

offizielles
Vereins-Organ
der Laufsportgruppe Brugg



Simon Wiedmer an der Aargauercrossmeisterschaft

Impressum

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

Redaktorin

Bigna Suter
Badstrasse 32a
5200 Brugg
056 442 16 16

bigna_2@hotmail.com

Postkonto LSG Brugg:
50-12757-0

Internetadresse:
www.lsg-brugg.ch

Wer Beiträge, Adressänderungen, Anmerkungen oder anderes zum Vereinsorgan machen möchte, soll sich bitte bis zur unten angemarkten Frist bei der Redaktorin 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 VEREINS-ORGAN ERSCHEINT ENDE JULI.
EINSENDESCHLUSS IST DER 26. JULI 2013!

Wir gratulieren herzlich zum Geburtstag..

| | | |
|----------|--------------------|----------|
| 4. Mai | Beni Nyffenegger | 41 Jahre |
| 6. Mai | Daniela Zeman | 29 Jahre |
| 12. Mai | Sophie Wieser | 12 Jahre |
| 19. Mai | Daniel Emmenegger | 28 Jahre |
| 23. Mai | Markus Hunziker | 45 Jahre |
| 26. Mai | Lea Reusser | 24 Jahre |
| 26. Mai | Bigna Suter | 19 Jahre |
| 28. Mai | Joel Schüürmann | 15 Jahre |
| 28. Mai | Walter Lang | 63 Jahre |
| 28. Mai | Peter Lang | 63 Jahre |
| 4. Juni | Edy Herzog | 75 Jahre |
| 7. Juni | Jessica Schaffner | 18 Jahre |
| 11. Juni | Willi Lüthi | 76 Jahre |
| 16. Juni | Michael Berger | 43 Jahre |
| 29. Juni | Roger Rüede | 32 Jahre |
| 2. Juli | Andy Urech | 46 Jahre |
| 3. Juli | Jacques Louw | 18 Jahre |
| 6. Juli | Christian Mathys | 67 Jahre |
| 6. Juli | Jasmin Giacomini | 18 Jahre |
| 13. Juli | Tobias Häner | 35 Jahre |
| 18. Juli | Duska Faes | 49 Jahre |
| 18. Juli | Meinrad Vetter | 38 Jahre |
| 18. Juli | Flurin Mühlethaler | 15 Jahre |

Die LSG wünscht dir gute Gesundheit und viel Glück für deine sportliche Zukunft!

Kantonale Crossmeisterschaften AG + BE.

Bei schönem aber kalten Wetter starteten zwei Mädchen und drei Knaben auf der Berner Allmend zur Kantonalen Crossmeisterschaft. Eine Runde war 1.1 km lang und es gab einen schweren Aufstieg und Abstieg zu überwinden. Joelle Aschwanden ging als erste auf den Rundkurs. Sie gewann bei den U12 Mädchen die Goldmedaille, weil aus dem Kanton Aargau sonst niemand am Start war. Schade!! Raphael Käch musste bei den U12 Knaben zwei mal den steilen Auf- und Abstieg bewältigen. Er klassierte sich als dritter Aargauer und gewann die Bronze Medaille. Auch Désirée Deubelbeiss rannte zwei Runden. Sie lief ein gutes Rennen und wurde bei den U14 Mädchen mit der Bronze Medaille belohnt. Bei seinem Ersten Cross hat Simon Wiedmer über drei Runden ein sehr gutes Rennen gemacht. Er gewann die Silber Medaille und klassierte sich bei den U16 Knaben in 14.48 für die drei Runden im 9. Gesamt Rang. Jacques Louw startete bei den U20 Männer über 4 Runden. Seine gute Zeit von 16.35, nur einige Sekunde hinter Roman Hüsler vom BTV Aarau, auf dem sehr guten 3. Rang.

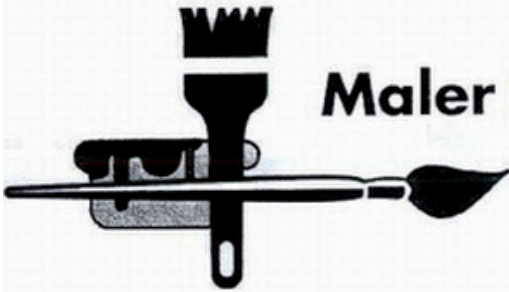
Ausserdem sind Daniela und Daniel Zeman Eltern geworden von Jana. Sie hat am 31. März 2013 das Licht der Welt erblickt.



Mit uns fahren Sie
gut und bequem.

GARAGE SCHMID + CO.
Aarauerstrasse 60
5200 Brugg

Telefon 056 441 13 50
www.schmid-garage.ch



Maler Haefeli

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



Running aus Leidenschaft.



WALSERSPORT

Neumarkt 2
5200 Brugg AG
Tel. 056 442 21 21

Schnellster Brugger

Im Rahmen des Swiss Athletics Sprint führt die LSG-Brugg dieses Jahr auch wieder den Wettkampf „die schnellste Bruggerin / der schnellste Brugger 2013“ durch.

Schülerinnen und Schüler werden sich am Freitag 24. Mai ab 18 Uhr auf dem Sportplatz Stadion Au im Brugger Schachen über 50m/60m resp. 80m messen können und sich mit ein bisschen Glück für den schnellsten Aargauer, resp. für den schnellsten Schweizer qualifizieren. Der schnellste Aargauer wird am 17. August 2013 in Windisch ermittelt.

Starten können alle Mädchen und Knaben bis zu 15 Jahren (Jahrgang 1998), die in Brugg wohnhaft sind und/oder eine Brugger Schule besuchen (auswärtige Schüler sind startberechtigt, wenn in ihrer Wohngemeinde kein solcher Wettkampf durchgeführt wird).

Schweizer Meisterschaften 10'000m am Schachencup

Dieses Jahr wird die Schweizer Meisterschaft über 10'000m am Dienstag, 25. Juni bei uns im Brugger Schachen stattfinden.

Der Schachencup wird bereits zum 25. Mal durchgeführt und wir suchen noch zahlreiche Helfer damit es ein gutes Ereignis wird!

Gemütlicher Treff beim Tschaggi
RESTAURANT SONNENBERG
Zurzacherstrasse 55 5200 Brugg

Gutbürgerliche Küche
Hausspezialitäten
Preisgünstige Tagesmenü
Räumlichkeiten für Vereine,
Familienfeste ,Geschäftssessen
Zwei Kegelbahnen
Karaoke-Bar

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 8:30 -24:00
Jeden *ersten* und *letzten* Samstag im Monat 9-24h
Sonntag - Ruhetag

Tel./Fax: 056 442 45 02

rest.giacomini@bluewin.ch www.rest-sonnenberg-brugg.ch

Papiersammlung der LSG Brugg vom 29. Juni 2013

Die Papiersammlung der LSG Brugg fällt dieses Jahr auf den 29. Juni. Natürlich stellt die Papiersammlung auch dieses Jahr wieder eine willkommene Gelegenheit dar, unsere Vereinskass mit einem schönen Betrag aufzubessern. Um die Aktion so erfolgreich und zügig durchzuführen zu können wie letztes Jahr, ist der Verein erneut auf die kräftige Mithilfe aller Mitglieder angewiesen. Solltest du verhindert sein, schickst du deshalb für mindestens einen halben Tag einen Ersatz!

Treffpunkt ist am Samstag, 29.06.2013 um 08:00 Uhr beim Schulhaus Freudenstein in Brugg. Für das Mittagessen und Getränke kommt der Verein auf. Ein ebenfalls von der LSG Brugg offeriertes Bräteln am Anschluss an die Papiersammlung, zu welchem alle helfenden Mitglieder herzlich eingeladen sind, rundet diesen Tag mit einem gemütlichen Beisammensein ab (Anmeldung erforderlich!).

Besten Dank für Deine prompte Anmeldung (bis spätestens 31. Mai 2013) und Deine Mithilfe an der Papiersammlung. Der untenstehende Talon (oder ein Mail an Nik Brünisholz) wird auf jeden Fall abgeschickt!

Anmeldung senden an: Nik Brünisholz, Kanalstrasse 10
5200 Brugg
oder per Email: nik_bruenisholz@gmx.ch



TALON

Name _____

Vorname _____

Ich komme JA NEIN

wenn nein, Name meiner Ersatzperson:

Ich stelle mich als Fahrer zur Verfügung

JA NEIN

Ich nehme am anschliessenden Bräteln teil

JA NEIN

M & E
Personalberatung

Dauer- und Temporärstellen



Fairplay

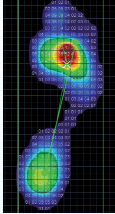
M & E
Personalberatung AG
Neumarkt 2
CH-5201 Brugg

Tel. 056 442 32 20
Fax 056 442 32 44
info@mepersonal.ch
www.mepersonal.ch

Mitglied des



GANG- UND LAUFANALYSEN



Leiden Sie an

- Fussproblemen?
- Achillessehnenproblemen?
- Knieproblemen?
- Hüftproblemen?
- Rückenproblemen?



Interessieren Sie sich für eine

- Gang- und Laufanalyse?
- Laufschuhberatung?



Modernste Analyse-Systeme ermöglichen unseren Biomechanikern/Bewegungsanalytikern Ihr Gangbild bzw. Ihren Laufstil zu analysieren. Dadurch kann zielgerichtet nach den Ursachen Ihrer Beschwerden gesucht werden. Bei Bedarf versorgen wir Sie mit individuell angepassten orthopädischen Einlagen nach Mass. Gerne beraten wir Sie auch bei Ihrer Wahl der für Sie optimalen Sportschuhe.

- Dynamische Druckmessung des Fusses
- Videoanalyse mit Highspeed-Kamera
- Einlagenversorgung nach Mass
- Laufschuhtuning und -beratung
- Analyse und Beratung ab Fr. 45.— bis 180.—
- **LSG-Brugg Mitglieder erhalten 10% Rabatt auf Sportschuhe**

Bei Fragen sowie Terminvereinbarungen kontaktieren Sie uns unter:

Tel: 056 222 35 25

ganglabor@orthopodo.ch

www.orthopodo.ch



MEMBER
PLUS



Erleben Sie als Raiffeisen-Mitglied die Schweizer Pärke zum halben Preis.

Als Raiffeisen-Mitglied besuchen Sie drei Schweizer Pärke Ihrer Wahl und erhalten 3×50 % Ermässigung auf das Bahnbillet und auf eine Hotelübernachtung. Der Schweizer Nationalpark im Engadin und weitere 16 Pärke erwarten Sie.

www.raiffeisen.ch/paerke

Raiffeisenbank Wasserschloss
Bahnhofplatz 1, 5200 Brugg
www.raiffeisen.ch/wasserschloss

RAIFFEISEN

Resultate

Samstag, 26. Januar, Aargauer Crossmeisterschaften Bern

| | | | | | |
|-----------|--------|--------|----------|---------------------|-------|
| Kat. U12W | 1,1 km | 8 kl. | 8. Rang | Joelle Aschwanden | 5.59 |
| Kat. U12M | 2,2 km | 9 kl. | 8. Rang | Raphael Käch | 11.17 |
| Kat. U14W | 2,2 km | 17 kl. | 10. Rang | Désirée Deubelbeiss | 10.33 |
| Kat. U16M | 3,3 km | 18 kl. | 9. Rang | Simon Wiedmer | 14.48 |
| Kat. U20M | 4,4 km | 26 kl. | 12. Rang | Jacques Louw | 16.35 |

Samstag, 23. Februar, Bremgarten Reusslauf

| | | | | | |
|-------------|--------|---------|-----------|------------------|-------|
| Kat. U12W | 1.6 km | 49 kl. | 8. Rang | Lena Hirt | 7.05 |
| Kat. Jogger | 6.6 km | 111 kl. | 104. Rang | Ruedi Glauser | 46.11 |
| Kat. M20 | 11 km | 391 kl. | 69. Rang | Jan Tschudy | 44.10 |
| | | | 88. Rang | Christoph Bächli | 46.48 |
| Kat. M30 | | 348 kl. | 35. Rang | Nik Brünisholz | 40.24 |
| Kat. M50 | | 391 kl. | 89. Rang | Erwin Wernli | 47.47 |
| | | | 91. Rang | Urs Buri | 47.49 |

Sonntag, 24. Februar, 31. Crosslauf Gettnau

| | | | | | |
|-----------|------|--------|----------|-----------------|-------|
| Kat. U16M | 3 km | 22 kl. | 14. Rang | Joel Schüürmann | 12.44 |
|-----------|------|--------|----------|-----------------|-------|

Sonntag, 3. März, Cross Schweizermeisterschaft Düdingen

| | | | | | |
|----------|-------|--------|----------|----------------|-------|
| Kat. M20 | 10 km | 28 kl. | 18. Rang | Silvan Marfurt | 33.55 |
|----------|-------|--------|----------|----------------|-------|

Sonntag, 10. März, Engadin Skimarathon

| | | | | | |
|----------|-----------|---------|-----------|------------------|---------|
| Kat. M60 | 42.195 km | 878 kl. | 834. Rang | Christian Mathys | 4.50.24 |
|----------|-----------|---------|-----------|------------------|---------|

Samstag, 16. März, Kerzers

| | | | | | |
|----------|-------|---------|----------|----------------|---------|
| Kat. M35 | 15 km | 358 kl. | 19. Rang | Nik Brünisholz | 56.07 |
| Kat. M55 | 15 km | 295 kl. | 35. Rang | Urs Buri | 1.07.01 |

Samstag, 16. März, Limmatlauf Baden

| | | | | | |
|-----------|-----------|---------|----------|-------------------|-------|
| Kat. U12W | 2.160 km | 23 kl. | 3. Rang | Joelle Aschwanden | 9.48 |
| Kat. U12M | | 16 kl. | 9. Rang | Raphael Käch | 9.34 |
| Kat. U14W | | 17 kl. | 8. Rang | Laura Maluck | 9.20 |
| | | | 10. Rang | Sophie Wieser | 9.48 |
| Kat. U16M | | 10 kl. | 4. Rang | Simon Wiedmer | 8.10 |
| Kat. U16W | | 12 kl. | 6. Rang | Andrea Maluck | 9.41 |
| Kat. M20 | 13.170 km | 57 kl. | 10. Rang | Roman Hunziker | 50.27 |
| | | | 21. Rang | Christoph Bächli | 55.52 |
| Kat. M40 | | 175 kl. | 51. Rang | Patrick Flückiger | 54.51 |

Samstag, 23. März, Strassen Schweizermeisterschaft Uster

| | | | | | |
|----------|-------|---------|----------|----------------|-------|
| Kat. M20 | 10 km | 101 kl. | 22. Rang | Silvan Marfurt | 32.05 |
| Kat. M55 | | 29 kl. | 14. Rang | Erwin Wernli | 42.05 |

Samstag, 30. März, Osterlauf GP Fricktal Eiken

| | | | | | |
|---------------------|-----------|---------|----------|---------------------|---------|
| Kat. Schüler C | 500 m | 67 kl. | 20. Rang | Remo Killer | 1.55 |
| Kat. Schüler B | 1650 m | 61 kl. | 35. Rang | Raphael Käch | 7.56 |
| Kat. Schülerinnen B | | 28 kl. | 8. Rang | Joelle Aschwanden | 7.38 |
| | | | 10. Rang | Lena Hirt | 8.25 |
| Kat. Schülerinnen A | | 40 kl. | 10. Rang | Désirée Deubelbeiss | 7.28 |
| | | | 20. Rang | Sophie Wieser | 7.57 |
| Kat. m Jugend B | | 24 kl. | 7. Rang | Joel Schüürmann | 6.09 |
| | | | 9. Rang | Flurin Mühlethaler | 6.22 |
| Kat. M30 | 16.100 km | 53 kl. | 8. Rang | Nik Brünisholz | 1.01.33 |
| | | | 15. Rang | Meinrad Vetter | 1.05.26 |
| Kat. M40 | | 113 kl. | 51. Rang | Patrick Flückiger | 1.11.44 |
| Kat. M50 | | 100 kl. | 22. Rang | Urs Buri | 1.11.19 |
| | | | 25. Rang | Erwin Wernli | 1.11.35 |

Sonntag, 7. April, Marathon Zürich

| | | | | | |
|----------|-----------|---------|----------|-------------------|---------|
| Kat. M45 | 42.195 km | 354 kl. | 77. Rang | Patrick Flückiger | 3.16.02 |
|----------|-----------|---------|----------|-------------------|---------|

Freitag, 26. April, Tüfelschlucht Berglauf Härkingen

| | | | | | |
|----------|----------|--------|---------|----------------|-------|
| Kat. M20 | 8.300 km | 82 kl. | 3. Rang | Silvan Marfurt | 34.40 |
|----------|----------|--------|---------|----------------|-------|

Sonntag, 28. April, Volkslauf Aarau

| | | | | | |
|-------------------|-----------|---------|----------|-------------------|---------|
| Kat. Schüler | 2 km | 17 kl. | 11. Rang | Raphael Käch | 8.38 |
| Kat. Schülerinnen | 2 km | 21 kl. | 15. Rang | Lena Hirt | 9.03 |
| Kat. M20 | 16.100 km | 31 kl. | 2. Rang | Silvan Marfurt | 52.47 |
| Kat. M50 | | 115 kl. | 46. Rang | Patrick Flückiger | 1.10.51 |

Samstag, 4. Mai, Frühlingslauf Oberrohrdorf

| | | | | | |
|-----------------|--------|--------|----------|--------------------|---------|
| Kat. Pic. Mäd. | 400 m | 44 kl. | 7. Rang | Renée Bäriswyl | 1.29.54 |
| Kat. Pic. Knab. | 400 m | 36 kl. | 6. Rang | Remo Killer | 1.24.15 |
| Kat. Mäd. 2 | 1.4 km | 28 kl. | 4. Rang | Sophie Wieser | 5.51.52 |
| | | | 5. Rang | Joelle Aschwanden | 6.07.42 |
| | | | 12. Rang | Lena Hirt | 6.28.70 |
| Kat. Knaben 2 | 1.4 km | 29 kl. | 10. Rang | Raphael Käch | 5.51.00 |
| | | | 12. Rang | Robin Bachmann | 5.52.60 |
| Kat. Mädchen 1 | 1.4 km | 7 kl. | 2. Rang | Caroline Käch | 6.24.26 |
| Kat. Knaben 1 | 1.4 km | 16 kl. | 2. Rang | Simon Wiedmer | 4.55.60 |
| | | | 5. Rang | Joel Schüürmann | 5.06.92 |
| | | | 6. Rang | Flurin Mühlethaler | 5.11.08 |

Allen Läufern ein herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Erfolg und weiterhin Viel Spass!

Termine

| | | | |
|-----------|--------------|--|--------------|
| Sa. | 4. Mai | Quer + Frühlingslauf | Oberrohrdorf |
| So. | 5. Mai | Staffelmeisterschaft | Aarau |
| So. | 5. Mai | Römertag | Brugg |
| Do. - So. | 6. - 12. Mai | LA Lager | Latsch IT |
| Mi. | 15. Mai | 1000m Cup | Baden |
| Sa. | 18. Mai | Pfingstlauf | Wohlen |
| Sa. | 18. Mai | GP Bern 10 Meilen | Bern |
| Mo. | 20. Mai | Pfingstlauf | Niederbipp |
| Fr. | 24. Mai | Schnellschti Brugger | Brugg |
| Sa. | 25. Mai | Gold Lauf | Lenzburg |
| So. | 26. Mai | AG Schülermeisterschaft | Wohlen |
| Mi. | 5. Juni | 1000m Cup | Baden |
| So. | 9. Juni | Frauenlauf | Bern |
| Sa. | 15. Juni | AG Meisterschaft | Wohlen |
| So. | 16. Juni | AG Meisterschaft | Wohlen |
| Di. | 25. Juni | Schachencup 1500m C-Meeting 400m, 800m, 1500m, SM 10`000m | Brugg |
| Di. | 2. Juli | Schachencup 3000m C-Meeting 200m, 600m, 3000m | Brugg |
| Di. | 9. Juli | Schachencup 12 Min. – Lauf | Brugg |
| Di. | 16. Juli | Schachencup 5000m | Brugg |
| Di. | 23. Juli | Schachencup 5000m | Brugg |
| Di. | 30. Juli | Schachencup 10`000m | Brugg |

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

VIZEPRÄSIDENT

Patrick Schmid

Rebmoosweg 49 C

5200 Brugg

Tel.: 079 / 784 12 44

e-mail: padi-rebmoos@hispeed.ch

KASSIER

Joël Klaus

Seidenstrasse 6

5200 Brugg

Tel.: 079 / 753 32 73

e-mail: joel.klaus@ubs.com

AKTUAR

Irene Schärer

Schwandenacker 35

8052 Zürich

Tel.: 079 / 595 02 91

e-Mail: ireneschaerer@hotmail.com

BEISITZER 1

Nik Brünisholz

Kanalstrasse 10

5200 Brugg

Tel.: 076 / 561 67 23

e-mail: nik_bruenisholz@gmx.ch

BEISITZER 2

Adrian Glauser

Zelgstrasse 13

5222 Umiken

056 441 63 73 / 079 628 29 79

adrian.glauser@power.alstom.com

zum Schluss noch etwas zum schmuzzeln



R+B engineering ag

IBB

Der Anschluss ans Leben.

W

WALSERSPORT
BRUGG AG

M & E

Personalberatung