

# LS BRUGG

9. Jahrgang Nummer 4 2010

Offizielles

## VEREINS-ORGAN

der Laufsportgruppe Brugg

Mit Einladung zur GV!



Mit Einladung zur GV!

Diese drei Mitglieder der Laufsportgruppe Brugg sorgten in den letzten drei Monaten für grosse Erfolge

# 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

Hauptstrasse 28

5200 Brugg

Tel.: 079 523 63 40

e-mail: [matthias.rueede@lsg-brugg.ch](mailto:matthias.rueede@lsg-brugg.ch)

PC-Konto Verein: 50-12757-0

Internetadresse: [www.lsg-brugg.ch](http://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 Januar 2011.  
Einsendeschluss ist der 22. Dezember 2010.**

Wir gratulieren ganz herzlich zum Geburtstag...

04.11.2010	Max Käser	78 Jahre
07.11.2010	Roman Hunziker	17 Jahre
21.11.2010	Ruedi Glauser	65 Jahre
09.12.2010	Natalie Wernli	21 Jahre
23.12.2010	David Hunziker	16 Jahre
24.12.2010	Kurt Bachmann	86 Jahre
29.12.2010	Christian Kohli	45 Jahre
08.01.2011	Edy Zanin	55 Jahre
09.01.2011	Irene Schärer	24 Jahre
12.01.2011	Silvan Marfurt	23 Jahre
24.01.2011	Léonie Frieden	10 Jahre
25.01.2011	Mirjam Dönni	22 Jahre

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

# News

## **22. Brugger Schachencup mit leicht enttäuschender Teilnehmerzahl**

Der diesjährig zum 22. Mal von der Laufsportgruppe Brugg im Stadion Au in Brugg durchgeführte Schachencup war wiederum für Läuferinnen und Läufer aller Leistungsklassen eine gute Gelegenheit, die Sommerpause zu überbrücken. Bei guter Atmosphäre wurden faire und spannende Läufe auf der Bahn ausgetragen. Leider fanden an den sechs Dienstag-Abenden nicht so viele Läuferinnen und Läufer den Weg ins Stadion wie auch schon. Insgesamt nahmen 110 Personen am diesjährigen Schachencup teil, was einem Durchschnitt von nur knapp 19 Sportlern pro Abend entspricht. Das bereits zum vierten Mal im Rahmen des Schachencups durchgeführte C-Meeting war gut besucht. Einerseits von Athletinnen und Athleten aus der ganzen Schweiz, andererseits erfreulicherweise aber auch von guten Nachwuchssportlerinnen und -sportlern aus den bekannten Leichtathletik-Vereinen des Kantons Aargau.

## **Gute Resultate der LSG-Nachwuchsathleten/Innen während der Bahnsaison**

Im Verlaufe des diesjährigen Badener 1000 Meter Cups konnten die drei jüngsten der LSG Brugg ihre Bestleistungen um jeweils einige Sekunden verbessern: Joel Schürmann von 03:43.22 auf 03:33.54, Léonie Frieden (mit Jahrgang 2001 die Jüngste) von 03:54.67 auf 03:38.99 und ihre Schwester, Jasmin Frieden, erreichte eine Bestzeit von 03:34.56. In der Schlusswertung erreichten neben Léonie Frieden auch Roman Hunziker, der alle vier Rennen gewann, und David Hunziker einen Podestplatz. Auf den kürzeren Bahndistanzen machten vor allem Bigna Suter und Tim Lang von sich reden. Bigna lief mit 43.40 über 300 Meter und 60.07 über 400 Meter Spitzenzeiten. Mit 10.03 über 80 Meter und 26.11 über 200 Meter bestätigte der 15-jährige Tim Lang sein Sprinttalent.

## **Und ausserdem...**

► ...findet das Dienstags-Training ab dem 02. November 2010 wieder in der Turnhalle statt (Bodenacker, Brugg). Alle sind herzlich eingeladen, an diesen polysportiven Trainings teilzunehmen ► ...wird am Dienstag, 28. Dezember 2010 im Restaurant Rank in Untersiggenthal der LSG-Kegelmeister bestimmt. Ab 18:00 Uhr sind die Türen zum Kegelkeller geöffnet. Anschliessend findet natürlich wieder der traditionelle Poulet-Flügeli-Frass statt. Zahlreiches Erscheinen ist erwünscht

## just married!

Cindy und Nik Brünisholz haben sich am Freitag, 27. August 2010 im Rathaus in Brugg das JA-Wort gegeben. Zum reichhaltigen Apéro gings dann in die Eishalle. Nachdem sich Nik mit verbundenen Augen und durch Cindy geführt durch einen LSG-Parcours kämpfen musste, fanden sich alle heil und munter zum Gruppenfoto zusammen.

Die ganze LSG Brugg wünscht dem frisch vermählten Paar alles Liebe und Gute und nur das Beste für die gemeinsame Zukunft!



# Termine

<b>Datum</b>	<b>Veranstaltung</b>	<b>Ort</b>
<b>Sa., 20. November 2010</b>	<b>GV LSG</b>	<b>siehe sep. Einladung</b>
Sa., 27. November 2010	Basler Stadtlauf	Basel
Sa., 04. Dezember 2010	Chlauslauf	Niederrohrdorf
So., 12. Dezember 2010	Zürcher Silvesterlauf	Zürich
<b>Di., 28. Dezember 2010</b>	<b>Vereinskegeln</b>	<b>Rest. Rank, Untersiggenthal</b>
Fr., 31. Dezember 2010	Gippinger Stauseelauf	Gippingen
So., 09. Januar 2011	LVA Cross	Affoltern a. Albis
Sa., 22. Januar 2011	Nat. Bärner Cross	Bern

**Bitte die entsprechenden Daten in der Agenda vermerken!**



FÜR VIELE EMOTIONSREICHE STUNDEN  
IN DER NATUR!

**w**  
**WALSER SPORT**

NEUMARKT 2  
5200 BRÜGG  
TEL. 056 442 21 21  
[WWW.WALSER-SPORT.CH](http://WWW.WALSER-SPORT.CH)

A MEMBER OF  
**INTERSPORT**

# E I N L A D U N G

zur

## 17. J a h r e s v e r s a m m l u n g der L a u f s p o r t g r u p p e B r u g g

auf

**Samstag, 20. Nov. 2010, 18.00 Uhr**  
**Restaurant zum alten Steinbruch, Brugg-Lauffohr**

- Traktanden:
1. Begrüssung
  2. Protokoll der Jahresversammlung 2009
  3. Mutationen
  4. Jahresberichte a) des Präsidenten  
b) des Kassiers
  5. Jahresmeisterschaft 2010
  6. Anträge
  7. Wahlen
  8. Ehrungen
  9. Tätigkeit 2011
  10. Jahresbeitrag / Budget 2011
  11. Verschiedenes

Anträge sind bis zum 07. November 2010 schriftlich an Ruedi Glauser einzugeben. Der **Jahresbeitrag** (Jugend CHF 20.00 / Erwachsene CHF 40.00) wird an der GV eingezogen.

Nach der GV wird ein Nachtessen offeriert.

Vorstand der LSG Brugg

## **INFO**

### **zur Jahresversammlung:**

#### **Meldung fehlender Resultate für die Jahresmeisterschaft**

Wie in den letzten Jahren wird auch die diesjährige Jahresmeisterschaft durch die, in den Vereinsorganen des Jahres 2010 aufgeführten, Resultate erstellt.

Aus diesem Grund sind

***Resultate, die nicht in den Vereinsorganen des Jahres 2010 erschienen sind, aber in der Jahresmeisterschaft berücksichtigt werden sollen, bis spätestens 01. November 2010 per Mail an Edy Zanin zu melden\*.***

(\*edy.zanin@lsg-brugg.ch; unter Angabe von Kategorie, Distanz, Anzahl Klassierte, Rang, Laufzeit)

*Die Resultate des Hallwilerseelaufs, des Lausanne-Marathon sowie des Lucerne Marathon werden noch direkt vom Redaktor an Edy Zanin weitergeleitet!*

# AUFLÖSUNG LSG-Quiz „START-ZIEL“

Die drei gesuchten Ziele lauten:

- 1) *Rudolf Glauser (Lösung aus Buchstaben)*
- 2) *1000 Wettkämpfe*
- 3) *65 Jahre*



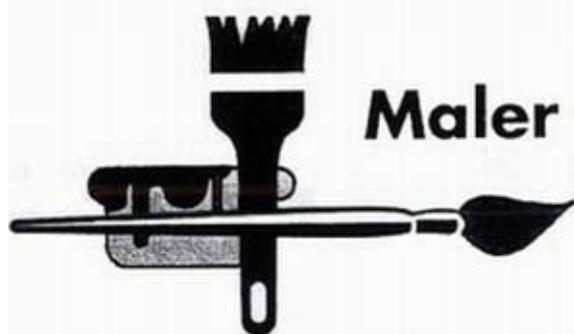
Unser Präsident Ruedi Glauser hat am dies-jährigen Sikinga-Lauf in Untersiggenthal seinen sage und schreibe 1'000. Wettkampf (!) seiner Läuferkarriere absolviert - herzliche Gratulation! Mit einer goldenen Startnummer und auf den letzten Metern mit einem Blumenstrauss bestückt, absolvierte er auch seinen 1'000. Lauf absolut souverän.

Ruedi wird am 21. November 2010 (am Sonntag nach der GV...) zudem 65. Jahre jung. Aber auch im Rentner-Alter wird es weiter gehen mit dem Sport und Wettkämpfen!

Diese Jubiläen haben wir vor gut zwei Jahren zum Anlass genommen, um im Vereinsorgan ein LSG-Quiz zu publizieren. Viele Mitglieder haben „mit-gehirnt“ und versucht, die drei Ziele herauszufinden. Alle drei Lösungen vollständig korrekt und umfassend hat jedoch niemand erraten. Von den erhaltenen Einsendungen kamen die Lösungen von

**Regine Killer, Roger Rüede und Irene Stalder**

der Gesamtlösung am nächsten. Diese Drei sind preisberechtigt und werden in den nächsten Wochen über den gewonnen Preis informiert.



# Maler Haefeli

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

# Erfolgreicher LSGler I

## Roman Hunziker gewinnt Bronze an den Schweizer Meisterschaften

Auf dem Höhepunkt die Saison Beenden? **Ja!** Nach der SM in Langenthal, mit persönlicher Bestzeit im 1500 m Lauf in 4:08.08, hat Roman eine sehr gute Bahnsaison beendet. Am 1. Mai in Willisau hat Roman schon angedeutet, dass das Wintertraining gut war: 600 m in 1:27.18. Vier Tage später beim 1000 m Cup in Baden hat er gezeigt, dass er von der Spitze aus ein Rennen gewinnen kann (2:42.51). Am Auffahrts-Meeting in Langenthal hat er bewiesen, dass er auch eine schnelle letzte Runde Laufen kann (60 Sek.). Er siegte in der dritten Serie in 2:38.21. Nach den Meetings in Zofingen (1500 m in 4:16.90) und Baden (1000 m in 2:41.79) wurde er Kantonalmeister über 800 m in 2:08.11 und zwei Wochen später gewann er in Muttenz an den Regionenmeisterschaften in 4:17.00 über 1500 m. Beim Brugger Meeting lief er 400 m in 53,72 und beim Int. Meeting in Lausanne lief er beim U18-1500 m-Rennen auf den sehr guten 4. Rang mit persönlicher Bestzeit (4:10.16). Für die SM bereitete sich Roman in Zofingen über 800 m, in Aarau über 3000 m und in Baden beim 1000 m Cup vor. Bei den harten Bahntrainings war meistens Bigna Suter als Tempoläuferin dabei. Ein Dankeschön an alle, die mitgeholfen haben, dass Roman an der SM die Bronze Medaille gewinnen konnte.

Ruedi Glauser



Roman auf den letzten, hart umkämpften Metern seines Bronze-Laufs an der SM (rechts) und mit dem stolzen Trainer Ruedi Glauser anlässlich der Gratulation zum Erfolg im Rahmen eines Trainings.





## 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](http://www.raiffeisen.ch/hypotheiken)

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

**RAIFFEISEN**

# Erfolgreicher LSGler II

## Silvan Marfurt ist Schweizer Meister im Halbmarathon

Zum zweiten Mal gewann Silvan an den Halbmarathon Schweizermeisterschaften die Goldmedaille. Vor drei Jahren in Altenrhein gewann er als Junior in 1:15:44 und nun als 22-jähriger die Kat. U23 in einer sehr guten Zeit von 1:12:47 - pro Jahr auf hohem Niveau eine Minute schneller! Wo führt das hin? Silvan trainiert am Dienstag und Donnerstag jeweils in Aarau. Dort hat er mit vielen Läufern auf sehr hohem Niveau, die Möglichkeit, sehr gute Trainings zu absolvieren. Die weiteren Trainings macht er alleine oder am Samstag mit den LSG-lern in Brugg. Silvan fährt seit Jahren mit dem Velo zur Arbeit oder zur Schule - gutes Ausdauertraining! Er ist damit ein Vorbild für alle jungen Athletinnen und Athleten. Silvan hat in der abgelaufenen Bahn-Saison die Bestzeiten über 1000 m auf 2:36.82, über 1500 m auf 4:01.89 und über 3000 m auf 8:55.95 verbessert. Herzliche Gratulation zu all diesen hervorragenden Ergebnissen und natürlich vor allem zum Schweizer Meister Titel!

Ruedi Glauser



Da die offiziellen Fotos des Veranstalters des Greifenseelaufs von schlechter Qualität sind, hier ein ebenfalls erfolgreiches Bild von Silvan anlässlich der Siegerehrung des Sikinga-Laufs 2010

*learning by doing*

# FAHRSCHULE

Michael Berger

Scheideggweg 23

5303 Würenlingen

076 364 99 60 / 056 281 27 86

e-mail [michi.berger@gmx.ch](mailto:michi.berger@gmx.ch)

[www.michi-l.ch](http://www.michi-l.ch)

# Passé

## Bericht und Impressionen zur LSG Vereinsreise vom 28.&29. August 2010

Am frühen Samstagmorgen fand sich eine gutgelaunte 8-Köpfige LSG-Truppe im Zug ein. In Brüllisau angekommen war die Frage, zu Fuss oder mit der Seilbahn auf



den Hohen Kasten? Wir entschieden uns für unsere Füsse und marschierten trotz drohendem Regen los. Das erwies sich leider nach einer knappen Stunde als Fehler und wir mussten aufgrund starker Regenfälle den direkten Weg ohne Hohen Kasten zu unserer Unterkunft wählen. Schon bald konnten wir im Blattenbödeli unsere durchnässten Kleider und Schuhe in einem Trocknungsraum aufhängen. Traditionsgemäss nahmen wir am frühen Nachmittag unsere Packung Speck zu

uns, leider nicht wie geplant draussen in der Natur, sondern in einem unserer bescheidenen Zimmer.

Den restlichen Nachmittag verbrachten wir mit Jassen, welches einigen Vereinsmitgliedern erst noch beigebracht werden musste. Wir jassten und jassten bis alle müde waren und sich kurz vor dem Nachtsessen noch einmal kurz ausgeruht hatten. Einigen

fühlten sich nach kurzem Schlaf müder als zuvor, andere dachten es wäre schon Sonntagmorgen. Nach dem typisch appenzellerischen Abendessen waren wir schon wieder beim Jassen und schlussendlich auch beim Gemschen. Ruedis gelegentliches



flirtet mit der Kellnerin und die verschiedenen Spiele unterhielten uns den ganzen Abend prächtig.

Am Sonntagmorgen um 07.30, nach nicht allzu viel Schlaf, waren wir schon wieder beim Frühstück. Aufgrund der Wetterprognose von Ruedi wanderten wir um Punkt 9 bei „wunderschönem“ Wetter Richtung Hoher Kasten, welchen wir noch nachholen mussten, los (wobei einige ein gewisses Bedürfnis hatten, 10 Minuten früher zu gehen). Wir wanderten und wanderten, doch wer hätte es gedacht: Es begann wieder zu regnen. Auf dem Gipfel angekommen, konnten wir bei einem Berglauf zuschauen. Doch schon bald waren wir in der Seilbahn und auf dem Weg zum Barfusswanderweg. In Appenzell angekommen, herrschte eine gewisse Orientierungslosigkeit und durch Nachfragen bei verschiedenen Personen und Kartenlesen kamen wir doch noch zum Barfusswanderweg. Als Stärkung konnten wir noch unsere zweite Packung Speck verspeisen und los ging's. Durch riesige Matschpfützen konnten wir uns durchkämpfen und je grösser die Pfütze war, desto mehr Spass hatten wir. An einem kleinen Bahnhof konnten wir dann unsere völlig dreckigen Beine abspülen, bevor wir unsere letzte Etappe bis zur Rodelbahn in Jakobsbad starteten. Wir rodelten einige Male den Berg hinunter und da waren wir schon am Ende unserer Reise und



stiegen in den Zug ein und werden uns noch lange an ein regnerisches, witziges schlammiges, nasses und schönes Wochenende erinnern.



stiegen in den Zug ein und werden uns noch lange an ein regnerisches, witziges schlammiges, nasses und schönes Wochenende erinnern.



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](http://WWW.SPICHER.CH)

# Resultate

## Gigathlon in Thun vom 10./11. Juli 2010

---

Laufen	31 km	930 klass.	306 Rang	Daniela Zeman	03:06:19 ,00
Laufen	31 km	930 klass.	144 Rang	Erwin Wernli	02:53:37 ,00
Laufen	19 km	924 klass.	398 Rang	Daniela Zeman	01:44:36 ,00
Velo	128 km	902 klass.	500 Rang	Erwin Wernli	05:10:54 ,00

## Schachencup 1. Lauf 5000 m in Brugg vom 20. Juli 2010

---

Frauen	5 km	2 klass.	2. Rang	Regine Killer	00:22:53 ,30
Männer	5 km	20 klass.	3. Rang	Roger Rüede	00:18:55 ,30
Männer	5 km	20 klass.	13. Rang	Christoph Bächli	00:21:47 ,10

## Schachencup 2. Lauf 5000 m in Brugg vom 27. Juli 2010

---

Männer	5 km	21 klass.	3. Rang	Roman Hunziker	00:18:03 ,76
Männer	5 km	21 klass.	4. Rang	Meinrad Vetter	00:18:04 ,32
Männer	5 km	21 klass.	5. Rang	Roger Rüede	00:18:14 ,55
Männer	5 km	21 klass.	9. Rang	Erwin Wernli	00:19:34 ,24
Männer	5 km	21 klass.	14. Rang	Christoph Bächli	00:20:50 ,32

## Schachencup 10'000 m in Brugg vom 03. August 2010

---

Männer	10 km	14 klass.	1. Rang	Meinrad Vetter	00:38:04 ,82
Männer	10 km	14 klass.	4. Rang	Roger Rüede	00:39:54 ,51
Männer	10 km	14 klass.	6. Rang	Erwin Wernli	00:40:51 ,60
Männer	10 km	14 klass.	8. Rang	Christoph Bächli	00:43:39 ,28

## **Jugend-Meeting in Zofingen vom 07. August 2010**

---

MU14	0.6 km	10 klass.	5. Rang	Joel Schüürmann	00:02:02 ,87
MU16	0.08 km	20 klass.	9. Rang	Tim Lang	00:00:10 ,24
WU18	0.2 km	5 klass.	5. Rang	Bigna Suter	00:00:28 ,61
MU18	0.8 km	3 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:02:07 ,54

## **Abendmeeting in Aarau vom 12. August 2010**

---

MU18	3 km	2 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:09:36 ,96
------	------	----------	---------	----------------	--------------

## **Kantonalfinal Migros-Sprint in Windisch vom 14. August 2010**

---

Kat. 01	0.06 km	74 klass.	11. Rang	Léonie Frieden	00:00:09 ,92
Kat. 96	0.08 km	23 klass.	15. Rang	Jasmin Frieden	00:00:12 ,28
Kat. 95	0.08 km	13 klass.	4. Rang	Tim Lang	00:00:10 ,22

## **Suhrer OL in Aarau vom 15. August 2010**

---

M20	5.1 km	51 klass.	5. Rang	Silvan Marfurt	00:34:19 ,00
-----	--------	-----------	---------	----------------	--------------

## **Staufberglauf in Staufen vom 15. August 2010**

---

MU18	2 km	2 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:06:23 ,00
MU18	2 km	2 klass.	2. Rang	David Hunziker	00:08:25 ,00
M20	8 km	22 klass.	5. Rang	Roman Hunziker	00:28:49 ,00
M50	8 km	46 klass.	22. Rang	Urs Buri	00:33:15 ,00
M60	8 km	30 klass.	22. Rang	Ruedi Glauser	00:41:43 ,00
Walking	6 km			Willi Lüthi	00:47:06 ,00

## **6-Kantone Wettkampf in Affoltern a. A. vom 15. August 2010**

---

MU16	0.08 km	17 klass.	11. Rang	Tim Lang	00:00:10 ,20
Staffel	0.4 km	6 klass.	2. Rang	Tim Lang	00:00:49 ,43

## **1000 m Cup in Baden vom 18. August 2010**

---

MU14	1 km	30 klass.	12. Rang	Joel Schüürmann	00:03:36 ,89
WU16	1 km	13 klass.	11. Rang	Jasmin Frieden	00:03:38 ,83
MU18 o	1 km	2 klass.	2. Rang	David Hunziker	00:03:30 ,83
MU18 l	1 km	3 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:02:50 ,26
M offen	1 km	3 klass.	1. Rang	Nik Brünisholz	00:02:44 ,75
M offen	1 km	3 klass.	2. Rang	Roger Rüede	00:02:53 ,76

## **Mille Gruyère in Baden vom 18. August 2010**

---

WU12	1 km	25 klass.	5. Rang	Léonie Frieden	00:03:38 ,99
------	------	-----------	---------	----------------	--------------

## **Inferno Halbmarathon in Lauterbrunnen vom 21. August 2010**

---

Sen. 2	21.1 km	62 klass.	8. Rang	Erwin Wernli	02:48:28 ,00
--------	---------	-----------	---------	--------------	--------------

## **Sikinga Lauf in Untersiggenthal vom 25. August 2010**

---

Schül. 3	750 km	34 klass.	2. Rang	Léonie Frieden	00:02:56 ,00
Schül. 2	1.2 km	16 klass.	1. Rang	Joel Schüürmann	00:04:31 ,00
Schül. 1	1.2 km	19 klass.	3. Rang	Jasmin Frieden	00:04:35 ,00
Juniorin.	3.5 km	3 klass.	2. Rang	Bigna Suter	00:14:19 ,00
Junioren	3.5 km	4 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:11:17 ,00
Junioren	3.5 km	4 klass.	4. Rang	David Hunziker	00:14:35 ,00

*...Fortsetzung Sikinga-Lauf*

Joggerin	3.5 km	14 klass.	4. Rang	Mirjam Dönni	00:16:05 ,00
Damen1	7.1 km	5 klass.	4. Rang	Irene Schärer	00:37:48 ,00
Damen1	7.1 km	5 klass.	5. Rang	Lea Reusser	00:38:26 ,00
HK M	7.1 km	9 klass.	2. Rang	Silvan Marfurt	00:23:01 ,00
HK M	7.1 km	9 klass.	6. Rang	Matthias Rüede	00:28:18 ,00
HK M	7.1 km	9 klass.	7. Rang	Roger Rüede	00:28:44 ,00
Sen. 1	7.1 km	14 klass.	3. Rang	Nik Brünisholz	00:03:23 ,00
Sen. 1	7.1 km	14 klass.	4. Rang	Meinrad Vetter	00:26:42 ,00
Sen. 1	7.1 km	14 klass.	10. Rang	Daniel Rudolf	00:29:46 ,00
Sen. 3	7.1 km	29 klass.	26. Rang	Edy Zanin	00:36:59 ,00
Sen. 4	7.1 km	5 klass.	4. Rang	Ruedi Glauser	00:36:58 ,00

**SM U18 in Langenthal vom 04. September 2010**

---

WU18	0.4 km	16 klass.	14. Rang	Bigna Suter	00:01:04 ,82
MU18	1.5 km	18 klass.	3. Rang	Roman Hunziker	00:04:08 ,08

**Herbstlauf in Muri AG vom 04. September 2010**

---

M50	10 km	48 klass.	7. Rang	Erwin Wernli	00:39:56 ,00
-----	-------	-----------	---------	--------------	--------------

**Jungfrau-Marathon in Interlaken vom 11. September 2010**

---

M 50	42.2 km	528 klass.	16. Rang	Erwin Wernli	04:05:41 ,00
------	---------	------------	----------	--------------	--------------

## **1000 m Cup in Baden vom 15. September 2010**

---

WU18	1 km	17 klass.	2. Rang	Léonie Frieden	00:03:38 ,99
MU14	1 km	18 klass.	7. Rang	Joel Schüürmann	00:03:33 ,54
WU16	1 km	8 klass.	6. Rang	Jasmin Frieden	00:03:34 ,56
WU18	1 km	4 klass.	4. Rang	Bigna Suter	00:03:27 ,95
MU18 o	1 km	2 klass.	2. Rang	David Hunziker	00:03:24 ,32
MU 181	1 km	5 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:02:45 ,11

## **Greifenseelauf und SM Halbmarathon in Uster vom 18. Sept. 2010**

---

MU23	21.1 km	96 klass.	1. Rang	Silvan Marfurt	01:12:47 ,10
M50	21.1 km	576 klass.	291 Rang	Edy Zanin	01:48:32 ,60

## **Gebenstorfer Abendlauf in Gebenstorf vom 22. September 2010**

---

WU16	5 km	3 klass.	3. Rang	Jasmin Frieden	00:27:15 ,00
MU16	5 km	6 klass.	6. Rang	Joel Schüürmann	00:24:42 ,00
WU18	5 km	3 klass.	3. Rang	Bigna Suter	00:24:52 ,00
MU18	5 km	2 klass.	1. Rang	Roman Hunziker	00:19:49 ,00
MU18	5 km	2 klass.	2. Rang	David Hunziker	00:21:47 ,00
Männer	5 km	4 klass.	4. Rang	Ruedi Glauser	00:27:16 ,00
Sen. 2	8 km	20 klass.	4. Rang	Erwin Wernli	00:34:18 ,00

**IN DEN ERSTEN ZEHN MONATEN DES JAHRES 2010 SIND WIEDERUM VIELE  
WETTKÄMPFE BESTRITTEN UND AUSGEZEICHNETE RESULTATE ERREICHT  
WORDEN**

**WIR WÜNSCHEN NOCH EINEN ERFOLGREICHEN REST DES JAHRES UND AUF  
EIN NEUES IM JAHR 2011!**

## Wir stellen vor...

## BIGNA SUTER



*Was machst du neben dem Laufsport in deiner Freizeit?*

Zeichnen, gestalten, Bassgitarre spielen in einer Band, Freunde treffen.

*Was gefällt dir besonders gut an der LSG Brugg?*

Kollegschaft

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

LA, Paris, New York, Schweden

*Was möchtest du in deiner sportlichen Karriere noch erreichen?*

Lange noch viel Freude am Laufsport haben :)

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

Jasmin Frieden

### STECKBRIEF

ADRESSE: Badstrasse 32A,  
Brugg

BERUF: Schülerin,  
Vorkurs Schule für  
Gestaltung Basel

GEB.-DATUM: 26. Mai. 1994

LIEBSTES BUCH: 20 Minuten

LIEBSTE MUSIK: Radio

LIEBSTE

INTERNETSEITE: [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

IN DER LSG SEIT: 2006

# Die Sicht der Frau Z.

## Die grosse Ungerechtigkeit



Frauen sind langsamer als Männer. Das ist so, und das wird immer so bleiben.

Denn Frauen haben mehr Fett. Frauen haben weniger Muskelmasse. Frauen können mangels genügend Testosteron weniger schnell regenerieren. Frauen haben eine geringere Lungenkapazität. Frauen haben ein kleineres Herz. Frauen haben zyklusabhängige Hormonveränderungen und hormonabhängige Wassereinlagerungen.

Frauen sind nicht fürs Laufen geschaffen. Das sagt die Wissenschaft. Genauer: Der Frau ist es aus physiologischen Gründen nicht möglich, bei gleichen Voraussetzungen dieselben Laufleistungen zu erbringen wie der Mann.

Aha.

Frau Z. sagt: Schwachsinn!! Aber weiss: Die Gründe der genetischen Differenzen zwischen Mann und Frau sind in der Steinzeit zu finden. Damals, als die Frauen Beeren und Kräuter sammelten und die Männer jagen gingen. Ja, damals hatte die Menschheit den Grundstein für die Jahrtausende später folgende sportliche Entwicklung gelegt.

Man(n) wollte lange auch keine Frauen rennen sehen. Frauen im Marathon? Erst 1972 wurden sie für die 42,195 km langen Wettkämpfe zugelassen. Zuvor hiess es, dass es der Würde der Frauen widerspreche, wenn sie mit verkrampften Gesichtern und Gliedmassen sportliche Rekorde aufstellen und den Männern nacheifern wollen. Dafür hätten die Frauen zu stolz zu sein.

Aha.

Frau Z. sagt: Schwachsinn!! Aber weiss: Frauen sind nun mal langsamer als Männer.

# 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

Roger Rüede  
Sommerhaldenstrasse 15 B  
5200 Brugg  
Tel.: 062 / 534 33 05  
e-mail: roger.rueede@lsg-brugg.ch

## KASSIER

Joël Klaus  
Habsburgerstrasse 64  
5200 Brugg  
Tel.: 079 / 753 32 73  
e-mail: joel.klaus@ubs.com

## AKTUAR

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

## BEISITZER 1

Christian Kohli  
Museumstrasse 17  
5200 Brugg  
Tel.: 056 / 441 38 25  
e-mail: christian.kohli@lsg-brugg.ch

## BEISITZER 2

Nik Brünisholz  
Kanalstrasse 10  
5200 Brugg  
Tel.: 076 / 561 67 23  
e-mail: nik\_bruenisholz@gmx.ch

*Zum Schluss noch etwas zum Schmunzeln:*

Bauarbeiter Müller liegt mit einem Beinbruch im Krankenhaus. Der Chef besucht ihn: „Mensch Müller, wie konnte so etwas passieren?“ - „Ich habe mit Weber Material transportiert und bin auf einer Schnecke ausgerutscht.“ - „Haben Sie die Schnecke denn nicht gesehen?“ - „Eben nicht, die kam von hinten.“

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

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

© 2007 CITROËN



*Garage Schmid + Co.*

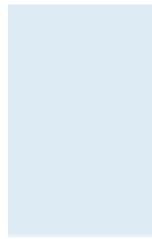
*Aarauerstrasse 60, 5200 Brugg*

*Tel. 056 441 13 50*

*[www.garage-schmid.ch](http://www.garage-schmid.ch)*



CREATIVE TECHNOLOGIE



M & E  
Personalberatung

**IBB**

Der Anschluss ans Leben.



**WALSERSPORT**



**R + B** engineering ag

