

LS BRUGG

10. Jahrgang Nummer 4 2011

Offizielles

VEREINS-ORGAN

der Laufsportgruppe Brugg

Mit Einladung zur GV!



Mit Einladung zur GV!

Gut ausgerüstet: Mirjam und Walter im Seilgarten Reigoldswil anlässlich der diesjährigen Vereinsreise

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
Rebmoosweg 86
5200 Brugg
Tel.: 079 535 97 29

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.

Wir gratulieren ganz herzlich zum Geburtstag...

| | | |
|------------|----------------|----------|
| 04.11.2011 | Max Käser | 79 Jahre |
| 07.11.2011 | Roman Hunziker | 18 Jahre |
| 07.11.2011 | Ernst Kistler | 60 Jahre |
| 21.11.2011 | Ruedi Glauser | 66 Jahre |
| 09.12.2011 | Natalie Wernli | 22 Jahre |
| 11.12.2011 | Irene Stalder | 50 Jahre |
| 23.12.2011 | David Hunziker | 17 Jahre |
| 24.12.2011 | Kurt Bachmann | 87 Jahre |
| 09.01.2012 | Irene Schärer | 25 Jahre |
| 12.01.2012 | Silvan Marfurt | 24 Jahre |
| 24.01.2012 | Léonie Frieden | 11 Jahre |
| 25.01.2012 | Mirjam Dönni | 23 Jahre |

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

News

23. Brugger Schachencup mit gelungenem Abschluss

Im letzten Vereinsorgan standen in der Berichterstattung zum Schachencup die C-Meeting-Wettkämpfe im Vordergrund, welche bis zu diesem Zeitpunkt mit grossem Erfolg durchgeführt werden konnten. Diesmal stehen die traditionellen Schachencup-Läufe im Fokus. Leider hat sich die in den letzten Jahren erkannte Entwicklung fortgesetzt, dass bei den ersten, kurzen Läufen weniger Läuferinnen und Läufer teilnehmen als bei den längeren Distanzen. Von 15 Teilnehmern beim 1500 Meter Lauf steigerte sich die Teilnehmerzahl zu den beiden 5000 Meter Läufen erfreulicherweise auf rund 25 Läuferinnen und Läufer. Sehr erfreulich stellte sich dieses Jahr die Teilnehmerzahl am abschliessenden 10 km Lauf dar. 2 Frauen und 16 Männer starteten zu den herausfordernden 25 Runden im Stadion Au.

Nach dem 10 km Lauf wird traditionellerweise bei gemütlichem Zusammensein mit den Läuferinnen und Läufern jeweils Bilanz über den Cup gezogen. Natürlich dürfen die Ehrungen der besonders fleissigen und erfolgreichen Sportler dabei nicht fehlen. Renate Bader, Othmar Bächli und Rolf Graf haben an allen sechs Läufen des Cups teilgenommen - eine sensationelle Leistung! Sie wurden verdientermassen reich beschenkt.

Aber auch den LSG-Athletinnen und Athleten ist herzlich zu gratulieren. Denn auch sie nahmen fleissig und erfolgreich am Cup teil. Regine Killer und Nik Brünisholz nahmen beide an vier der sechs Läufen teil. Dabei gewann Regine zweimal und wurde je einmal Zweite und Dritte. Nik gewann einmal und wurde dreimal Zweiter. Eine äusserst eindrückliche Bilanz der beiden. Am fleissigsten war aber natürlich mit Abstand unser Präsident Ruedi Glauser, der an allen Abenden anwesend war und dafür gesorgt hat, dass eine reibungslose Durchführung aller Läufe möglich war. Ihm und den zahlreichen weiteren Helfern gebührt herzlichen Dank.

Und ausserdem...

►...klassierte sich Mario Ruh an den Schweizer Meisterschaften der U16-U23 in Frauenfeld über 600 m im 6. Rang ►...findet ab dem 01. November 2011 das Dienstagstraining wieder in der Halle (Schulanlage Bodenacker) statt. Kommt vorbei, nehmt teil und betätigt euch polysportiv! ►...möchte sich die LSG Brugg bei den zahlreichen Ansichtskarten-Schreiberlingen bedanken, welche regelmässig aus Ferien oder Aufenthalten grüssen und damit den Daheimgebliebenen eine Freude bereiten. In den letzten Monaten brachte die Brieftaube Karten aus Schottland, Brugge (Belgien) und Seattle (USA).



Nachhaltig vorsorgen und gleichzeitig Steuern sparen.

Mit dem Raiffeisen Vorsorgeplan 3 und den Raiffeisen Vorsorgefonds Ihre Zukunft sichern, Steuern sparen und nachhaltig investieren. Eröffnen Sie jetzt Ihr Vorsorgekonto bei Raiffeisen.
www.raiffeisen.ch/vorsorgen

Raiffeisenbank Wasserschloss
Geschäftsstellen in Gebenstorf, Windisch, Turgi und Brugg
Telefon 056 202 33 33
www.raiffeisen.ch/wasserschloss

RAIFFEISEN

Termine

| Datum | Veranstaltung | Ort |
|-------------------------------|-----------------------|--|
| Sa., 19. November 2011 | GV LSG | siehe sep. Einladung |
| Sa., 26. November 2011 | Basler Stadtlauf | Basel |
| Sa., 03. Dezember 2011 | Chlauslauf | Niederrohrdorf |
| So., 11. Dezember 2011 | Zürcher Silvesterlauf | Zürich |
| Di., 27. Dezember 2011 | Vereinskegeln | Rest. Rank, Untersiggenthal |
| Fr., 31. Dezember 2011 | Gippinger Stauseelauf | Gippingen |
| So., 08. Januar 2012 | LVA Cross | Affoltern a. Albis |

Bitte die entsprechenden Daten in der Agenda vermerken!



FÜR VIELE EMOTIONSREICHE STUNDEN
IN DER NATUR!



WALSERSPORT

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

A MEMBER OF

INTERSPORT

E I N L A D U N G

zur

18. Jahresversammlung der Laufsportgruppe Brugg

auf

Samstag, 19. Nov. 2011, 18.00 Uhr
Restaurant Sonnenberg, Brugg

Traktanden:

1. Begrüssung
2. Protokoll der Jahresversammlung 2010
3. Mutationen
4. Jahresberichte a) des Präsidenten
b) des Kassiers
5. Jahresmeisterschaft 2011
6. Anträge
7. Wahlen
8. Ehrungen
9. Tätigkeit 2012
10. Jahresbeitrag / Budget 2012
11. Verschiedenes

Anträge sind bis zum 07. November 2011 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

INFOS zur Jahresversammlung

Protokoll der Jahresversammlung 2010

Wie vor zwei Jahren an der Jahresversammlung beschlossen, wird das Protokoll der letztjährigen Versammlung jeweils nicht mehr durch den Aktuar an der Versammlung selbst vorgelesen, sondern den Mitgliedern im Voraus zum Studium zur Verfügung gestellt.

Das Protokoll der Jahresversammlung 2010 ist ab 01. November 2011 auf unserer Homepage (www.lsg-brugg.ch) aufgeschaltet.

Wer das Protokoll gerne in Papierform erhalten möchte, meldet sich bitte beim Präsidenten Ruedi Glauser (Kontakt Daten siehe Rubrik „Vorstand“).

Meldung fehlender Resultate für die Jahresmeisterschaft

Wie in den letzten Jahren wird auch die diesjährige Jahresmeisterschaft durch die, in den Vereinsorganen des Jahres 2011 aufgeführten, Resultate erstellt.

Aus diesem Grund sind

Resultate, die nicht in den Vereinsorganen des Jahres 2011 erschienen sind, aber in der Jahresmeisterschaft berücksichtigt werden sollen, sind bis spätestens 05. November 2011 per Mail an Ruedi Glauser zu melden*.

(*unter Angabe von Kategorie, Distanz, Anzahl Klassierte, Rang, Laufzeit)

Die Resultate des Lausanne-Marathon sowie des Lucerne Marathon werden noch direkt vom Redaktor an Ruedi Glauser weitergeleitet!

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

Passé I

Bericht zur Vereinsreise der LSG Brugg vom 28. August 2011

Mehr oder weniger ausgeschlafen, trafen sich 11 Mitglieder der LSG Brugg zu einer spannenden Vereinsreise. Einige brauchten noch eine Verstärkung wie Kaffee oder Red Bull, dann ging es mit dem Zug Richtung Aarau. Schon nach wenigen Minuten öffnete sich einfach so eine Zugschleuse und ging nicht mehr zu. Zum Frust des jungen Lokführers und zur Freude der LSGler. Natürlich wurde gleich die Organisatorin Lea dafür verantwortlich gemacht. Schliesslich kamen wir doch noch pünktlich in Aarau an und gingen gleich in den Coop, um noch ein paar vergessene Würste und sonstige Verpflegung zu kaufen.

Beim Besprechen, wann der Anschlusszug fährt, konnte es sich Ruedi nicht verkneifen, dass Lea dies schon im Zug hätte nachschauen sollen. Nachdem Pizzateig - fürs Schlangengrottenbrot - und die Fressalien gekauft waren, ging es Richtung Liestal weiter

und dann per Bus nach Reigoldswil. Die 1.5 stündige Wanderung nach Wasserfällen verlangte viel Schweiß. In der Hälfte meldete sich die Blase bei den Frauen. Da war die Höhle beim Weg eine gute Gelegenheit. Doch kam dort plötzlich Nik herausgerannt und schrie. Natürlich erschrecken gleich einige der Frauen. Sie liessen die Männer ziehen, während sie sich „erleichterten“. Da die Frauen für sich waren, konnten sie



auch endlich ihre Männergeschichten loswerden und alle auf den neuesten Stand bringen. Fast oben angekommen, warteten die Herren mit vollem Speckmund und Zopf auf ihre Frauen. Danach ging es weiter nach ganz oben. Da wir eine lange Mittagspause vor uns hatten, wollten wir auch eine gute Feuerstelle aufsuchen. Bei den Lamas, an denen Joel und Nik Freude hatten, ging es aber nicht mehr weiter. Wir berieten uns, ob wir nicht doch zuerst in den Seilpark gehen sollten und erst danach essen gingen. Die Mehrheit war dann doch fürs Essen, da es auch einige Vegis und fast Vegis unter den Frauen hatte, die kein Znüni gegessen hatten.

Wir fanden eine super gelegene Feuerstelle. Joel kürzte den Weg dorthin über die Kuhweide ab. Er hatte Glück, dass keine Kühe da waren, sonst wären sie ihm sicher nachgelaufen. Voller Freude suchten alle eifrig nach Feuerholz. Es gab mehr als genug. Die nächsten, die dort essen würden, konnten froh darüber sein. Die Frauen suchten noch Stecken für die Würste zusammen, bei den Herren ging es ums Feuer machen.

Beim Bräteln ging es lustig zu und her. Adi konnte zum Beispiel nicht ausstehen, dass Sarahs Stecken seine Wurst berührte. Andere hatten zu lange Beine bei den Servelas, die dann abfielen. Auch das Schlangensbrot war zum Teil ein bisschen schwarz, aber alle hatten es gerne. Danach machten ein paar ein wohlverdientes Verdauungsschläfchen in der Sonne, nachher ging es ans Baumstammstossen, so lange, bis er auseinander fiel.



Endlich war es soweit. Seilpark wir kommen! Oder eben auch nicht so schnell... Es war unorganisiert von Seiten des Seilparks. Zu viele Leute wollten um diese Zeit klettern gehen. Nach $\frac{3}{4}$ Stunden Gstütli anziehen und Einführung anhören, konnten wir endlich den Seilpark erklimmen. Wir LSGler verteilten uns schnell auf verschiedene Routen von leichten bis zu den schwersten. Währenddem die meisten mühelos die

Kletterpartien meisterten, waren einige koordinativ etwas überfordert oder die Kraft verliess sie. Ein paar bekamen noch grosse rot-blaue Flecken und blutige Schrammen ab, zudem brauchten einige auch die Hilfe ihrer Teamkollegen. Ruedi versuchte sich gleich auf der schwarzen (schwierigsten) Route. Diese bewältigte er ohne grössere Probleme. Auch über das Surfbrett konnte er nach einem Absturz wieder raufklettern. Und zum Schluss brauchte man bei dieser Route noch Mut und Überwindung, da man noch einige Meter hinunterspringen musste. Danach verabschiedete sich der Präsident und ging gleich ein paar Biere trinken. Andere nutzten den Seilpark bis zum Schluss aus, so dass unsere Reiseleiterin langsam nervös wurde, ob es wohl noch auf den Bus reichen würde. Denn es wartete noch die Abfahrt mit dem Trottnet auf uns. Diese erwies sich als schnell und gleichzeitig bot sie einige Hindernisse. So stand ein Hund ohne Leine im Weg, welcher von Natalie und Ruedi leicht touchiert wurde.

Die Strecke bewältigten wir natürlich nur in der Hälfte der angegebenen Zeit, so dass der Bus pünktlich erreicht wurde. Das Vereinsfoto blieb aus, da die Damen noch vom Selectautomaten etwas zu trinken holten zum Ärger von Adi. Es wurde aber in Liestal nachgeholt.



Wieder in Aarau angekommen, ging es ins Restaurant Krone. Leider wurde unsere Reservierung vergessen. Doch durch Improvisieren klappte es, dass alle an einem Tisch sitzen konnten, auch wenn uns der Bus nur knapp nicht überfuhr. Für die Fleischesser war die Menükarte ein bisschen mager. Sie mussten auf vegetarische Kost umsteigen. Dafür gab es noch Dessert, Kaffee und Bier, die den Hunger schliesslich stillten.

Leider ging auch dieser turbulente Tag zu Ende. Herzlichen Dank an Lea, die eine tolle und abwechslungsreiche Vereinsreise organisiert hatte.

Natalie Wernli



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

Passé II

Rückblick auf den diesjährigen 1000 Meter Cup in Baden

Jeweils im Mai und Juni und nach den Sommerferien im August und September findet in Baden der 1000 Meter Cup statt. Die drei besten Resultate werden für die Jahresklassierung gewertet. In der Kat. MU16 gewann Mario Ruh mit 47 Punkten. David Hunziker gewann die Kat. MU18. Schade, dass er in seiner Kategorie immer alleine laufen musste. Seine Zeiten wurden von Lauf zu Lauf immer schneller (03:18.09 / 03:13.56 / 03:11.28 / 03:10.07). Auch Mario steigerte sich von Lauf zu Lauf (03:01.26 / 02:56.01 / 02:53.73). Beim vierten Lauf lief er auf Sieg, was ihm auch gelang und erreichte 02:55.48.

Jasmin Frieden war dreimal am Start. Sie klassierte sich in der Kategorie WU16 mit 13 Punkten im 9. Rang von 26 Teilnehmerinnen. Sie steigerte sich in Ihrer zweiten Bahnsaison von 03:33.93 / 03:35.25 auf gute 03:26.51. Joel Schüürmann erreichte von 38 Teilnehmern in der Kat. MU14 mit 22 Punkten den 5. Rang. Im Mai 03:36.18, im Juni 03:33.38, im August 03:25.55 und im September 03:30.34. In der gleichen Kategorie lief Flurin Mühlethaler seinen ersten 1000m in 03:33.11. Andrea Maluck lief im Mai 04:10.56 und im Juni 03:51.92. Sie gewann 2 Punkte und wurde im 23. Rang klassiert. Unsere Jüngsten (Kat. WU12), erreichten die Ränge 9 und 11 - Léonie Frieden mit 17 Punkten und Désirée Deubelbeiss mit 13 Punkten. Désirée steigerte sich von Lauf zu Lauf (04:07.10 / 03:49.16 / 03:48.40 / 03:42.23). Die Zeiten von Léonie: 03:46.31 / 03:46.91 / 03:42.09.



Joel Schüürmann



David Hunziker



Mario Ruh

Resultate

De schnellschi Würenlinger vom 21. Mai 2011

| | | | | | |
|--------|---------|----------|---------|----------------|--------------|
| M 2004 | 0.05 km | 7 klass. | 4. Rang | Laszlo Majoros | 00:00:11 ,67 |
|--------|---------|----------|---------|----------------|--------------|

Regionenmeisterschaften in Aarau vom 25. Juni 2011

| | | | | | |
|-------|------|-----------|---------|-----------|--------------|
| MU 16 | 2 km | 10 klass. | 5. Rang | Mario Ruh | 00:06:44 ,53 |
|-------|------|-----------|---------|-----------|--------------|

Di schnellscht Holderbankerin vom 02. Juli 2011

| | | | | | |
|--------|---------|----------|---------|---------------------|--------------|
| W 2000 | 0.08 km | 4 klass. | 1. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:00:12 ,60 |
|--------|---------|----------|---------|---------------------|--------------|

Schachencup 1. Lauf 5000 m in Brugg vom 19. Juli 2011

| | | | | | |
|--------|------|----------|---------|---------------|--------------|
| Frauen | 5 km | 5 klass. | 1. Rang | Regine Killer | 00:21:10 ,12 |
|--------|------|----------|---------|---------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|------|----------|---------|---------------|--------------|
| Frauen | 5 km | 5 klass. | 3. Rang | Irene Schärer | 00:23:15 ,36 |
|--------|------|----------|---------|---------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|------|----------|---------|--------------|--------------|
| Frauen | 5 km | 5 klass. | 4. Rang | Mirjam Dönni | 00:23:17 ,29 |
|--------|------|----------|---------|--------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|------|----------|---------|-------------|--------------|
| Frauen | 5 km | 5 klass. | 5. Rang | Lea Reusser | 00:24:30 ,48 |
|--------|------|----------|---------|-------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|------|-----------|---------|----------------|--------------|
| Männer | 5 km | 14 klass. | 2. Rang | Nik Brünisholz | 00:17:51 ,94 |
|--------|------|-----------|---------|----------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|------|-----------|---------|-------------|--------------|
| Männer | 5 km | 14 klass. | 3. Rang | Roger Rüede | 00:19:06 ,67 |
|--------|------|-----------|---------|-------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|------|-----------|---------|----------------|--------------|
| Männer | 5 km | 14 klass. | 7. Rang | Adrian Glauser | 00:20:37 ,85 |
|--------|------|-----------|---------|----------------|--------------|

Bike Masters in Küblis vom 24. Juli 2011

| | | | | | |
|-------|-------|-----------|----------|--------------|--------------|
| Sen.4 | 75 km | 40 klass. | 19. Rang | Erwin Wernli | 06:01:54 ,00 |
|-------|-------|-----------|----------|--------------|--------------|

Schachencup 2. Lauf 5000 m in Brugg vom 26. Juli 2011

| | | | | | |
|--------|------|-----------|----------|------------------|--------------|
| Frauen | 5 km | 3 klass. | 2. Rang | Mirjam Dönni | 00:24:17 ,50 |
| Frauen | 5 km | 3 klass. | 3. Rang | Lea Reusser | 00:24:27 ,51 |
| Männer | 5 km | 18 klass. | 2. Rang | Nik Brünisholz | 00:17:36 ,81 |
| Männer | 5 km | 18 klass. | 3. Rang | Meinrad Vetter | 00:18:16 ,53 |
| Männer | 5 km | 18 klass. | 4. Rang | Roger Rüede | 00:18:44 ,55 |
| Männer | 5 km | 18 klass. | 7. Rang | Joël Klaus | 00:19:34 ,52 |
| Männer | 5 km | 18 klass. | 8. Rang | Adrian Glauser | 00:20:31 ,93 |
| Männer | 5 km | 18 klass. | 10. Rang | Christoph Bächli | 00:21:07 ,06 |

LA Meeting in Affoltern a.A. vom 01. August 2011

| | | | | | |
|------|---------|-----------|---------|---------------------|--------------|
| WU12 | 0.06 km | 5 klass. | 1. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:00:09 ,66 |
| MU14 | 0.06 km | 8 klass. | 5. Rang | Joel Schüürmann | 00:00:09 ,31 |
| WU14 | 0.6 km | 10 klass. | 7. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:02:10 ,03 |
| MU14 | 0.6 km | 6 klass. | 4. Rang | Joel Schüürmann | 00:01:55 ,35 |
| MU16 | 0.6 km | 5 klass. | 2. Rang | Mario Ruh | 00:01:32 ,91 |

Schachencup 10'000 m in Brugg vom 02. August 2011

| | | | | | |
|--------|-------|-----------|----------|------------------|--------------|
| Männer | 10 km | 15 klass. | 2. Rang | Nik Brünisholz | 00:38:25 ,78 |
| Männer | 10 km | 15 klass. | 3. Rang | Meinrad Vetter | 00:38:27 ,45 |
| Männer | 10 km | 15 klass. | 5. Rang | Roger Rüede | 00:41:52 ,77 |
| Männer | 10 km | 15 klass. | 10. Rang | Christoph Bächli | 00:44:51 ,88 |

LA-Meeting in Zofingen vom 13. August 2011

| | | | | | |
|------|--------|-----------|---------|---------------------|--------------|
| WU12 | 0.6 km | 7 klass. | 3. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:02:10 ,36 |
| MU14 | 0.6 km | 7 klass. | 4. Rang | Joel Schüürmann | 00:01:53 ,29 |
| MU16 | 0.6 km | 10 klass. | 2. Rang | Mario Ruh | 00:01:35 ,50 |

3. Lauf 1000 m Cup in Baden vom 17. August 2011

| | | | | | |
|------|------|-----------|----------|---------------------|--------------|
| WU12 | 1 km | 37 klass. | 13. Rang | Léonie Frieden | 00:03:46 ,71 |
| WU12 | 1 km | 37 klass. | 15. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:03:48 ,40 |
| MU14 | 1 km | 27 klass. | 15. Rang | Joel Schüürmann | 00:03:25 ,55 |
| WU16 | 1 km | 16 klass. | 13. Rang | Jasmin Frieden | 00:03:35 ,29 |
| MU16 | 1 km | 14 klass. | 5. Rang | Mario Ruh | 00:02:53 ,73 |
| MU18 | 1 km | 1 klass. | 1. Rang | David Hunziker | 00:03:11 ,68 |

Staufberglauf in Staufen vom 14. August 2011

| | | | | | |
|----------|------|-----------|----------|-------------|--------------|
| M 50 | 8 km | 86 klass. | 27. Rang | Urs Buri | 00:34:46 ,80 |
| Walk. k. | 6 km | | | Willi Lüthi | 00:50:21 ,20 |

Migros Sprint Final in Windisch vom 20. August 2011

| | | | | | |
|--------|---------|-----------|----------|---------------------|--------------|
| W 2000 | 0.06 km | 57 klass. | 8. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:00:09 ,34 |
| M 1998 | 0.08 km | 28 klass. | 18. Rang | Joel Schüürmann | 00:00:09 ,18 |
| W 1996 | 0.08 km | 19 klass. | 9. Rang | Jasmin Frieden | 00:00:11 ,61 |
| M 1996 | 0.08 km | 26 klass. | 13. Rang | Mario Ruh | 00:00:10 ,50 |

SM Militärstafette in Rütihof vom 20. August 2011

| | | | | | |
|--------|---------|-----------|----------|--------------|--------------|
| Kat. X | 56.3 km | 56 klass. | 29. Rang | Erwin Wernli | 02:38:42 ,00 |
|--------|---------|-----------|----------|--------------|--------------|

7-Kantone Wettkampf in Emmenbrücke vom 21. August 2011

| | | | | | |
|------|--------|-----------|---------|-----------------|--------------|
| MU14 | 0.6 km | 11 klass. | 4. Rang | Joel Schüürmann | 00:01:52 ,20 |
| MU16 | 0.6 km | 9 klass. | 6. Rang | Mario Ruh | 00:01:35 ,72 |

Sikingalauf in Untersiggenthal vom 24. August 2011

| | | | | | |
|----------|---------|-----------|----------|---------------------|--------------|
| Piccolo | 0.55 km | 23 klass. | 2. Rang | Remo Killer | 00:02:32 ,00 |
| Knaben | 0.75 km | 24 klass. | 20. Rang | Laszlo Majoros | 00:03:47 ,00 |
| Schül. 3 | 0.75 km | 17 klass. | 1. Rang | Léonie Frieden | 00:02:46 ,00 |
| Schül. 2 | 1.2 km | 21 klass. | 1. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:04:46 ,00 |
| Schül. 1 | 1.2 km | 21 klass. | 2. Rang | Jasmin Frieden | 00:04:18 ,00 |
| Schül. 1 | 1.2 km | 13 klass. | 2. Rang | Mario Ruh | 00:03:37 ,00 |
| Schül. 1 | 1.2 km | 13 klass. | 6. Rang | Joel Schüürmann | 00:04:21 ,00 |
| HK | 7.1 km | 14 klass. | 3. Rang | Pascal Weber | 00:26:45 ,00 |
| Damen1 | 7.1 km | 11 klass. | 3. Rang | Mirjam Dönni | 00:35:36 ,00 |
| Damen2 | 7.1 km | 5 klass. | 1. Rang | Regine Killer | 00:31:52 ,00 |
| Sen. 1 | 7.1 km | 15 klass. | 6. Rang | Roger Rüede | 00:28:25 ,00 |
| Sen. 1 | 7.1 km | 15 klass. | 9. Rang | Daniel Rudolf | 00:29:57 ,00 |
| Sen. 3 | 7.1 km | 28 klass. | 8. Rang | Erwin Wernli | 00:29:58 ,00 |
| Sen. 4 | 7.1 km | 11 klass. | 7. Rang | Walter Lang | 00:33:32 ,00 |
| Sen. 4 | 7.1 km | 11 klass. | 9. Rang | Ruedi Glauser | 00:38:17 ,00 |
| Walking | 6.4 km | | | Willi Lüthi | 00:51:03 ,00 |

SM U16-U23 in Frauenfeld vom 03. September 2011

| | | | | | |
|------|--------|----------|---------|-----------|--------------|
| MU16 | 0.6 km | 7 klass. | 6. Rang | Mario Ruh | 00:01:34 ,35 |
|------|--------|----------|---------|-----------|--------------|

Quellenlauf in Zurzach vom 03. September 2011

| | | | | | |
|----------|--------|-----------|---------|------------------|--------------|
| Vokslauf | 7.5 km | 24 klass. | 1. Rang | Nik Brünisholz | 00:33:31 ,00 |
| Vokslauf | 7.5 km | 24 klass. | 2. Rang | Roger Rüede | 00:35:30 ,00 |
| Vokslauf | 7.5 km | 24 klass. | 7. Rang | Christoph Bächli | 00:37:54 ,00 |

Murianer Herbstlauf in Muri vom 03. September 2011

| | | | | | |
|-------|----------|-----------|----------|--------------|--------------|
| M 50 | 10 km | 34 klass. | 6. Rang | Erwin Wernli | 00:44:35 ,00 |
| WM 60 | 14.81 km | 25 klass. | 24. Rang | Willi Lüthi | 02:30:26 ,00 |

4. Lauf 1000 m Cup in Baden vom 14. September 2011

| | | | | | |
|------|------|------------|---------|---------------------|--------------|
| WU12 | 1 km | 23 klass. | 6. Rang | Léonie Frieden | 00:03:42 ,09 |
| WU12 | 1 km | 23. klass. | 7. Rang | Désirée Deubelbeiss | 00:03:42 ,23 |
| MU14 | 1 km | 14 klass. | 6. Rang | Joel Schüürmann | 00:03:30 ,34 |
| WU16 | 1 km | 14 klass. | 9. Rang | Jasmin Frieden | 00:03:26 ,51 |
| MU16 | 1 km | 6 klass. | 1. Rang | Mario Ruh | 00:02:55 ,48 |
| MU18 | 1 km | 1 klass. | 1. Rang | David Hunziker | 00:03:10 ,07 |

Greifenseelauf in Uster vom 17. September 2011

| | | | | | |
|------|---------|------------|----------|------------------|--------------|
| MU20 | 21.1 km | 70 klass. | 25. Rang | Christoph Bächli | 01:43:32 ,10 |
| W 20 | 21.1 km | 483 klass. | 167 Rang | Mirjam Dönni | 01:55:23 ,40 |
| W 20 | 21.1 km | 483 klass. | 420 Rang | Regula Echle | 02:20:09 ,30 |
| M 20 | 21.1 km | 721 klass. | 113 Rang | Kevin Mader | 01:36:11 ,30 |
| M 50 | 21.1 km | 610 klass. | 61. Rang | Erwin Wernli | 01:35:26 ,20 |
| M 55 | 21.1 km | 342 klass. | 38. Rang | Urs Buri | 01:38:36 ,50 |
| M 65 | 21.1 km | 82 klass. | 42. Rang | Ruedi Glauser | 02:02:55 ,30 |

Rothrister Lauf in Rothrist vom 17. September 2011

| | | | | | |
|---------|---------|-----------|---------|-----------------|--------------|
| MU14 | 2.4 km | 3 klass. | 1. Rang | Joel Schüürmann | 00:09:43 ,40 |
| M 33 | 16.1 km | 15 klass. | 6. Rang | Meinrad Vetter | 01:03:50 ,00 |
| Walking | 10.5 km | | | Willi Lüthi | 01:27:01 ,00 |

Panoramalauf in Bachtel vom 01. Oktober 2011

| | | | | | |
|------|---------|-----------|---------|------------|--------------|
| W 40 | 11.4 km | 12 klass. | 8. Rang | Duska Faes | 00:59:14 ,00 |
|------|---------|-----------|---------|------------|--------------|

Hallwilerseelauf in Beinwil am See vom 15. Oktober 2011

| | | | | | |
|--------|--------|------------|----------|-----------------|--------------|
| M kurz | 6.9 km | 108 klass. | 15. Rang | Joel Schüürmann | 00:30:25 ,10 |
|--------|--------|------------|----------|-----------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|-----------|---------|----------------|--------------|
| MJA 10 | 10 km | 26 klass. | 6. Rang | David Hunziker | 00:39:39 ,70 |
|--------|-------|-----------|---------|----------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|------------|----------|--------------|--------------|
| W 10km | 10 km | 581 klass. | 278 Rang | Regula Echle | 00:55:29 ,60 |
|--------|-------|------------|----------|--------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|------------|---------|----------------|--------------|
| M 10km | 10 km | 428 klass. | 8. Rang | Silvan Marfurt | 00:33:04 ,70 |
|--------|-------|------------|---------|----------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|------------|----------|----------------|--------------|
| M 10km | 10 km | 428 klass. | 21. Rang | Nik Brünisholz | 00:35:45 ,50 |
|--------|-------|------------|----------|----------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|------------|----------|-------------|--------------|
| M 10km | 10 km | 428 klass. | 62. Rang | Roger Rüede | 00:39:31 ,20 |
|--------|-------|------------|----------|-------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|------------|----------|----------------|--------------|
| M 10km | 10 km | 428 klass. | 75. Rang | Patrick Schmid | 00:40:21 ,20 |
|--------|-------|------------|----------|----------------|--------------|

| | | | | | |
|--------|-------|------------|----------|--------------|--------------|
| M 10km | 10 km | 428 klass. | 77. Rang | Erwin Wernli | 00:40:21 ,90 |
|--------|-------|------------|----------|--------------|--------------|

| | | | | | |
|------|---------|------------|----------|----------------|--------------|
| M 30 | 21.1 km | 639 klass. | 107 Rang | Meinrad Vetter | 01:28:50 ,20 |
|------|---------|------------|----------|----------------|--------------|

| | | | | | |
|------|---------|------------|----------|-------------------|--------------|
| W 40 | 21.1 km | 361 klass. | 215 Rang | Christine Reusser | 02:00:12 ,90 |
|------|---------|------------|----------|-------------------|--------------|

| | | | | | |
|------|---------|------------|----------|----------|--------------|
| M 50 | 21.1 km | 530 klass. | 47. Rang | Urs Buri | 01:30:51 ,50 |
|------|---------|------------|----------|----------|--------------|

| | | | | | |
|------|---------|------------|----------|---------------|--------------|
| M 60 | 21.1 km | 140 klass. | 93. Rang | Ruedi Glauser | 01:58:58 ,80 |
|------|---------|------------|----------|---------------|--------------|

| | | | | | |
|---------|--------|--|--|-------------|--------------|
| Walking | 6.9 km | | | Willi Lüthi | 00:53:49 ,80 |
|---------|--------|--|--|-------------|--------------|

**HERZLICHE GRATULATION ZU DEN RESULTATEN!
FÜR DEN REST DES JAHRES WEITERHIN VIEL ERFOLG!**

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

www.citroen.ch

BUCHSTABENKLEINUNG



Garage Schmid + Co.

Aarauerstrasse 60, 5200 Brugg

Tel. 056 441 13 50

www.garage-schmid.ch



CRÉATIVE TECHNOLOGIE

Wir stellen vor...

Was machst du neben dem Laufsport in deiner Freizeit?

Zeit mit der Familie verbringen, zu Hause oder im Garten, im Sommer in der Badi und im Winter beim Skifahren. Amateurfunkpeilen ist ein Hobby das ich schon lange betreibe, wenn auch im Moment nicht so intensiv. Zudem fahre meist mit dem Velo zur Arbeit, als Ausgleich zur sitzenden Tätigkeit im Büro.

Was gefällt dir besonders gut an der LSG Brugg?

Gemeinsam Laufen macht mehr Spass als alleine die Trainingsstrecke abspulen. Obwohl ich nicht so oft mit der LSG trainiere, bin ich jedes Mal herzlich willkommen. Es ist ausserdem schön an einem Laufwettkampf bekannte Gesichter zu treffen.

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

Die Landschaft von Island ist faszinierend und abwechslungsreich, ich würde gerne mal ausgedehnte Wanderferien dort verbringen oder La Réunion erkunden.

Was möchtest du in deiner sportlichen Karriere noch erreichen?

Viel Freude haben am Sport treiben. An einem Lauf die persönliche Bestzeit verbessern

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

Erwin Wernli

DANIEL RUDOLF



STECKBRIEF

ADRESSE: Feerstrasse 7
Brugg

BERUF: Softwareentwickler

GEB.-DATUM: 21.01.1973

LIEBSTES BUCH: -

LIEBSTE MUSIK: Sound der 80's und
90's

LIEBSTE

INTERNETSEITE: www.meteoradar.ch

IN DER LSG SEIT: 2006

Die Sicht der Frau Z.



Kein Brugger Wald. Keine Gisliflue. Keine Aare. Nein. Stattdessen wird seit Juli im Maple Park in Seattle trainiert. Klingt eigentlich nicht schlecht. Nur: Der Maple Park ist klein. 560 Meter lang ist eine Runde (sagt Google maps). Umso grösser war anfangs die Frustration. Doch wem nichts anderes übrig bleibt, der muss sich mit der Situation abfinden und sich mit ihr anfreunden.

Gesagt, getan. Und statt Ausdauer wird jetzt Geschwindigkeit trainiert. Statt Kilometer werden Runden gezählt. Wöchentlich gibt's mindestens 56, das macht 240 Runden pro Monat. Davon werden mindestens 35 in möglichst hohem Tempo absolviert. Klingt doch gar nicht so schlecht. Dass das alles wöchentlich nur gut 35 Kilometer ergibt, soll an dieser Stelle nicht gross betont werden. Immerhin wollte ein Asiate bereits wissen, ob dies ein Marathontraining sei...

Überhaupt wimmelt es im Maple Park von Asiaten. Und alle haben ihre Hunde dabei. Oder dann versuchen sie, zu rennen. Irgendwie schafft es aber keiner, eine ganze Runde am Stück zu rennen. Zugegeben, es hat eine ganz fiese Steigung drin. Und immer wieder werden diese Jogger Opfer dieser Steigung, und wenn sie oben sind, fangen sie an, zu marschieren. Haben sie jeweils ihre Runde absolviert, verschwinden sie.

Anders aber ein Asiaten-Trio. Es wird vermutet, dass es sich um Mutter, Vater und eine erwachsene Tochter handelt. Jeden Abend walken sie Runde um Runde. Flott das Tempo, ausgeprägt der Armeinsatz, ehrgeizig der Gesichtsausdruck. Allerdings nur bei den Frauen. Sie diktieren das Tempo, der Mann hat zu gehorchen. Dieser wird jedoch immer mal wieder beim Trödeln erwischt. In solchen Situationen reicht dann aber ein böser Blick zurück von den Frauen, und der Mann findet schnurstracks wieder Anschluss. Amüsant.

Irgendwie hat dieser Maple Park auch seine Reize.

In eigener Sache

Wie an der letzten Jahresversammlung angekündigt, gebe ich die Redaktion des LSG Vereinsorgans per Ende 2011 ab. Nach zehn Jahren und damit 40 Ausgaben des Heftes ist die vorliegende Ausgabe (Nr. 4 Jahr 2011) meine letzte.

Viele Stunden verbrachte ich in den letzten zehn Jahren vor dem Computer - ich möchte sie nicht zählen, ich möchte sie aber auch nicht missen! Nach zehn Jahren lässt wie bei so vielem jedoch die Euphorie und der Eifer der ersten Stunden und Jahre nach. Deshalb ist nun die richtige Zeit, und die Zeit gekommen, etwas zu verändern. Leider kann ich an dieser Stelle nicht sagen, dass ich die Redaktion des Vereinsorgans in neue Hände übergeben kann, da bis Redaktionsschluss noch keine Lösung für die Nachfolge gefunden werden konnte. Das finde ich persönlich sehr schade.

Wie üblich an solchen Stellen, möchte ich Danke sagen. Vollständig alleine über zehn Jahre das Vereinsorgan zu erstellen, das ist schlichtweg unmöglich. Es ist vielen Personen Danke zu sagen. Einige davon sind nicht mehr im Verein oder leider auch nicht mehr unter uns. In der Hoffnung, niemanden vergessen zu haben, möchte ich einen ganz speziellen Dank an Mario Beeli sel., Patrick Schmid, Ruedi Glauser und Daniela Zeman richten. Sie haben mir mit Beiträgen oder dem Druck des Heftes immer wieder einiges an Arbeit abgenommen. Daneben danke ich meinem persönlichen Umfeld für das Verständnis für die vielen am Computer verbrachten Stunden.

Ich freue mich, zukünftig wieder mehr Zeit für andere Aktivitäten zu haben. Gleichzeitig werde ich es vermissen, ständig am Plus des Vereinslebens zu sein, über (fast) alles immer informiert zu sein und vor allem die Spannung in den Augen der Mitglieder zu sehen, wenn ihnen das Vereinsorgan ausgehändigt wird. Ich hoffe, diese Spannung kann bald jemand von euch erneut erzeugen.

Herzliche Grüsse
Matthias Rüede



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
Spitzmattstrasse 43 A
5210 Windisch
Tel.: 062 / 534 33 05
e-mail: roger.rueede@lsg-brugg.ch

KASSIER

Joël Klaus
Seidenstrasse 6
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

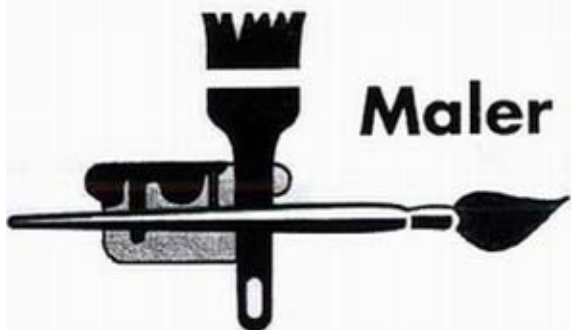
Nik Brünisholz
Kanalstrasse 10
5200 Brugg
Tel.: 076 / 561 67 23
e-mail: nik_bruenisholz@gmx.ch

BEISITZER 2

Patrick Schmid
Rebmoosweg 49 C
5200 Brugg
Tel.: 079 / 784 12 44
e-mail: padi-rebmoos@hispeed.ch

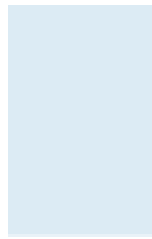
Zum Schluss noch etwas zum Schmunzeln:

Die Stewardess fragt den Kapitän: „Herr Kapitän, wir haben einen blinden Passagier an Bord. Was sollen wir mit ihm machen?“ Darauf der Kapitän: „Werfen Sie ihn über Bord!“ Nach einer Viertelstunde kommt die Stewardess wieder und fragt: „Herr Kapitän, was machen wir jetzt mit dem Hund?“



Maler Haefeli

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



M & E
Personalberatung

IBB

Der Anschluss ans Leben.



WALSERSPORT



R + B engineering ag

