

# MAGAZIN

#2 / JULI 2010

www.lcz.ch



Informations

Club Zürich

## ALLE GUTEN DINGE SIND 20

Der LCZ holt sich zum 20sten Mal den Sieg an der SVM

## TRAININGSLAGER LCZ'LER

Wie machen sich unsere AthletenInnen fit für die Saison

## SKODA

Unser Partner stellt sich vor

## SENIOREN UNTERWEGS

Ausflug ins Zentrum Paul Klee



# 20

Hauptsponsor

**erdgaszürich**



# run yourself better

**miCoach** besser mit jedem Schritt.

miCoach ist ein persönliches Coaching-System, das dir hilft, deine individuellen Trainingsziele zu erreichen. Es misst deinen Herzschlag, deine Geschwindigkeit und die zurückgelegte Strecke, um dir so in Echtzeit während des Laufens ein Audio-Coaching zu geben.

**Setz dir ein Ziel. Mach einen Plan.**

**Verfolge deine Ergebnisse auf [adidas.com/micoach](http://adidas.com/micoach)**

Impossible is Nothing



# 6

## WINTER IN SÜDAFRIKA

Unsere Athleten zeigen ihr Können auf dem grünen Rasen



Titelbild: Sämi Mettler, Inhalt: Erwin Müller, Sämi Mettler

## INHALT/EDITORIAL

- 4 SCHAUFENSTER** Resultate, Agenda und viele News. Marcel Schelbert im Interview
- 6 SÜDAFRIKA** Ein Eldorado für jeden Leichtathleten
- 9 PIETRASANTA** Trainingslager im Herzen Italiens
- 10 SVM** Fulminanter Titelgewinn an der SVM
- 14 ROLLEN MIT SKODA** Traditionsmarke auf der Überholspur
- 18 FILZBACH** Unsere Kleinsten im Sportzentrum Kerenzerberg in Filzbach
- 20 NEWS** Die LCZ-Führung informiert über die neusten Nachrichten aus dem Club
- 21 HUTTWIL** LCZ-Youngsters im Trainingslager in Huttwil
- 23 GV-RÜCKBLICK** Projekt EM 2014. Wie werden 300000 Franken eingesetzt
- 24 SENIOREN UNTERWEGS** Was haben das Zentrum Paul Klee und der Bärengraben gemeinsam? Sie sind ein Ausflug wert



**10 TOTALER TRIUMPH**  
Der LCZ bringt zum 20mal beide Pokale mit nach Zürich

## IMMER ERFOLGREICHER

**N**och ist die Saison 2010 jung und schon dürfen wir euch in dieser Ausgabe über die ersten grossen Erfolge berichten – dem 20. Double an der SVM – Sandra berichtet aus dem Stadion. Höhepunkte von den Trainingslagern aus zwei Kontinenten – ihr erfährt es aus diesem Heft. Was machen unsere Kleinsten in Filzbach – nein nicht mit



**Roy Brühlmann**  
Redaktionsleiter

Lego spielen – es wird trainiert und da fliegen die Fetzen und auch ein Mal ein Ping Pong Schläger. Warum auf 1500m Höhe trainieren und dann noch in Südafrika – unser Reporter Erwin war dabei und weiss wieso. Was hat Hürdenstellen am Weltklassemeeting mit einem Auto zu tun – die gute Seele aus dem Sekretariat – Gaby – kann zu berichten wissen. Das Neueste aus der Geschäftsleitung – neugierig – Marco erzählt hautnah. Von jung bis alt – für jeden hat es etwas in unserem Sommermagazin.

<b>IMPRESSUM</b> LCZ Magazin 02 / 2010 Redaktionsadresse Leichtathletik-Club Zürich Postfach, 8040 Zürich E-Mail: <a href="mailto:lcz@lcz.ch">lcz@lcz.ch</a>	<b>REDAKTION UND LAYOUT</b> Marco Aeschlimann, Roy Brühlmann, Tim Brühlmann, Sandra Haslebacher, Erwin Müller, Horst Tischler,	<b>TECHNISCHE HERSTELLUNG</b> Schranner Druck AG	<b>AUFLAGE</b> 1300 Exemplare Erscheint 4x jährlich Für die Mitglieder des LCZ
<b>MITARBEIT</b> Marco Aeschlimann, Gaby Wachter, Jeanot Wälti			

© 2010 adidas AG. adidas, the 3-Stripes mark and the 3-Stripes logo are registered trademarks of the adidas Group.



## Dominik Alberto

### U20-WM LIMITE GESCHAFFT!

Nachdem Dominik bereits im letzten Jahr im Mehrkampf an den U18 Weltmeisterschaften teilnehmen konnte, hat er sich in Landquart im ersten Anlauf für die U20 in Moncton, Canada, qualifiziert.

Mit 7121 Punkten übertraf er den geforderten Wert um 31 Punkte und verbesserte sich dabei über 100 m, 110 m Hürden und im Weitsprung.

Unterstütze Dominik auf dem Weg nach Moncton:

[www.swiss-athletics.ch/de/factsfigures/lunchtime.html](http://www.swiss-athletics.ch/de/factsfigures/lunchtime.html)



## Marcel Schelbert

400m Hürden

**was macht ...?**

### MARCEL, DU BIST VOR ETWA 7 JAHREN ZURÜCKGETRETEN, WAS WAR DER GRUND?

Vorwiegend gesundheitliche Probleme. Nach fünf Operationen innert 3 Jahren waren Freude, Leidenschaft und Motivation verloren gegangen.

### WAS WAREN DIE GRÖSSTEN ERFOLGE DEINER AKTIVEN LAUFBAHN?

Sicherlich der 2. Rang bei den Junioren-Europameisterschaften über 400 m Hürden. In der Folge 1996 Schweizer Meister bei der Elite und Qualifikation für die Olympischen Spiele in Atlanta. Besonderes Highlight 1999 die Wahl zum Schweizer Sportler des Jahres.

### WAS HAT DIR DIE LEICHTATHLETIK AUSSER AUSSER DEM SPORTLICHEN ERFOLG BESONDERS GEBRACHT?

Tolle Freunde, viele wunderbare Erlebnisse und nicht zuletzt die Überzeugung, mit harter Arbeit und kontinuierlichem Schaffen vieles erreichen zu können.

### WAS WÄRE DEIN ANLIEGEN AN DEN NACHWUCHS HEUTE.

Möglichst alle Disziplinen einmal auszuprobieren, die Vielfältigkeit der Leichtathletik zu geniessen und Spass daran zu haben, sich mit den Kolleginnen und Kollegen auf der Anlage zu messen. Und etwas sehr wichtiges, drei regelmässige Trainings pro Woche sind effizienter als eine Woche aussetzen und dafür vier bis fünfmal zu trainieren

## GRENZENLOSE FREUDE!

Die Athletinnen und Athleten, sowie der ganze Staff des LC Zürich bejubeln den 20. SVM Doppelsieg der Vereinsgeschichte. Beide Teams setzten sich an diesem wunderschönen Wettkampftag äusserst knapp gegen die Konkurrenz aus Bern durch.

## AGENDA

Nach dem erfolgreichen halben Jahr starten wir nun in die 2. Hälfte des Jahres. Wir wünschen allen AthletInnen viel Erfolg. Juli bis September auf einen Blick:

- 3. JULI JUNIOREN GALA MANNHEIM // 4. JULI SWISS MEETING LA CHAUX-DE-FONDS // 4. JULI SWISS MEETING JONA // 3.-4. JULI KANT EINKAMPF THALWIL // 8. JULI ATHLETISSIMA LAUSANNE // 16.-17. JULI SM LUGANO // 20.-25. JULI U20 WM MONCTON // 27.-1. AUG EM BARCELONA // 1. AUG MEETING AFFOLTERN AM ALBIS // 4. AUG INTERNAT. ABENDMEETING LANGENTHAL // 8. AUG SPITZENLEICHTATHLETIK LUZERN NOTTWIL // 10. AUG ABENDMEETING REGENSDORF // 10. AUG ABENDMEETING OLTEN // 12. AUG ABENDMEETING AARAU // 14. AUG SWISS MEETING FRIBOURG // 19. AUG WELTKLASSE ZUERICH // 21.-22. AUG MK-SM LANDQUART // 25. AUG INTERNAT. ABENDMEETING BERN // 28. AUG SVM-FINAL U20 // 29. AUG REGIONALKADER CHALLENGE RIEHEN // 4.-5. SEPT U23/U20 SM BERN // 4.-5. SEPT U18/U16 SM LANGENTHAL // 11. SEPT STAFFEL SM FRAUEN-FELD // 12. SEPT MIGROS SPRINT FINAL BERN // 18. SEPT TEAM SM COLOMBIER

## RESULTATE

### DIE WICHTIGSTEN RESULTATE DER SAISON 2010:

#### EM LIMITE GESCHAFFT

Alex Martinez qualifiziert sich mit 16,71m in Zofingen für die EM. Reto Amaru Schenkel läuft mit der 4x100m Staffel in Rom in 39,34 Sekunden die EM Limite.

#### U20WM LIMITE GESCHAFFT

Dominik Alberto übertrifft am Mehrkampfmeeting in Landquart mit 7121 Pkt. die geforderte WM Limite im 10-Kampf und fährt nach Moncton, Canada. 100m: 11.02 (PB) / Weit: 6,80m (PB) / Kugel: 13,66m (SB) / Hoch: 1,86m (PB outdoor) / 400m: 51.08 / 110 Hü: 14.72 (SB) / Diskus: 36,51m / Stab: 4,50m (PB egalisiert) / Speer: 48,43m (SB) / 1500m: 5:02.94 (PB)

#### KANTONALE STAFFELMEISTERSCHAFTEN

U16M 5x80 – Marticke, Bauer, Malach, Jung, Flammer  
 U16M 3x1000 – Malach, Flammer, Jung  
 U18W 3x800 – Metting van Rijn, Laukenmann, Pratsinis  
 U16W 5x80 – Rasmussen, Vesztorgom, Grilec, Widmer, Jankovic  
 U12W 6xfrei – Mantingh, Iroh, Gögglmann, Ramsay, Frey, Schmidt

zahl des heftes

20

Die Athletinnen und Athleten des LCZ gewinnen dank einer hervorragenden Teamleistung zum 20. Mal in der Vereinsgeschichte das Double! Für die Frauen war es der 31. Titel Gewinn, für die Männer sogar der 44.

# AB IN DEN SÜDEN

DER SONNE HINTERHER, DER SONNE HINTERHER

In Kombination mit idealen klimatischen Bedingungen und einer Höhenlage von 1500m zählt Südafrika zu **den besten Trainingsorten der Welt**. Da nimmt man gerne zehn Stunden Flugzeit sowie 2½ Stunden Busfahrt auf sich.

Text und Fotos Erwin Müller

**D**ie Saison 2010 steht vor der Tür und dafür haben sich unsere AthletInnen viel vorgenommen. Es gilt, Meistertitel zu verteidigen, neue Bestleistungen aufzustellen, Qualifikationsrunden zu bestehen und auch verletzungsfrei die Saison abzuschliessen.

Für solche Ziele muss man aber hart arbeiten!

Die Trainingsgruppen Lucio & Flavio absolvierten das alljährliche Aufbauprogramm in Südafrika. Untergebracht waren die sportbegeisterten im «Bailey's Manor» in Potchefstroom (Strom vom Chef Potgieter), etwa 120 Kilometer südwestlich von Johannesburg.

Nach einer Akklimatisierung, die einige dieses Jahr kaum spürten, war die Motivation gross und der Tatendrang noch grösser.

Die Rasen-Laufbahn, der alte wie auch der neue Krafraum, das Schwimmbad

«**MOTIVATION GROSS, TATENDRANG GRÖSSER**»

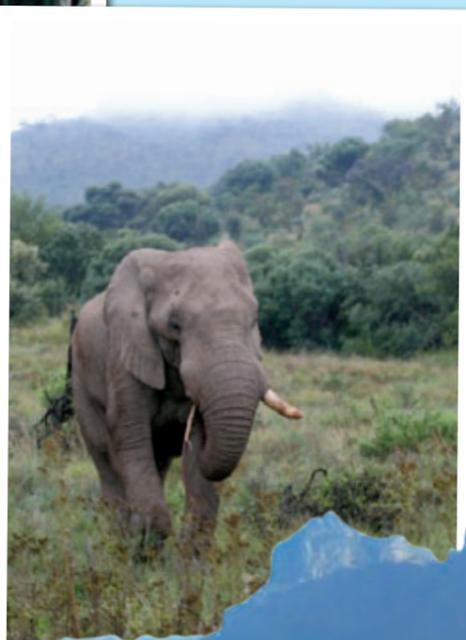
sowie die Tennis- und Golfplätze boten einen idealen Ort, um sich auszutoben.

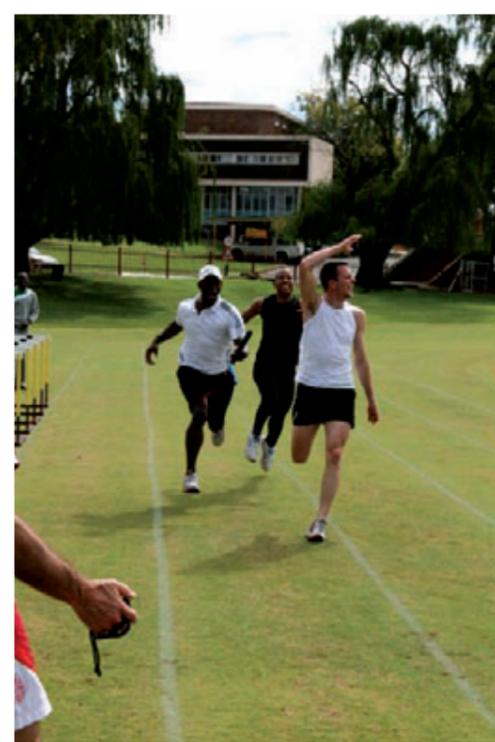
Morgens wie abends waren die Bahnen meist von AthletInnen besetzt. Zudem traf man viele internationale Grössen aus verschiedenen Sportarten, die wie wir die idealen Trainingsbedingungen zu Vorbereitungszwecken nutzen.

Unser Training bestand hauptsächlich aus Schnellsprints, Kraft- und Ausdauertraining. Was sich sehr trocken und langweilig anhört kann durchaus kreativ gestaltet werden. Von verhassten Einbeinsprüngen über Handicap-Sprints und Reaktionsübungen war alles dabei. ➤

## FASZINIERENDES SÜDAFRIKA

Nebst harten Trainings war auch viel Spass angesagt. Impressionen aus dem wunderbaren Südafrika





**VÖLKERVERBINDEND**

Trainingsplausch mit Einheimischen auf dem wunderschönen Trainingsgelände und ein Ausflug ins Apartheitsmuseum



Manchmal wurde der Trainingsplan auch spontan den Bedürfnissen der AthletInnen angepasst.

Jedoch drehte sich nicht immer alles um Leistung und Sport. Ganz nach dem Motto «mens sana in corpore sano» - Gesunder Geist in gesundem Körper, besuchten wir das Apartheitsmuseum in Soweto und das Nelson Mandela Museum und machten einen Quad-Ausflug. Was wäre ein Besuch in Südafrika ohne eine richtige Safari? Viele machten sich auf nach Pilanesberg um die Big 5 (Elefant, Nashorn, Büffel, Löwe, Leopard) zu sehen. Ein Erlebnis, das man nicht verpassen durfte!

Nebst diesen Tätigkeiten traf man sich im «Fiori», «Die Akker» oder der Bar direkt an der Anlage. Da gab es leckere Kuchen und fruchtige Milkshakes. Nebenbei konnte man auch das eine oder andere Geständnis eines Athleten in Erfahrung bringen.

Sonne gab es die ersten paar Wochen wahrlich ausreichend. Viele AthletInnen hatten bereits einen Koller vom Schweizer Regenwetter. So konnten wir nebst den kulinarischen Spezialitäten auch von der Sonne kräftig Energie tanken.

Die Mischung aus erfahrenen Weltklasseathleten, jungen Nachwuchstalenten und ambitionierten Freizeit-

**«GESUNDER GEIST IN GESUNDEM KÖRPER»**

sportlern ist Inspiration und Abwechslung zugleich. Wer einmal da war kommt gerne wieder.

Die Grundlagen für die bevorstehende Saison wurden gelegt. Jetzt gilt es den Feinschliff vorzunehmen und die notwendige Wettkampfhärte zu holen.

Zurück aus dem Süden, der Medaille hinterher ...

# IM HERZEN ITALIENS

Es war bereits das fünfte Jahr in Folge, dass das vom LCZ für alle Trainingsgruppen organisierte **Trainingslager in Marina di Pietrasanta** stattfand. Davor war die Mittelstreckengruppe fast 10 Jahre Gast in dieser wunderschönen Kleinstadt.

Text und Fotos Marco Aeschlimann



Die Küste der Toskana ist ja bekannterweise im Sommer das Wunschziel vieler Städter aus dem Landesinneren. In der Woche nach Ostern wurden wir glücklicherweise von diesen Touristenströmen verschont. Zeitweise fühlten wir uns fast ein wenig einsam, denn die meiste Zeit waren wir die einzigen Gäste im Hotel. Unser Hotel, das Hotel la Pigna, können wir also durchaus für Ferien weiterempfehlen. Die Angestellten sind sehr zuvorkommend und sprechen nicht nur italienisch, die Zimmer sind für italienische Verhältnisse grosszügig und das Essen ist schlicht und einfach super.

Das alles war zwar für die Athletinnen und Athleten wichtig, am zentralsten war aber natürlich die Sportanlage, denn dort verbrachten sie jeden Tag mehrere Stunden. Mit dabei waren die Dreisprin-

ger von Rita Schönenberger, die Hürden- und Langsprinter von Flavio Zberg und die Stabhochspringer von Peter Keller und Marco Aeschlimann. Die Anlage wäre eigentlich ideal, bietet sie doch für alle Disziplinen Trainingsmöglichkeiten. Leider hat sie ihre besten Tage schon hinter sich. Eine komplette Renovierung wurde uns bereits für diesen Frühling versprochen, abgesehen von ein paar neuen Zäunen ist jedoch (noch) nichts geschehen. So soll es jetzt nach neusten Informationen im kommenden Herbst los gehen. Glauben macht ja bekanntlich selig, darum glauben wir nicht, sondern hoffen, dass die Arbeiten auch tatsächlich im Herbst beginnen. ✨

**LETZTER SCHLIFF**

Martina Müller und die Dreispringer holen sich in Pietrasanta den letzten Schliff

Weiter Berichte zum Trainingslager findest du auf [www.lcz.ch](http://www.lcz.ch)

# SISU – MIT MAGISCHEM MOTTO ZUM ERFOLG

## VOLLER ERFOLG

Die AthletInnen des LCZ's zeigten eine tolle Leistung und konnten am Ende zum 20sten Mal den totalen Triumph feiern!

Der Vorsatz beider LCZ-Teams, **den Titelgewinn vom letzten Jahr zu wiederholen, ist aufgegangen!** Mit viel Kampfgeist konnten die Berner Teams in Schach gehalten und das 20. Double in der Vereinsgeschichte realisiert werden!

Text Sandra Haslebacher Fotos Sämi Mettler

## Natürlich hat auch der LCZ sein SVM-Geheimrezept zum Siegen:

Nein, es besteht nicht aus dem Einkauf teurer ausländischer Athleten, sondern es ist das Grillfest am Donnerstagabend im Letzigrund, das schon den Grundstein zum letztjährigen Erfolg gelegt hatte und auch 2010 wieder den optimalen Kick-off bedeutete. Vereinskassier Hansjörg Graf und seine Frau bewirteten zum zweiten Mal die grosse Athletenschar aufs beste und es verwundert nicht, dass Insider-Gerüchten zufolge, nach diesen zwei Festen der Event zur Tradition erhoben werden soll! Ausserdem wurden die Teams auf das neue gemeinsame Zauberwort «Sisu» eingeschworen: Es stammt aus dem Finnischen und ist eigentlich unübersetzbar, weil es den typisch finnischen Charakterzug beschreibt, eine Mischung aus Kraft, Ausdauer, Beharrlichkeit, Unnachgiebigkeit und Kampfgeist.

All die genannten Eigenschaften mussten sowohl die Frauen, als auch die Männer mobilisieren, waren doch beide durch viele Absenzen geschwächt. Dies ermöglichte es aber einigen jungen Talenten, durch gute Leistungen auf sich aufmerksam zu machen und sogar Punkte zu liefern.

Innerhalb von sechs Stunden wurden auf der Schützenmatt in Basel die Schweizer Vereinsmeister der Nationalliga A ermittelt. Noch vor dem ersten «Knaller» im Stadion, den Staffeln, sicherte die unverwütlliche Rebekka

Bähni mit dem Hammer dem LCZ das Punktemaximum – mit einem Vorsprung von 18 Metern! Auch begann der Stabhochsprung der Männer, in welchem Dominik Alberto (Jahrgang 92!) mit 4.80 m im wörtlichsten Sinn über sich hinauswuchs und dem Verein 12 Punkte sicherte.

In den Staffelläufen waren die Zürcherinnen und Zürcher nicht zu schlagen, so dass die Basis zum Erfolg gelegt war.

## «KAMPFGEIST, AUSDAUER, BEHARRLICHKEIT UND KRAFT

Im Hochsprung der Frauen überquerte Patrizia Nötzli in ihrem letzten Wettkampf die Latte auf 1.69m, steuerte 15 Punkte bei und feierte einen emotionalen Abschluss ihrer Karriere. Ebenfalls punkten konnte und musste Dora Jankovic in ihrem Aktiv-SVM-Debut mit 1.55m.

Nächster Höhepunkt bildete der Weitsprung der Männer mit dem Doppelsieg durch Stefan Köpf und Matthias Wagner mit 7.52m resp. 7.45. In den kurzen Hürdenläufen schauten beide Male 29 Punkte von möglichen 31 heraus (Matthias Wagner und Faus- ➤





**STRAHLENDE SIEGER** Chef Ashlee und die Athleten Arias, Santini und Gugerli freuen sich über den Titel

to Santini resp. Simone Oberer und Jenny Kobashi), fast ebenso viele resultierten im 3000m-Lauf der Frauen (Rahel Berchtold und Giulia Mazzotti).

Die Zuverlässigkeit in Person verkörperte einmal mehr Jeannette Walter mit ihrem Sieg im Dreisprung, dem sie später noch einen fünften Rang im Weitsprung folgen liess. Im Hammerwerfen der Männer glänzte Martin Bin-

gisser mit einem Wurf über 61 Meter, übertroffen nur von einem rumänischen «Bernier»...! Nur knapp dahinter lag «Edeljoker» Daniel Grob.

Im 400m-Lauf der Frauen beklatschte man den einzigen Doppelsieg der Zürcherinnen durch Nora Farrag und Agne Orlauskaite, die seit kurzem in Zürich studiert. Stabspringerin Anja Fleisch bestätigte mit 3.50m ihre Saisonbestleistung und spendierte famose

## NACHGEFRAGT BEI 3 ATHLETINNEN, DIE 1980 BEIM 10 DOUBLE DABEI WAREN.

### FRED DIETZI, DISKUSWERFER

**Welchen Stellenwert hatte der SVM damals für den Verein?**

Mag mich daran kaum zu erinnern. Jedoch hatte jeder bei einem Gewinn des Titels seine Freude daran.

**In welchen Disziplinen hast du am SVM teilgenommen? Musstest du auch mal in exotischen Disziplinen aushelfen?**

Meine Disziplin war Diskus: Allerdings musste ich auch da und dort die Kugel bewegen; ein eher bemühendes Unterfangen angesichts meiner Sekretärinnen Handgelenke.

**Was ist dein schönstes SVM Erlebnis?**

An eine persönliche Leistung mag ich mich so wenig erinnern wie eine Gesamtleistung.

Ich mag mich jedoch daran erinnern, dass ein Sieg immer ein Glücksgefühl ausgelöst hat und dies war dann auch ein schönstes Erlebnis.

### JÜRIG LÜTHI, SPEERWERFER

**Welchen Stellenwert hatte der SVM im Jahr 1980 für dich?**

Für mich war es immer etwas vom Schönsten, in der SVM-Mannschaft mitmachen zu dürfen und dabei möglichst viele Punkte zu ergattern (damals zählten ja noch die zwei besten Ergebnisse).

**Welchen Stellenwert hatte der SVM damals für den Verein?**

Meiner Meinung nach hatte der SVM auch im Verein einen hohen Stellenwert, war doch der ganze Wettkampf auch mit einem ausgeprägten kameradschaftlichen Zusammengehörigkeitsgefühl geprägt

### CORINNE SCHNEIDER, MEHRKÄMPFERIN

**Welchen Stellenwert hatte der SVM im Jahr 1980 für dich?**

1980 war für mich ein SVM wie jedes Jahr, ich kann mich nicht mehr an das Jubiläum erinnern.

**Welchen Stellenwert hatte der SVM damals für den Verein?**

War für die Vereinsleitung wichtig und für uns Athleten ein Wettkampf mit vielen Startmöglichkeiten.

15 Punkte, während gleichzeitig im Dreisprung der Männer die beiden Alex (Martinez und Hochueli) für einen überzeugenden Doppelsieg sorgten.

Beste Sprinterin war Michelle Cueni, die total 29 Punkte sammelte (Dritte über 100m und Zweite über 200m). Ueber die kürzeste Strecke debütierte Melanie Keller(16) mit beachtlichen 12.58 sec. Mit den beiden Laufwettbewerben über 400m Hürden und 200m fand ein hartes Ringen um die Spitzenpositionen ein Ende. Mit unglaublicher Spannung erwarteten alle die Siegerehrung, jeder Ausgang schien möglich. Ein Riesenjubel brach aus, als beide Male Rang zwei ausgerufen wurde und der LCZ noch nicht erwähnt worden war! Die Titel waren verteidigt, der Doppelsieg war Tatsache, und dies erst noch zum 20. Male!

Spezielle Erwähnung verdienen die zahlreichen «FremdstarterInnen», welche unverzichtbar sind und wertvolle

Punkte beisteuerten, die aber auch einiges zur Unterhaltung beitrugen! Vielen Dank an Gabriella Fischer (Dreisprung) im Hammerwerfen, Anja Fleisch (Stabsprung) im Diskuswerfen, Rita Schönenberger (Trainerin) und Claudia Wälti (nicht mehr aktiv) im Speerwerfen!

**«ERFOLG DURCH SUPER TEAM-LEISTUNG»**

Ein grosses Kompliment gilt auch den grössten Punktesammler/-innen: Bei den Frauen Simone Oberer (30), Michelle Cueni (29) sowie Sabrina Altermatt und Rebekka Bähni (je 28), bei

den Männern Matthias Wagner (31), Alex Hochueli (28) sowie Reto Amaru Schenkel und Fausto Santini (je 27).

Auffällig und bestimmt ein Faktor zum Erfolg war die tolle Stimmung im Team und die vorbildliche gegenseitige Unterstützung in jeder Disziplin. Trotz grosser Hitze und fehlendem Schatten hörte man den ganzen Nachmittag LCZ-Rufe und zahlreiche Lärminstrumente, die den guten Team-Spirit ausdrückten. Zusammen mit dem Anfangs geschilderten «Sisu» reichte es schliesslich knapp, aber verdient, zum zweifachen Erfolg!

Nach der Ankunft in Zürich feierten alle Athleten den Tag mit einem feinen Nachtessen im Zic-Zac und schwürten natürlich schon auf den nächsten Titelgewinn im kommenden Jahr. Vielen Dank nochmals an alle Athleten und Trainer, die ihr Bestes gegeben haben. Herzliche Gratulation zum Titel des Schweizer Vereinsmeisters 2010! 🌟

Mepha Generika – wenn Leistung und Preis stimmen müssen.

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker nach Mepha Generika.



zuverlässig

Die mit dem Regenbogen

mepha

# WIR ROLLEN MIT SKODA

Skoda: Eine **Traditionsmarke auf der Überholspur.**

Gaby Wachter befragte den Geschäftsführer der AMAG Skoda Garage Winterthur Töss Bruno Meier über sein Erfolgsgeheimnis.

Text Gaby Wachter Fotos Benni Soland

## LCZ'S NEXT TOPMODELS

Gerda Koller, Deschwan-  
den, Marco Cribari, Mi-  
chelle Cueni, Marco  
Aeschlimann, Bruno Meier  
und Andreas Hediger po-  
sieren vor dem Letzigrund



**A**kribisch gleitet sein Blick über alle Hürdenreihen – seinem geschulten Auge entgeht nicht die kleinste Ungenauigkeit. Millimeter genau müssen die Hürden platziert sein – die Werbung in der korrekten Reihenfolge – aber vor allem auf die richtige Wettkampf Höhe eingestellt. Energisch marschiert Bruno Meier in seinem schnittigen Kampfrichter Anzug von der Start bis zur Ziellinie – zückt ab und zu seinen Hürdenmeter und kontrolliert zum zigten Mal, ob die Höhe auch dem Wettkampf Reglement entspricht. Dass das Hürdenstellen absolute Konzentration verlangt, weiss auch Schreiberling aus eigener Erfahrung

„Ich habe ein eingespieltes Team, welches die genauen Abläufe beim Hürdenstellen kennt, aber ohne Kontrolle geht es trotzdem nicht. Weltklasse ist das beste Meeting der Welt – diesem Anspruch müssen wir gerecht werden“ meint Bruno Meier, Chefkampfrichter Hürden seit 1981. „Eine falsche Hürdenhöhe oder eine falsch platzierte Hürde

wäre ein Desaster!“ Bruno Meier lernte sein Handwerk von der Pike auf. Seine Kampfrichter Karriere startete er 1978 bei Heinz Hübler und wurde bald darauf dessen Stellvertreter. Bereits 5 Jahre später übernahm Meier die Funktion als Chefkampfrichter, die er auch heute noch mit viel Begeisterung ausübt.

Einige LCZler haben ihre „Karriere“ unter Brunos hartem Regime begonnen, so auch der Ex-Sprinter Marco Cribari. Nicht, dass Meier im Seniorenalter von jugendlichen 50 Plus noch mit einer Leichtathletik Karriere liebäugelt. Diese hat er seit einigen Jahren hinter sich. Höhepunkt war die Teilnahme an der Schweizer Meisterschaft 1976 über 2000 Meter Steeple. Seit Beendigung seiner aktiven Leichtathletik Laufbahn konzentriert sich Meier auf Volleyball und Skifahren. „Golf ist ebenfalls ein toller Ausgleich zum Alltagsstress“ schwärmt Bruno von seinem neuesten Hobby „in der Natur kann ich am besten den Kopf auslüften. Mein grösster Traum wäre ein hole in one – Ich arbeite daran!“ Aber am

liebsten verbringt er seine Freizeit mit seinen drei Frauen (...).

Bruno Meier ist ein Pragmatiker, er setzt seine Pläne um – konsequent. Er gehört nicht zu den grossen Sprücheklopfern, er arbeitet mit Akribie und Ausdauer. Seine Kunden schätzen sein enormes Fachwissen und seine Zuverlässigkeit. In den vergangenen Jahren hat er sich eine grosse und treue Kundenschaft aufgebaut.

Beim Traditionshaus AMAG startete er im Mutterhaus am Utoquai seine berufliche Karriere. Den AMAG Produkten blieb er immer treu, auch bei seinem «Auslandaufenthalt» in Scuol (Engadina Bassa) und als Werkstattchef in einem Klein-Betrieb in der Stadt Zürich. Nach der Meisterprüfung folgte ein Wechsel in die Lehrlingsausbildung und anschliessend eine neue Herausforderung beim Importeur als Produkte-Betreuer von VW und Audi. 1996 übernahm er die Leitung der AUVAG Garage in Winterthur-Töss. Damals gehörten die Marken Volvo und Skoda in sein Sortiment. ➤



**MARCO AESCHLIMANN**, «Die Autos von SKODA sind wunderbare Fahrzeuge. Bei keiner anderen Marke bekommt man für so wenig Geld so viel Inhalt! Zudem ist die Betreuung durch Bruno perfekt!»



**MARCO CRIBARI**, «Mein Skoda Fabia Combi ist zuverlässig und dank neuester innovativer Technik auch sehr ökologisch. Als wichtige Basis dient jedoch eine Top LCZ-Beratung durch Bruno.»

➤ Ab 2001 konzentrierte man sich auf die AMAG Hausmarke Skoda und wurde zum ersten AMAG eigenen Skoda Center der Schweiz.

Skoda ist eine Marke mit Tradition: Bereits im 1895 wurde die Marke durch die beiden Herren Václav Laurin und Václav Klement gegründet. 1905 wurde das erste Fahrzeug gebaut. Danach hat sich die Marke Skoda sehr stark entwickelt. Während der Zeit der Planwirtschaft hörte man in der Schweiz nicht mehr viel von Skoda bis nach der Politischen Wende 1991 der VW Konzern mit der Tschechischen Regierung eine Partnerschaft einging. 1992 wurde der Import in der Schweiz durch die AMAG übernommen. Die Marke entwickelte sich in dieser Zeit so stark, dass sie 2009 zum ersten Mal auf dem 10. Platz der Markenrangliste erschien. Der Octavia als zweitmeist verkauftes Auto 2009 steht als Zeichen für das gute Preis-Leistungs-Verhältnis von Skoda. Auch im Jahre 2010 wurde Skoda bereits zum 10. Mal zur Marke mit dem besten Preis-Leistungsverhältnis gewählt. Skoda entwickelt sich laufend weiter und verfügt heute über eine attraktive Modellpalette, bestehend aus Fabia, Fabia Combi, Roomster, Octavia, Octavia Combi, Yeti, Superb und Superb Combi. Natürlich sind auch 4x4 Fahrzeuge, RS Versionen und andere Sondermodelle enthalten. Demnächst wird der Fabia RS lanciert. Für LCZ Mitglieder gelten Spezialkonditionen. Auskünfte erhaltet ihr bei Bruno Meier. ★



**FELIX LORETZ**, «Der Skoda Octavia passt einfach gut zu mir. Er besitzt eine sehr schöne Formensprache, ist kräftig, dynamisch, kann telefonieren, trinkt nicht viel und frisst kein Heu.»



**ANDREAS HEDIGER**, «Bruno ist nicht nur seit Jahren bei Weltklasse Zürich der zuverlässige Chefkämpfrichter an den Hürden, sondern verkauft mit derselben Seriosität die besten Autos zu LCZ-Spezialpreisen!»



**GERDA KOLLER-DESCHWANDEN**, «Bei Ferrari ist die schöne blaue Farbe ausgegangen, deshalb fahre ich einen Meier-Skoda!»

SIMPLY CLEVER



Škoda. Made for Switzerland.



**MICHELLE CUENI / ANDREAS SCHELBERT**, «Bei der Beratung und dem Service von Bruno und seinem Team nehme ich auch den Weg bis nach Winterthur gerne auf mich.»

GENERATION  
FAHRVERGNÜGEN



# SCHÜLERTRAININGSLAGER IN FILZBACH

Die jüngsten AthletInnen trainierten bei Traumhaften Bedingungen im Sportzentrum Kerenzberg in Filzbach! Die **AthletInnen schildern ihre Eindrücke** und erzählen aus dem Lageralltag

Fotos Irene Monteduro

**E**inmal mehr durften wir eine tolle Sportwoche im Sportzentrum Kerenzberg in Filzbach verbringen.

Nicht nur die Anlage war top, auch die Sonne zeigte sich von ihrer besten Seite. Dreiundzwanzig motivierte Jungsportler gaben sich extrem Mühe, an ihrem Können zu feilen und Neues zu lernen. Ein Tagesende kannten sie kaum, so wurden wir Leiter und Leiterinnen auch zu später Stunde geprüft. Trotz der nächtlichen Kapriolen, sassen alle jeden Tag munter am Morgentisch. Zu Hause mussten sich wohl nicht nur die Muskeln erholen, sicher musste auch viel nach geschlafen werden. Ein Lager, das bestimmt allen in guter Erinnerung bleiben wird.

## VOLLE KONZENTRATION

Abwechslungsreiches Training und viel zu lachen.



**Sonntag, 25.4.** Der Tag fing um 9:45 Uhr am Treffpunkt des Zürcher HB's an. Als alle dann endlich versammelt waren, machten wir uns auf den Weg zum Zug. Der war jedoch länger als erwartet, denn der Zug war so lang, dass er bis ans Ende des Perrons ging.

**Montag 26.4.** Am Montagmorgen begann das Training mit Hindernis Stafetten in der Halle. Danach haben wir ein Staffelttraining gemacht. Dann gingen wir hinaus auf die Tartan Bahn. Dort mussten wir zweimal eine Runde (400m) mit Staffelübergabe rennen.

**Dienstag 27.4.** Es war Mittag, als Irene uns ankündigte, dass am Nachmittag ein 7-Kampf stattfindet. Die Begeisterung war anfangs in Grenzen, da wir annahmen, olympische Disziplinen zu bestreiten. Als wir am Nachmittag auf den Sportplatz kamen, erwartete uns dort eine Überraschung.

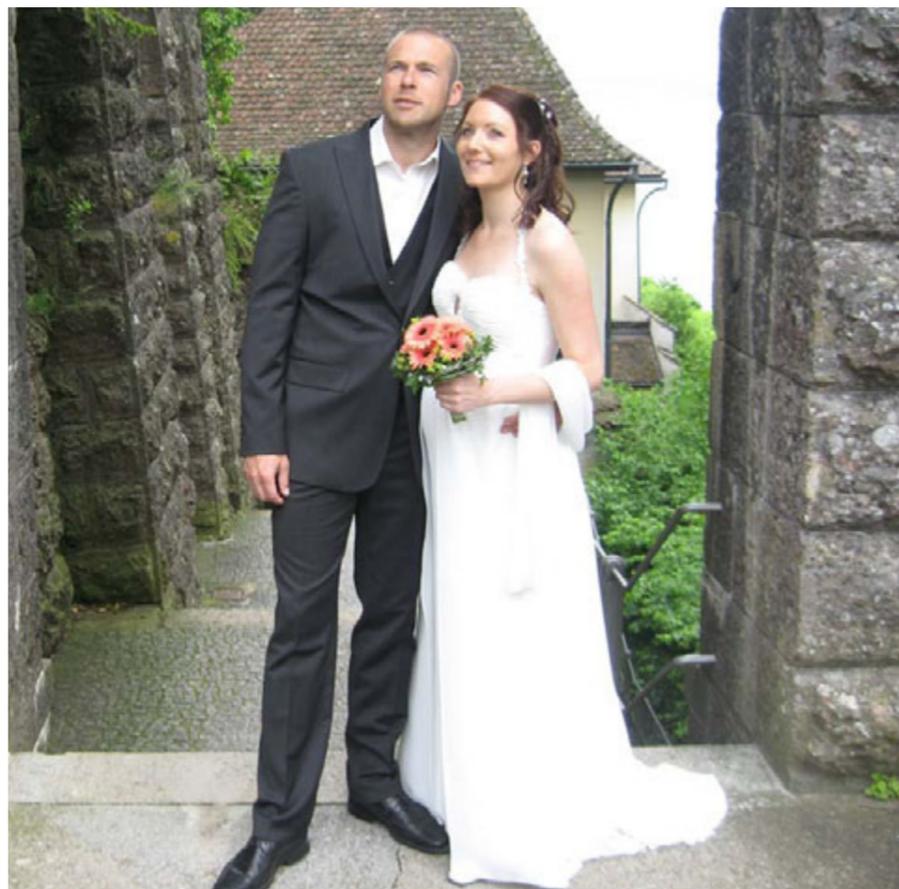
**Mittwoch 28.4.** Es war 9:30 Uhr, als Irene alle Athleten mit fast voller Trainingsausrüstung, dazu auch die Motivation, auf dem Sportplatz erwartete. Irene packte die Sachen gerade an und überliess uns keine Zeit um rum zu blödeln! Auf dem Programm stand Trainieren, jedenfalls auf dem von Rita :-)

**Donnerstag 29.4.** Heute war die letzte Chance um Punkte zu ergattern. Wir mussten fünf Disziplinen bestreiten: Stafette, 60m Lauf, Hochsprung, Weitsprung und Kugelstossen. Wir wurden in Fünfer- oder Sechsergruppen eingeteilt und in jeder Disziplin wurden die vier besten Gruppenresultate gezählt.

**Freitag 30.4.** Gestern war der letzte Abend. Als Abschluss gab es einen grossen Parcours, den wir als Gruppe machen mussten. Sie zeigten uns wie man es durchlaufen muss. Es gab: Hüpfen mit einem grossen Ball, da wusste man eine Strecke lang hüpfen und gleichzeitig auf dem Ball sitzen bleiben.

Mehr Informationen zum Trainingslager findest du auf [www.lcz.ch](http://www.lcz.ch)

# NEWS AUS DER VEREINSLEITUNG



## Hochzeit zum Ersten – Felix und Claudia

Felix Loretz hat am 8. Mai im Johanna Spyri Museum seine Claudia geheiratet. Der LCZ wünscht euch viel Glück auf dem gemeinsamen Lebensweg!

## Hochzeit zum Zweiten – Torben und Carmen

Auch Torben Schade hat den Schritt ins Eheleben gewagt und am 12. Juni auf dem Schloss Rapperswil seine Carmen geheiratet. Auch ihnen beiden wünschen wir alles Glück der Welt!

## Zeitmessungsteam sucht Unterstützung!

Unser Zeitmessungsteam sucht noch Unterstützung. Falls du technisch interessiert bist, freude an der Leichtathletik hast und drei bis viermal pro Jahr einen Tag Zeit hast, bist du genau der Richtige! Melde dich bei Roy Brühlmann, unserem Wettkampfverantwortlichen: 079 211 03 01 oder rbruehlmann@lcz.ch.

## Schülertrainer gesucht!

Für unsere Schülertrainings am Mittwoch, Freitag und Samstag suchen wir zusätzliche Trainer und Trainerinnen, um der im grösser werdenden Kinder-schar gerecht zu werden. Interessierte melden sich bitte beim LCZ Sekretariat: 044 492 28 18 oder lcz@lcz.ch.

## Herzlichen Dank!

Im Namen der Athletinnen und Athleten danken wir Marianne und Hansjörg Graf für die Organisation des herrlichen SVM Grillfestes! Wir haben den Abend genossen und konnten uns optimal auf die Titelverteidigung vorbereiten.

## FRISCH VERHEIRATET

Claudia und Felix strahlen um die Wette. Torben und Carmen machten es ihnen gleich

# IDEALE VORBEREITUNG

Die LCZ-Youngsters genossen, trotz miserabilem Wetter, eine **abwechslungsreiche Trainingswoche** im nationalen Sportcenter Huttwil

Text Angela Peter und Mattia Sieber Fotos Beni Gföhler

## ABWECHSLUNG GARANTIERT

Hexenmeister“ Trainer Werni Kunz hat seine Jungen im Griff: Pascal Grilec, Noemi Monteduro, Dominik Alberto



**M**ontagsmorgen 9.40 Uhr Treffpunkt Zürich HB – die Athleten treffen nach und nach ein. Jeder ist schwer beladen, da bei einigen bis zu sechs Paar Schuhe mit dabei sind. Sind alle da, geht es ab nach Huttwil. Das schlechte Wetter, das sich schon in Zürich bemerkbar macht, verlässt uns auch in Huttwil leider nicht. Per Shuttlebus werden wir zum Sportzentrum gebracht. Wir beziehen unsere Unterkünfte und begeben uns anschliessend zum Restaurant, um unser Mittagessen einzunehmen, was leider nicht von Allen immer mit Genuss getan werden kann. Allerdings muss erwähnt werden, dass die Ernährung sehr ausgewogen ist. Nach dem Essen gibt es jeweils eine Pause bis zum Nachmittagstraining, die einem Zeit zur Verdauung und Erholung gibt.

Das Training beginnt immer mit einem aufwärmenden Frisbee-Spiel. Dann stehen jeweils das Dehnen sowie die «geliebte» Rumpf-Stabi in der Gruppe auf dem Programm und anschliessend erfolgt die Gruppenaufteilung. Wir Athleten kommen in diesem Trainingslager in den Genuss der Erfahrung von 4-5 Trainern. Die Gruppen bleiben dadurch klein und wir profitieren viel davon. Einzelne absolvieren zum Teil sogar ein Solotraining. Die Werfergruppe, unter Trainer Werni und Felix, hat die Möglichkeit, ihre Disziplinen intensiv zu trainieren, während die anderen auch vor allem ihre Paradedisziplinen

## «KLETTERN IM SPORTCENTER HUTTWIL»

trainieren, sich als Ausgleich aber auch noch in anderen Disziplinen üben. Wir danken Rita Schönenberger, Andreas Hediger, Peter Berchtold, Werner Kunz und Felix Loretz für ihren Einsatz.

Am Mittwochnachmittag wird uns eine Erholung gegönnt. Das heisst, dass wir uns statt eines normalen Trainings in zwei Gruppen aufteilen. Die erste Gruppe klettert in der kleinen, hauseigenen Kletterhalle des Sportzentrums unter Aufsicht einer Kletterlehrerin; die zweite vertreibt sich die Zeit in der Halle mit Ballspielen nach Wahl. In der Halbzeit wechseln die Gruppen, damit alle in den Genuss des Kletterns kommen.

Am Abend ist es immer allen frei gestellt, was sie tun wollen. Daher nutzen wir diese Zeit auf verschiedene Weise: Einige verbringen ihren Abend vor dem Fernseher, dabei sind Serien wie «Mein cooler Onkel Charlie», «Simpsons» oder «Germany's Next Topmodel» besonders beliebt. Andere schmücken ihren Körper mit Tic-Tac-Toe-Rastern und wieder andere verbringen ihre Zeit

gamend. Aber es gibt auch Abende, an denen die meisten beieinander sind und Tischtennis spielen, töggeln oder ein Gesellschaftsspiel namens „Nobody's Perfect“, das Andi mitgebracht hat, spielen. Denjenigen, die sich in den Trainings ihrer Meinung nach noch nicht genug bewegt haben, steht die riesige Halle zur Verfügung, in der man noch ein bisschen Ball spielen oder akrobatische Sprünge üben kann.

Am Freitag, dem Abreisetag, gibt es nach dem Morgenessen nicht die gewohnte Ruhezeit im Bett, sondern es geht ans Aufräumen, Packen und Wischen. Als wir alle die Zimmer verlassen haben, bleibt uns gar nicht mehr so viel Zeit bis zum Morgentraining, in dem alle noch mehr oder weniger fit die letzten beiden Disziplinen absolvieren. Das Nachmittagstraining ist eher Nachbereitung als Training: Wir müssen immer abwechslungsweise zwei Runden laufen und dann in der Gruppe dehnen. Das ist sehr erholsam, da man mit der Zeit richtig merkt wie die müden Beine lockerer und angenehmer werden. Nach dem Duschen geht es wieder mit dem Shuttlebus Richtung Bahnhof Huttwil. Im Zug ist es schon merklich ruhiger als auf der Hinfahrt, da alle müde vom Training sind. In Zürich angekommen, geht alles sehr schnell: Man verabschiedet sich von den Trainern und von den Kollegen; und schon gehen alle in verschiedene Richtungen heim. ★

SIMPLY CLEVER



Škoda Octavia  
PERFEKT FÜR DIE SCHWEIZ  
AB CHF 24'490.-\* (netto)

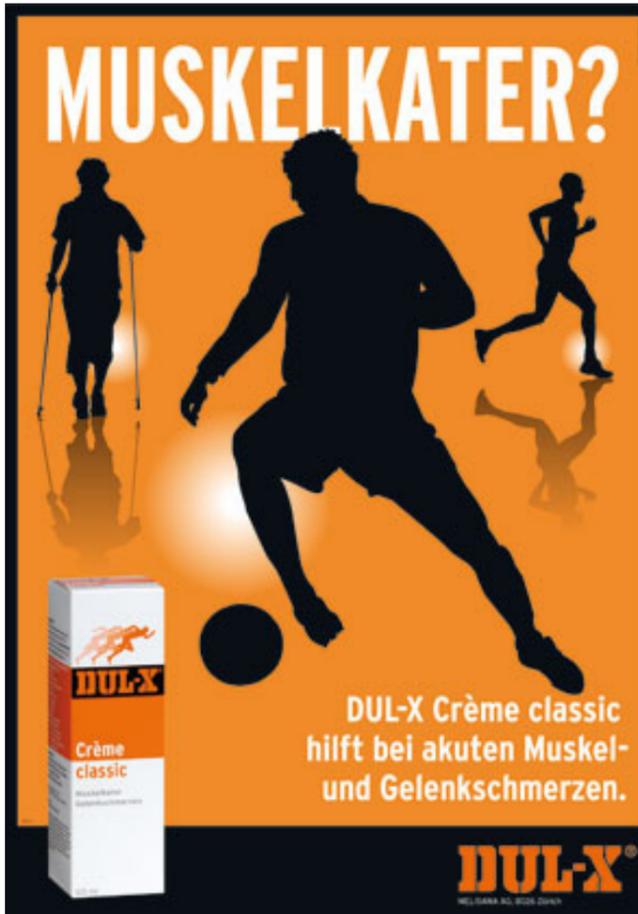
*Škoda. Made for Switzerland.*

Erleben Sie Perfektionismus made for Switzerland: frischer Look und hochmodernes Interieur, optimierte Sicherheit und neue Xenon-Scheinwerfer sowie die beiden neuen Motoren 1.4 I TSI mit 122 PS/90 kW und 1.8 I T-FSI mit 160 PS/118 kW (beide mit 7-Stufe n-Automatik DSG erhältlich, der 1.8 I T-FSI auch als 4x4). Der Škoda Octavia und die Schweiz: schlicht ein perfektes Paar. [www.skoda.ch](http://www.skoda.ch)

\* Škoda Octavia Combi Entry, 1.6 l, 102 PS/75 kW, 5 Türen. Der angegebene Preis entspricht nicht dem abgebildeten Modell. Empfohlener Verkaufspreis inklusive 7,6% MwSt. Treibstoffverbrauch/CO<sub>2</sub>-Ausstoss: Verbrauch gesamt 7,4 l/100 km, CO<sub>2</sub> 176 g/km. Energieeffizienz-Kategorie: D. Mittelwert aller Neuwagenmarken und Modelle in der Schweiz: 204 g/km.

**AMAG Winterthur, Skoda Center**  
Zürcherstrasse 240, 8406 Winterthur-Töss  
Telefon: 052 208 31 31, Telefax: 052 208 31 29  
[www.winterthur.amag.skoda.ch](http://www.winterthur.amag.skoda.ch)  
e-mail: [skodacenter.winterthur@amag.ch](mailto:skodacenter.winterthur@amag.ch)

# MUSKELKATER?



**DUL-X Crème classic**  
hilft bei akuten Muskel- und Gelenkschmerzen.

**DUL-X**  
HELIGER & CO. AG ZÜRICH

Spezialgeschäft für Fussballspieler  
Handballer und Läufer



**FUSSBALL CORNER**  
Oechslin  
8006 Zürich  
Schaffhauserplatz 10

Ladenöffnungszeiten:  
Mo – Fr 9.00 – 18.30  
Sa 9.00 – 16.00  
Tel. 044 362 60 22  
Fax 044 363 97 65  
[www.fussball-corner.ch](http://www.fussball-corner.ch)  
E-Mail: [info@fussball-corner.ch](mailto:info@fussball-corner.ch)



**R. STEINER GmbH**  
BAUUNTERNEHMUNG

**Umbauten – Renovationen – Kundenarbeiten**

Postfach 6758 8050 Zürich  
Tel. 044 – 312 57 48

Aegertenstrasse 12  
8305 Dietlikon  
Tel. 044 – 833 12 64

Natel 079 – 665 81 42 Fax 044 – 821 85 17



Eisen- und Metallbau  
Stahlbau  
Blechbearbeitung  
Sicherheitsanlagen  
Spezialkonstruktionen

**Schneebeli**  
Metallbau + Sicherheitstechnik

Schneebeli Metallbau AG [www.schneebeli.com](http://www.schneebeli.com)

Büros:  
Schaffhauserstrasse 307  
8050 Zürich  
Telefon 044 318 60 70  
Telefax 044 318 60 71

Werkstatt:  
Industriestrasse 7  
8305 Dietlikon  
Telefon 044 805 60 10  
Telefax 044 805 60 11

# The Number 1 for Running

# ERFREULICH – WENN AUCH ETWAS UNTERKÜHLT

Der LCZ **beteiligt sich mit CHF 300 000 an der EM 2014** in Zürich und ehrt seine beiden erfolgreichsten Nachwuchsathleten

Text Horst Tischler Foto Dieter Baumgartner



**JUNGSTARS**  
Dominik Alberto  
und Beni Gföhler  
erhielten den  
Nachwuchspreis

**W**ie erwartet, trafen sich Aktiv- und Passivmitglieder, jung und älter, recht zahlreich zur diesjährigen Generalversammlung des Leichtathletik-Klubs Zürich in der Turnhalle des Stadions Letzigrund. Um es vorwegzunehmen, Erfreulich in der Ueberschrift bezieht sich auf die GV, das Unterkühlte auf die Turnhalle, es war an diesem Abend schon etwas unangenehm, wer seine Jacke anbehalten hat war gut beraten. Nichtsdestotrotz, die Stimmung war gut, was sicher auch daran lag, dass man sich bereits kulinarisch gepflegt hatte.

Pünktlich um 19.00 Uhr eröffnete Präsident Ernst Alder die Sitzung. Nach einer kurzen Einführung galt es, die ersten Traktanden abzuhandeln. Wahl der Stimmzähler und Protokoll waren wie immer rasch erledigt. Richtigerweise etwas ausführlicher der Bericht des Präsidenten, da gibt es naturgemäss mehr dazu zu sagen; blickten wir immerhin auf ein ereignisreiches und auch erfolgreiches Jahr zurück. Herausragende Ereignisse dabei die Schweizer Einzelmeisterschaft und wie üblich Weltklasse Zürich, über beide Events wurde letztes Jahr ausführlich berichtet.

## Ein erkleckliches Sümmechen für die Europameisterschaft 2014

Weiter ging's mit den Finanzen. Der Finanzchef möge es mir verzeihen, wenn ich darüber nicht so ausführlich berichte wie sonst. Fakt ist, dass die finanzielle Situation mehr als zufriedenstellend ist und das bei der momentanen Wirtschaftslage. Das ermöglicht, und das ist das, was ich besonders hervorheben möchte, dem Verein dem Projekt Europameisterschaft 2014 den stolzen Betrag von Fr. 300000.-, in Worten Dreihunderttausend Franken beizusteuern. Das beweist einmal mehr, dass beim LCZ Mittelbeschaffung, Mittelverwendung, kurz der Finanzhaushalt bestens funktioniert. Lob und Dank dem Finanzchef und all denen, die darin involviert sind. Der Antrag, sich mit diesem Betrag an der Trägerschaft zu beteiligen, wurde einstimmig gutgeheissen.

Wenn Patrick Magyar das Rednerpult betritt, kann man sich auf äusserst interessante Ausführungen gefasst machen. Und es war auch diesmal nicht anders. Thema waren die Europameisterschaften 2014, welche, wie inzwischen bekannt ist, in Zürich stattfinden werden und die Förderung von Athleten hier im Lande von internationalem Format. Patrick in-

formierte umfassend, zu erwähnen wäre, dass zu diesem Zeitpunkt die Austragung noch nicht sicher war.

Was das Projekt «Swiss Starters 2014» betrifft, möchte ich auf Grund der Komplexibilität dieses Unterfangens in einem anderen Bericht darauf zurück kommen.

Dass unser Vorstand uneingeschränktes Vertrauen besitzt, wurde in den anschliessenden Wahlen bestätigt, er wurde in Globo wiedergewählt. Nicht mehr zur Verfügung stand allerdings Felix Loretz, Nach sieben Jahren Vorstandstätigkeit wechselt er ins Trainerlager. Er wird seine Erfahrung künftig den Aktiven weitergeben. Den Vorstand wieder komplett macht Martin Nyfeler, der sich der Versammlung kurz präsentierte.

## Showtalente Martinez, Hochuli und Santini

Nach dem personellen Teil gab Andy Schelbert einen kurzen Rückblick auf ein überaus erfolgreiches Sportfest, welches darüber hinaus auch finanziell einträglich war. Wer im Sommer dabei war, kann das nur bestätigen.

Der Ausklang der Versammlung war den Ehrungen vorbehalten. Richtigerweise wurden diese im gebührenden Rahmen abgehalten. Ausser der Laudatio gab es bei dem einen oder anderen noch einen kleinen Film dazu, was zum Unterhaltungswert dieses Traktandums beitrug, vor allem der bühnenreife Auftritt von Alex Martinez, Alex Hochuli und Fausto Santini im Krafraum. Damit haben die drei sich schon ein zweites Standbein geschaffen, sollten sie einst ihre Karriere als Sportler beenden.

Die GV 2010 ist wieder Vergangenheit, das Sportjahr kann in Angriff genommen werden.

Für die Aktiven wie auch für die Vereinsführung gilt es Ziele zu erreichen, die durchaus hochgesteckt sein dürfen. Am Ende wird abgerechnet und ich bin überzeugt, man wird wieder zufrieden sein. ✨

**mp** megaprint

**Vereinsdrucksachen  
Beschriftungen  
Textildruck**

- Vereinskalendar / Sportkalendar
- Allgemeine Vereinsdrucksachen: Visitenkarten, Briefpapier, Couverts, und vieles mehr...
- Programmhefte, Vereinschroniken, etc.
- Beschriftungen: Blachen, Fahnen, Bandenwerbung, etc.
- Textil-Druck

**Professionelles Vereinsmarketing muss nicht teuer sein!**

Die Nummer für all Ihre Anliegen!  
**Tel. 079 211 03 01**

**Unser Fabrikations-Programm:**

Schaufenster-Anlagen  
Eingangspartien in Stahl und Aluminium  
Fenster und Türen in Stahl und Aluminium / wärmeisoliert  
Automatische Schiebetüren, auch als Paniktüren  
Schiebetüren  
Schiebe- und Falttore  
Drehtüren und Gittertore  
Rauch- und flammendichte Türen  
PTT-Schalteranlagen in Verbund sicherheits- und Panzerglas  
Dienstleistungstüren  
Telefonkabinen  
Gitter und Gittertüren



ALTORFER AG METALLBAU  
8307 EFFRETIKON



**SANITÄR** Arthur Föllmi  
Sanitäre Installationen

planen  
installieren  
reparieren  
preiswert  
zuverlässig  
prompt

Auwiesenstrasse 18  
8050 Zürich  
Telefon 044 321 31 12

**Für Telefon- und Elektro-  
Installationen**

**Grob+Co**

Grob + Co. Elektro AG  
8047 Zürich, Liebensteinstr. 6  
Tel. **044 406 28 28**

**graf treuhand**

8494 Bauma  
Telefon 052-397 12 12  
Fax 052-397 12 17  
Natel 079-432 54 44

Hanspeter Kühnis

**kami**  
Textildruck Siebdruck

**SWITCHER.**

Südstrasse 10  
Postfach 355  
8304 Wallisellen  
Tel. 044 830 57 57  
Fax 044 830 41 83

**Pretto Metall bau**

Inhaber: Rolf Braun

Verarbeitung von Stahl,  
Aluminium und Acrylglas.

Fabrikation von Verkehrs-Signal-  
trägern, Leuchtreklamen und  
Anschlagkasten.

Auhofstrasse 19  
8051 Zürich  
Telefon 044 322 28 20

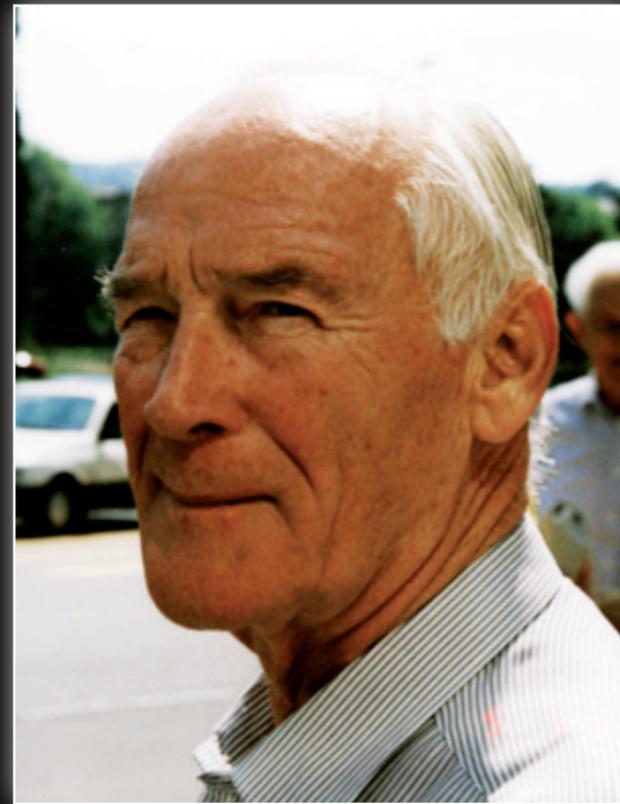
UNSER EHRENMITGLIED  
**KARL VENHODA**  
92-JÄHRIG GESTORBEN

Karl Venhoda, **unser verdientes Ehrenmitglied**, wurde am 15. März 2010 im Alter von 92 Jahren von seinen Altersbeschwerden erlöst und durfte friedlich einschlafen. Eine Gruppe «Gmüetliberger» hat am 25. März 2010 in der Friedhofskapelle Höneggerberg von ihm Abschied genommen.

Text: Albert Brunner

**K**arl trat dem LCZ 1937 bei, er hat demnach unserem Club während 73 Jahren die Treue gehalten. In seinen jungen Jahren war er ein erfolgreicher Langstreckler, aber seine grossen Verdienste für unseren Verein erwarb er sich in den 40er und 50er Jahren als Funktionär. So leitete er zusammen mit seiner Frau Heidi während 16 Jahren unser Club Sekretariat. Von 1944-49 und 1951/52 war Karl zudem TK-Chef. Stets wurde er tatkräftig von seiner Frau unterstützt.

Persönlich sind mir als damaligem Schüler Athleten und Junioren Athleten die vielen Sommertage in Erinnerung, als Heidi und Karl Venhoda bei unseren LA Meetings mit grosser Hingabe und Kompetenz die administrativen Arbeiten erledigten. Karl engagierte sich auch als Trainingsleiter. Seine letzte Tätigkeit in unserem Club endete 2002, nachdem er während einiger Jahre die «Gmüetliberger» Gruppe geleitet hatte. Angesichts seines vielfältigen Wirkens zugunsten unseres



**KARL VENHODA**

Während eines Seniorenausflugs 1998 ins Strohmuseum Wohlen

Clubs war die – leider sehr spät erfolgte – Verleihung der Ehrenmitgliedschaft hochverdiert.

Karl war in unserem «Gmüetliberger» Kreis mit seinem trockenen Humor ein geschätzter Kamerad. Lange wurde er jeweils von seinem wohlherzogenen Dackel-Hündchen begleitet, später kam er alleine, solange als ihm sein schwächer werdendes Augenlicht die Anreise zum «Gmüetliberg» noch erlaubte.

Wir «Gmüetliberger» haben Karl in seiner Altersresidenz in Höngg und später in der Hauser-Stiftung regelmässig besucht. Dabei mussten wir feststellen, dass sich sein Zustand zunehmend verschlechterte. Nun hat der Tod seinem nicht mehr freudvollen Leben ein gnädiges Ende gesetzt. Karl wird in unserer Erinnerung weiter leben als ein LCZler, der unserem Club mit Leib und Seele diente. Dafür bleiben wir ihm dankbar. Auch an dieser Stelle sprechen wir Karls Familie unser herzliches Beileid aus. ☀

KURZ VOR REDAKTIONSSCHLUSS, BEKAMEN WIR DIE TRAURIGE NACHRICHT, DASS UNSER AKTIVMITGLIED

**ARMIN WANGER**

wohnhaft gewesen im Tessin, geboren 07. Dezember 1920, **nach 72 Jahren Clubmitgliedschaft** am 28. Mai 2010 verstorben ist. Wir trauern um einen lieben Kameraden. Der Seniorenvorstand.



# ... IN DER BUNDESHAUPTSTADT

AUSFLUG INS ZENTRUM PAUL KLEE AM 8. MAI 2010 MIT FÜHRUNG IM MUSEUM.



DIE LCZ SENIOREN GIESSEN DEN GEPFLEGTEN APÈRO VOM SCHÖNGRÜN MIT VIELEN SMALLTALKS.

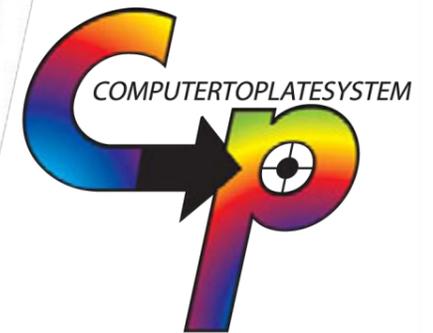


DIE RUNDFAHRT MIT DEM BUS BRACHTE UNS AUCH AN DEN BÄRENGRABEN, DIE JUNGEN BÄREN WAREN JA SO SÜSS.



NACH DEM SCHLUSSSPAZIERGANG IN DEN VERWINKELTEN GASSEN (ZIBELEGÄSSLI) WURDE UNS IM HOTEL BERN DAS NACHTESSEN SERVIERT.

Layout, Digital, Satz, Bild, Druck, Ausrüsten



Schraner Druck AG

Meier-Bosshard-Strasse 5

8048 Zürich

Telefon 044 43178 22

Fax 044 43112 10

e-mail: schranerdruck@bluewin.ch



**Engagement für Energie**  
Wir investieren in die Zukunft.

Erdgas Zürich engagiert sich für kommende Generationen:  
Als Sponsor des Leichtathletik Club Zürich und durch den  
Einsatz von Erdgas und erneuerbaren Energien.

**erdgaszürich**

Hauptsponsor LCZ

Erdgas Zürich AG · Aargauerstrasse 182 · Postfach 805 · 8010 Zürich  
Tel. 043 317 22 22 · Fax 043 317 20 20 · [www.erdgaszuerich.ch](http://www.erdgaszuerich.ch)