann lässt man sich überall Bewunderung zusprechen – «jaja, ich mache mit. Und nein, nicht nur den Halbmarathon. Halbe Sachen gibt es nicht.»

Dann der Tag der Tage. Tagwache ist um 5 Uhr. Es gibt Kohlenhydrate bis zum Abwinken. Gewöhnungsbedürftig. Aber was sein muss, muss sein.

Was ebenso sein muss, ist ein kurzes Warmlaufen vor dem Start. Und das ist ein Genuss: Die Beine sind locker, der Kopf zuversichtlich – das kommt gut. Die Zuversicht ist auch wenige Minuten vor dem Start da. Die Zuversicht bleibt gar bis zum Startschuss. Und die Zuversicht rennt auch auf den ersten Kilometern mit. Bergauf, bergab: So mag es Frau Z.

Ein Viertel ist absolviert. Frau Z. fühlt sich gut. Bis zum 18. Kilometer. Bis zu jenem Zeitpunkt, als das Vorhaben droht zu scheitern. Krämpfe. Links und rechts. Aber es wird schon gut kommen, denkt sich Frau Z.

Irren ist menschlich.

Jeder Schritt tut weh, jeder Schritt macht alles noch viel schlimmer. Und bei jedem Schritt will Frau Z. eigentlich gar nicht mehr – aufgeben scheint die beste Option zu sein. Aber: Das Wort Aufgeben gibt es bei den Sportlern nicht. Oder allenfalls existiert das Wort nur im passiven Wortschatz. Doch dann findet sich dieses Wort auf einmal in der Hauptrolle in Frau Z.'s Gedanken. Und es scheint sich wohl zu fühlen.

...Fortsetzung: „Frau Z. läuft Marathon“

Kilometer 23: Es tut weh.

Kilometer 25: Es tut wirklich weh.

Kilometer 30: Bahnbrechende Erkenntnis: Wenn du denkst, es kann nicht schlimmer werden, wirst du eines Besseren belehrt.

Von Kilometer 32 bis Kilometer 40: Kein Kommentar.

Kilometer 42,195: Vorbei, geschafft, am Ende, fix und fertig und kaum mehr fähig, einen Fuss vor den anderen zu setzen. Eine Helferin: «Alles in Ordnung? Dort vorne ist das Sanitätszelt.» Nein, nein, es geht schon. Eine weitere Helferin: «Ist wirklich alles in Ordnung?» Jaja, alles okay. Eine dritte Helferin: «Warten Sie, ich stütze Sie, und wir gehen ins Sanitätszelt.» Nein, nein, nicht nötig. Einfach weg aus der Masse, weg, um kurz durchzuatmen. 3:47 zeigt die Stoppuhr an. Egal, die Zeit ist nebensächlich. Denn es ist geschafft, das Wort Aufgeben hat seine Hauptrolle schlecht gespielt. Vorbei ist der Marathon aber noch lange nicht. Denn sich hinsetzen und sich danach wieder erheben: geht ohne Hilfe nicht. Die Wettkampfschuhe ausziehen: dauert eine Ewigkeit und schmerzt unglaublich – dem Nagel des grossen Zehs wird keine lange Lebenszeit mehr zugesprochen.

Und dann ist er da, der Hunger. Silberbrötli, Nusschnecke, Schokolade, Orangensaft, Trauben, Guetzli, Salami, Käse – alles schmeckt grossartig und hat nie besser geschmeckt. Nur die Muskeln, die tun nach wie vor weh. Eine normale Fortbewegung ist kaum möglich, und Treppensteigen ist ohne den Griff ans Geländer kaum möglich. «Einfach locker bleiben», meint ein Passant. Wenn das so einfach wäre ...

Der Vorstand

PRÄSIDENT

Ruedi Glauser
Birkenweg 15
5200 Brugg
Tel.: 056 / 441 83 51
Natel: 076 / 330 21 47
e-mail: rudi.glauser@bluewin.ch

KASSIER

Joël Klaus
Habsburgerstrasse 6
5200 Brugg
Tel.: 079 / 759 32 89
e-mail: joel.klaus@ub.com

BEISITZER 1

Christian Kohli
Muserstrasse 1
5200 Brugg
Tel.: 056 / 441 38 25
e-mail: christian.kohli@lsg-brugg.ch

VIZEPRÄSIDENT

Edy Zanin
Museumstrasse 2
5200 Brugg
Tel.: 056 / 441 68 31
Natel: 079 / 518 16 31
e-mail: edy.zanin@lsg-brugg.ch

ANWÄRT

Roger Rueede
Schlierhaldenstrasse 15 B
5200 Brugg
Tel.: 056 / 434 33 05
e-mail: roger.rueede@lsg-brugg.ch

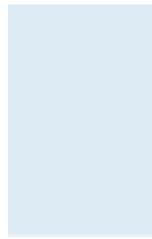
BEISITZER 2

Irene Schärer
Lerchenweg 3
5234 Villigen
Tel.: 079 / 595 02 91
e-mail: ireneschaerer@hotmail.com

Die erste Vorstandssitzung nach der GV inkl. Ämterverteilung erfolgte erst nach Redaktionsschluss dieser Ausgabe. In der nächsten Ausgabe wird die neue Aufteilung dann dargestellt.

Zum Schluss noch etwas zum Schmunzeln:

„Von was habt ihr heute in der Schule gesprochen?“ - „Von der Entfernung des Mondes.“ - „Interessant, und wie entfernt man ihn?“



M & E
Personalberatung

IBB

Der Anschluss ans Leben.



WALSERSPORT



R + B engineering ag

