

LCZ Magazin

Informationsblatt des Leichtathletik Club Zürich

Trainingslager
Die Berichte

Interview
Felix Loretz

BLOCKI & HÜRDJ
Ein Sportmärchen

Letziabstimmung
Der Schlusspurt

proLetzigrund
SPORT- UND KULTURARENA

erdgaszürich

Hauptsponsor

**Sport sorgt für Spannung.
Wir für den Strom.**



**Elektroinstallationen
«Open-air» für Sportanlagen.**

Kumler+Matter

Elektroinstallationen für Aussenanlagen/VRA
Hohlstr. 176, 8026 Zürich, Tel. 044 247 49 00,
Fax 044 247 49 49. Verlangen Sie Hans Diem,
Heinz Brandenberger oder Marcel Mayer.

**Nova Fitness
Club**

Unsere einzigartige Trainings-Infrastruktur mit einem hochmodernen Gerätepark, einem grossräumigen Aerobic-Raum, Trainingsmöglichkeiten im Freien und einer eigenen Physiotherapie erfreut sich grösster Beliebtheit. Wellness-Liebhaber finden bei uns neben zwei grossflächigen Saunalandschaften mit Saunen, Dampfbäder und Eukalyptus-Räumen auch ein grosses Schwimmbad und einen entspannenden Whirlpool.

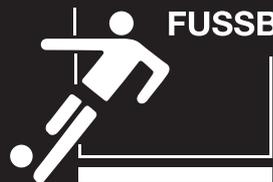
Wir sind 365 Tage im Jahr für Sie da!

Im InterContinental Zurich, Badenerstrasse 420, 8040 Zürich
Tel: 044 492 59 64 Fax: 044 491 85 26



Bleiben Sie fit – bereits ab CHF 125.– / Monat
<http://www.novafitness.ch>

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

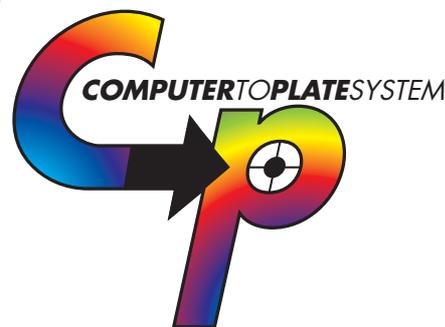
Fax 044 363 97 65

www.fussball-corner.ch

E-Mail: info@fussball-corner.ch

**The Number 1
for Running**

Layout, Digital Satz, Bild, Druck, Ausrüsten



Schraner Druck AG

Meier-Bosshard-Strasse 5

8048 Zürich

Telefon 044-43178 22

Fax 044-431 12 10

e-mail: schranerdruck@bluewin.ch

Trainingslager

Nah ...

Die LCZ-Nachwuchslager haben Tradition! Die Jüngsten reisen jeweils an den Kerenzberg nach Filzbach, wo sie in den Genuss der modernen Sportanlagen kommen, derweil die etwas Älteren im Centro sportivo in Tenero ihre Zelte aufschlagen. Was geschieht, wenn unser Nachwuchs eine Reise tut ...

... und Fern

Südafrika war einst ein Geheimtipp in Sachen Trainingslager. Diesen Winter jedoch flohen unsere Athleten gleich in Scharen vor der eisigen Kälte in den südafrikanischen Sommer, wo sie weit mehr als nur erstklassige Trainingsbedingungen antrafen. Eine Bildercollage versucht einen Funken vom unbeschreiblichen Reiz der einstigen britischen Kolonie zu vermitteln.


Impressum

Nr. 1, Mai 2005

Redaktionsadresse:

Leichtathletik-Club Zürich
Postfach 1721, 8040 Zürich
E-Mail: lcz@lcz.ch

**Gesamtverantwortung und
Koordination Redaktion/Technik**
Adrian Hänni

Layout und Gestaltung
Adrian Hänni

Technische Herstellung
Schraner Druck AG

Textbeiträge:

Albert Brunner, Frank Gloor, Ernst Jäckli,
Ursula Hintermeister, Samuel Mettler,
Catherine Manigley, Peter Knuchel,
Mike Gassmann, Andreas Schelbert,
Adrian Hänni

Fotos:

Dieter Baumgartner, Andreas Schelbert,
Samuel Mettler, Felix Loretz, Jeanot Wälti

Auflage

1300 Exemplare
Erscheint 4 x jährlich

Titelbild:

Gerry Weber und Ernst Jäckli, zwei Frontkämpfer für das neue Stadion Letzigrund.

Halle: 1,92m - und die Lust auf mehr!	Seite 5
Zürich Marathon: Vom Quereinsteiger zum Überflieger Muskeln wie Stahlseile	Seite 6 Seite 8
Interview: Felix Loretz	Seite 14
Trainingslager Varazze	Seite 20
Trainingslager Kienbaum	Seite 22
GV: Das Factsheet	Seite 28
Blocki & Hürdi: Ein Sportmärchen	Seite 30

Rubriken

- LCZ People
- Senioren

**Seite 27
Seite 32**

LETZIABSTIMMUNG AM 5. JUNI 10

XXL

McDonald's hat das Extralargemenü gestrichen, wir führen es ein! Gerade blättert ihr in 36 Magazinseiten - die bisher grösste Ausgabe unseres Klubheftlis. Extralarge ist aber nicht nur die Seitenzahl, sondern auch diejenige der Autoren: 10 verschiedene LCZler haben zu dieser Nummer einen Text beigetragen! (Dazu kommen die vielen Nachwuchsathleten, die an den Reportagen aus Filzbach und Tenero mitgeschrieben haben.) Somit ist nach zwei Jahren definitiv der Level an Vielseitigkeit und aktiver Teilnahme einer breiteren Vereinsschicht erreicht, den ich mir bei der Übernahme der Redaktion gewünscht hatte. Ich möchte deshalb an dieser Stelle einmal all jenen für ihren Einsatz danken, die - oft zu nächtlicher Stunde - ihre Bleistifte gespitzt oder die Betriebssysteme hochgefahren haben. Ich zähle weiterhin auf eure Mithilfe!



Ein Prunkstück: Das neue Stadion Letzigrund.

dions kommunizieren. Alle in der Stadt Zürich Stimmberechtigten erhalten eine Zusatzaufgabe: Am Abstimmungssonntag ausnahmsweise nicht verschlafen, also mindestens drei Wecker stellen und die Nachbarin zum Weckdienst abkommandieren. Oder besser noch heute brieflich abstimmen! Denn: Extralarge sind die Qualität des eindrucklichen Bauwerks, aber auch der Aufwand, mit dem die Promotion betrieben wurde. Alle Infos findet ihr in dieser Nummer.

Extralarge war obendrein der Sprung von Corinne Müller an der Hallen-SM. 1,92m bedeuten (Hallen-)Schweizerrekord. Herzliche Gratulation! Andreas Schelbert versucht zu illustrieren, was

ein Sprung über diese gewaltige Höhe bedeutet und lässt sich dabei auf ein gefährliches Abenteuer ein! Neben unserem Hochsprungass sorgte noch eine andere Dame im LCZ-Dress für Furore. Claudia Oberlin siegte nämlich am Zürich Marathon. Doch auch die Leistung aller anderen, welche die beschwerlichen 42,195 Kilometer bewältigten, ist extralarge! LCZ Magazin würdigt deshalb den beherzten Effort zweier Finisher aus unsren Reihen mit einer Reportage.

Viel Vergnügen bei der Lektüre und Erfolg in der frischen Saison: Natürlich extralarge!

Adrian Hänni, Redaktor

Direkte Demokratie macht glücklich! Gemäss einer wissenschaftlichen Studie wirkt sich die Möglichkeit der politischen Partizipation positiv auf die Lebenszufriedenheit aus. Damit auch wir LCZler von der direkten Demokratie beglückt werden, braucht es **am 5. Juni ein klares zweifaches Ja zu den Letzigrundvorlagen**. Da im Schlusspurt alle gefordert sind, erlaube ich mir für einmal Hausaufgaben zu verteilen! Für das Plenum: Ihr müsst nochmals bei jeder Gelegenheit kräftig für den Letzi werben und die Vorteile des neuen Sta-

Excelsior Herrenmode für sportliche und weniger sportliche Grössen.
Löwenstrasse 56, 8001 Zürich, Telefon 044 211 42 93

EXCELSIOR
ZIEHT MÄNNER AN!

1,92m - und die Lust auf mehr!

Die Hallen-SM mit Höhepunkt von Corinne Müller

Von Andreas Schelbert

Gefreut hat sie sich ähnlich wie Yelena Isinbayeva bei ihren bereits unzähligen Weltrekorden im Stabhochsprung - gut, so übertrieben und künstlich auch wieder nicht. Corinne Müller strahlte vor tiefster Freude über ihren Schweizerrekord. Während 12 Jahren hatte der Hallenrekord im Hochsprung von 1,91m bestanden, ging aufs Konto von Sieglinde Cadusch vom TV Unterstrass. Jetzt gehört dieser Schweizerrekord also ihr, und das ganz alleine, denn eben über 1,92m ist in der Schweiz in der Halle noch nie eine Frau gesprungen. Corinne sorgte mit ihrer tollen Leistung für das Highlight an der Hallenmeisterschaft in Magglingen. Die Qualifikation für die Hallen-EM hatte sie sich ja bereits am Wochenende zuvor an gleicher Stätte gesichert. 1,92m ist schon ziemlich hoch. Ich spreche da aus ei-

gener Erfahrung. Nicht dass ich diese Höhe selber schon mal gemeistert hätte, nein, ich bin Hürdenläufer und nicht Hochspringer. Aber ich grüsse bereits seit einigen Jahren genau von dieser Höhe aus meine Mitmenschen, also natürlich nicht ich, sondern mein Haar oder meine Kopfhaut oder so. 1,92m, genau so gross soll der Schelbi nämlich sein und genau über diese Höhe ist Corinne Müller also auch in der Halle gesprungen. (Im Freien hat sie das ja bereits in Cottbus geschafft.) Was läge hier näher, als nun diesen Text dazu zu gebrauchen, einen Show-Wettkampf anzukündigen. Corinne wird nämlich versuchen, auf einer von ihr ausgesuchten Anlage, direkt über mich zu springen. Man stelle sich das vor, die Corinne fliegt über den Schelbi! Ein Hammerevent! Moment mal...Ich denke, es gibt manch Besseres, als sich in eine so schwierige Situation zu begeben. Selbstver-



Springt Corinne Müller demnächst über Schelbi?

ständiglich habe ich in Corinnes Fähigkeiten als Hochspringerin vollstes Vertrauen. Ich bin überzeugt, dass sie noch ein ganzes Stück höher springen kann. Aber trotzdem, würdet ihr euch das trauen? Also gut, wir machen einen Deal: Wenn Corinne auch noch den Schweizerrekord im Freien knackt, und der liegt bei 1,95m, dann stelle ich mich für ein Show-Hochspringen zur Verfügung. Dann stehe ich als Hochsprunglatteersatz (oder so) hin, mit sämtlichen Konsequenzen, die da dann auf mich zukommen könnten, aber hoffentlich dann nicht kommen, so Gott denn will! (Ich möchte ja noch ein bisschen weiterleben.) Wobei ich das ja auch nur machen könnte, wenn unsere Hochspringerin einverstanden wäre. Und das ist nun also mein allerletzter Strohhalm an dem ich mich halten kann, nämlich, dass sich Corinne einen solchen Sprung gar

nicht zutraut. Die Irritation von meiner Seite könnte doch beträchtlich sein, oder Corinne?

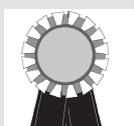
Ist schon unglaublich, in was man sich reinsteigern kann, wenn man in entspannter Atmosphäre bei Kerzenschein und einem Glas Mineralwasser einen Text über einen Schweizerrekord im Hochsprung schreibt. Bleibt zum Abschluss noch ein ernst gemeinter Aufruf: Mit dem Hallen-Schweizerrekord von 1,92m hat uns Corinne ein weiteres Mal gezeigt, was in ihr steckt. Unterstützen wir sie gemeinsam und tragen sie in noch luftigere Höhen, nämlich an die Weltmeisterschaften in Helsinki (Limite: 1,92m) und zum Schweizerrekord im Freien! Wie gesagt, der liegt bei 1,95m!

Die Medaillengewinner am Hallenchampionat



Gold

Corinne Müller (Hoch)
Saskia Girsberger (60mH)
Alex Hochuli (Hoch)



Silber

Simone Oberer (60mH, Weit)
Andi Baumann (60m)
Steivan Pitsch (Hoch)



Bronze

Corinne Müller (Drei)
Claudia Oberlin (3000m)

Vom Quereinsteiger zum Überflieger

Roland Zehnder erzielt im Langdistanz-Laufen stetig verbesserte Resultate

Beim diesjährigen Zürich Marathon verbesserte der Altendörfler Roland Zehnder seine persönliche Bestleistung um unglaubliche 14 Minuten. In Fachkreisen überraschte dieser Exploit nach den Resultaten der vergangenen Monate nicht. Weit aussergewöhnlicher ist da der sportliche Werdegang des Quereinsteigers.

Einst Weitspringer, dann Kugelstösser und nun Marathonass: Roland Zehnder?



Von Peter Knuchel

Ein Läufer kommt meist schon in jungen Jahren zu seinem Sport - oder besser gesagt, der Sport drängt sich ihm auf. Für gewöhnlich ist es in der Jugendriege des örtlichen Turnvereins, wo die Fähigkeiten jedes einzelnen bald einmal über

den weiteren sportlichen Werdegang entscheiden: Der Kräftige versucht sich beim Kugelstossen; wer schnell ist, wird Sprinter und so weiter. Anders verhält es sich bei den Läufern. Sie rekrutieren sich aus den hoffnungslosen Fällen, jenen, die sonst kein spezielles Talent aufweisen. So wird das sportli-

LCZ-Sieg am Zürich Marathon

Grosser Sieg für Claudia Oberlin! Die LCZ-Marathonlady triumphierte bei der dritten Auflage des Zürcher Citymarathons. Mit einer Zeit von 2:34:38 scheiterte sie jedoch an der Limite für die WM in Helsinki, die bei 2:33:00 liegt. Eine Krise zwischen der Halbmarathonmarke und dem 30. Kilometer bedeutete das jähe Ende der WM-Träume. In fast allen Ländern hätte sich Claudia mit ihrer Leistung trotzdem locker für die Titelkämpfe qualifiziert, der SLV dagegen verschärfte seine Limite im Hinblick auf die Olympischen Spiele in Athen und setzte sie gleich zwei Minuten unter die von der IAAF geforderten 2:35. Ein zumindest zweifelhafter Entscheid! Die 26-Jährige Zukunftshoffnung wird nun - so es der SLV zulässt - im Herbst an der Halbmarathon-WM in Edmonton an den Start gehen und danach beim Marathon in Frankfurt die Limite für die EM 2006 in Göteborg anpeilen. Neben Claudia Oberlin wagten sich aber auch andere LCZler auf die berühmt-berüchtigten 42,195 Kilometer: Nachwuchscoach Mike Gassmann lief ebenso wie der vor einem Jahr in unserer Laufschmiede getretene Märchler Roland Zehnder. Ihre unterschiedlichen Schicksale erfährt ihr auf diesen Seiten.

graf treuhand

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

ROBERT URECH ARCHITEKTURBÜRO

Empfiehlt sich für die Projektierung und Leitung Ihrer Bauvorhaben. Neubauten, Umbauten und Sanierungen.

Zürichbergstrasse 84, 8044 Zürich
 Telefon 044 - 252 23 15


**Willensstärke und Enthusiasmus
zeichnen Roli aus.**

frau-Marathon - 42,195 Kilometer mit 1800 Höhenmetern - musste es gleich eine Extrem-erfahrung sein.

Mit Wille und Enthusiasmus

Damit war der Funken übergesprungen und Zehnder vom Lauf-Virus befallen. Trainingsumfang und Intensität wurden in der Folge stetig gesteigert; alles unter der Ägide von Pius Stucki, Turnerkamerad beim KTV Altendorf und seines Zeichens selber Spitzenathlet nationalen Kalibers. "Roli ist kein ausgesprochenes Talent, aber er macht das mit Willensstärke und Enthusiasmus wett", kommentiert der Tuggner die Qualitäten seines Schützlings. Dass man es mit diesen Eigenschaften weit bringen kann, zeichnete sich schon bald ab. Mit einer Zeit von 4:15:47 hatte Zehnder seinen ersten Jungfrau-Marathon beendet. Eine Zeit, die er bei der zweiten Teilnahme im vergangenen Herbst um 34 Minuten unterbieten sollte. Resultatmässig bedeutete dies einen Sprung von Rang 325 auf 52.

Optimierung als Ziel

Sein Meisterstück lieferte der Altendörfler allerdings beim diesjährigen Zürich Marathon ab. Mit einer Zeit von 2:35:03 verbesserte er seine Bestleistung aus dem Vorjahr um mehr als 14 Minuten. Seinen Kilometerschnitt drückte er dabei von 4:01 auf 3:40 und belegte den 40. Gesamtrang, wobei sich nur gerade 16 Schweizer vor ihm klassierten. Das Erfolgsrezept des 26-Jährigen tönt erfrischend simpel: Die Freude am Laufen und das Training in einer tollen Gruppe seien sein Antrieb. Bescheiden gibt sich Zehnder auch beim Formulieren seiner weiteren Ziele: "Beim nächsten Jungfrau-Marathon will ich in die Top 50 laufen." Beängstigend wird es allerdings dann, wenn er auch in Zukunft seine Ziele in Riesenschritten umsetzen sollte.

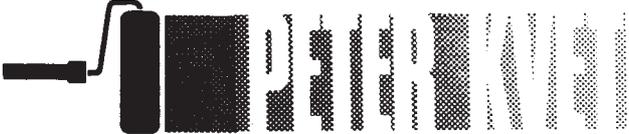
che Schicksal eines Langstrecklers meist schon in jungen Jahren besiegelt. Anders hat es sich beim Altendörfler Roland Zehnder zugetragen - er ist das klassische Beispiel eines Quereinsteigers.

Faszination Ausdauersport

Begonnen hat Zehnders Karriere allerdings auch in der gut schweizerischen Wiege für sportliche Betätigung, dem Turnverein. Im KTV Altendorf gehörte er aber eben nicht zu

diesen "hoffnungslosen Fällen" und machte sich vor allem im Weitsprung und Kugelstossen einen Namen. Von Letzterem zeugt noch heute der für einen Läufer eher muskulöse Körperbau. Schon damals war der Werkzeugmacher allerdings von Ausdauersportarten fasziniert. Es folgten Teilnahmen an verschiedenen Bike-Rennen wie dem Swiss Bike Masters oder dem Iron-Bike Einsiedeln. Zum Laufsport fand der heute 26-Jährige erst vor zwei Jahren. Mit dem Start am Jung-

Ihr Partner für Malerarbeiten



Eidg. dipl. Malermeister

Im Isengrind 6
8046 Zürich
Telefon 044/371 24 05

Muskeln wie Stahlseile

Mein erstes Marathonerlebnis



**An den Gestaden
des Zürichsees
ist Mike noch gut
unterwegs...**

Von Mike Gassmann

Nachdem ich mich für die ersten zwei Zürich Marathon-Austragungen angemeldet und verletzungshalber nicht hatte teilnehmen können, legte ich mir für die dritte Austragung eine neue Taktik zu recht: Kurzfristig über das Internet bei der Startplatzbörse eine Nummer ergattern. So melde ich mich bei Rolf, einem verletzten Läufer, drei Wochen vor dem Marathon per E-Mail. Ich erhalte seinen Startplatz umsonst, nachdem ich ihm meine Vorgeschichte geschildert habe.

Natürlich habe ich mich schon seit Anfang Januar gezielt vorbereitet, so dass ich mit Zuversicht auf meinen ersten Marathon blicken kann. Meine Lockerheit allerdings, die ich meinen Athleten immer predige, weicht, je näher der Marathon rückt, immer mehr einer Verkrampfung. Auch mit positiv Denken lässt sie sich nicht in Luft auflösen. Nun

gut, es ist ja nicht mein erster Wettkampf und meine Vorbereitungswekkämpfe fielen zufriedenstellend aus. Ich rede mir also tapfer ein, dass eine gesunde Nervosität zu einem guten Resultat gehört.

Nach mir endlos vorkommenden letzten Stunden vor der Stunde X, krieche ich am Sonntagmorgen um 5:30 Uhr aus den Federn, um Reis zu essen. (Bekömmlich und ein guter Energielieferant, wie mir meine Partnerin versichert.) Knapp eine Stunde vor dem Start bin ich in Wollishofen, wo schon reger Betrieb herrscht. Langsam kommt bei mir Vorfreude auf, denn einen Marathon zu laufen ist schon seit einiger Zeit mein Wunsch. Mit Einlaufen, letzten Ratschlägen von erfahrenen Kollegen Einholen und Bereitmachen für den Start vergeht die Zeit dann plötzlich schnell. Da das Wetter optimal ist, herrscht unmittelbar vor dem Start eine gelöste Stimmung.

Um Punkt 8:30 Uhr fällt der Startschuss, und ich laufe ruhig die ersten Kilometer und probiere meinen Rhythmus zu finden, was mir gut gelingt. Ich laufe gleichmässig und leicht von Zürich Richtung Meilen und finde mich in einer Gruppe mit der bekannten Langstreckengrösse Peter Gschwend (Erotikmarkt-Werbeträger) wieder. Sein Ziel, 2:35 Stunden, findet bei mir Anklang, da ich mich zu diesem Zeitpunkt grossartig fühle. "Also versuchst du mit Peter so lange

wie möglich mitzulaufen", nehme ich mir kurzfristig vor. Meilen erreiche ich mit guten Gefühlen und kann vor Freunden und Familienmitgliedern noch brillieren. Das böse Ende zeichnet sich dann aber schon bald wie dunkle Wolken am Horizont ab. Noch vor dem Halbmarathon fangen meine Oberschenkel an zu schmerzen. Doch ich will es nicht wahrhaben, denn die Durchgangszeit von 1:18 Stunden ausrechnen. Doch kurz darauf muss ich meine Gruppe ziehen lassen und werde meinem Schicksal alleine überlassen. Kurz und gut: Ab dem 32. Kilometer spannen sich meine hinteren Oberschenkelmuskeln wie Stahlseile, und ich marschiere grossteils Richtung Ziel. Auch Zuschauer und mich überholende Läufer, die mich immer wieder aufmuntern (Mitleid?), ändern leider nichts an meinem "Leid". Meine Partnerin, die mich während der ganzen Marathonvorbereitung und am Wettkampf unterstützt hat, versucht mich unter der "magischen 3-Stunden-Grenze" ins Ziel zu treiben. Doch es hilft alles nichts mehr, ich kann das von ihr vorgegebene Walking-Tempo nicht übernehmen... Endzeit: 3:09:04 Stunden. Gesamtrang: 620. Als Gehender im SF DRS noch für Spott gesorgt.

Wieder einmal Marathon? Eher ja...



**... doch Krämpfe
zwingen ihn
schliesslich zu
einer unfreiwilligen
Gehereinslage.**

BEZIEHUNGEN

FÜHRT MAN ZWISCHEN DEN LÄUFEN

adidas

1276

MARATHON

IMPOSSIBLE IS NOTHING



PRO Letzigrund – SAY YES!

Es sind nur noch wenige Tage bis zur Abstimmung über den Neubau des Stadion Letzigrund.

Am 5. Juni 2005 wissen wir, ob wir aufatmen und

uns auf ein neues Stadion freuen können.

Drücken wir uns dazu die Daumen!

*pro***Letzigrund**
SPORT- UND KULTURARENA

Wenn Sie noch nicht abgestimmt haben, so tun Sie es jetzt!

Die Zeichen für ein positives Abstimmungsresultat stehen gut. Trotzdem sind wir auf jede einzelne Stimme angewiesen und hoffen, dass jedes LCZ-Mitglied mit Stimmrecht in der Stadt Zürich an dieser Abstimmung teilnimmt. Für uns LCZler ist es entscheidend, ob wir weiterhin in der Stadt Zürich über ein Leichtathletik-Stadion verfügen. Um weiterhin den Golden League-Status zu behalten, benötigen wir in Zürich ein Stadion, das den Forderungen des Internationalen

Leichtathletikverbandes (IAAF) entspricht. Der VfG ist der wichtigste Geldgeber des Leichtathletikclubs Zürich. Ohne seinen finanziellen Beitrag, der dank dem Meeting erarbeitet wird, müssten wir im LCZ bedeutend kleinere Brötchen backen. Aber auch für unsere Trainingsmöglichkeiten und Wettkämpfe ist eine zeitgemässe Anlage dringend notwendig. Selbstverständlich sind wir Leichtathleten nicht die einzigen Nutzer. Wir teilen das Stadion mit dem Fussball, anderen Sportar-

ten, dem kulturellen Bereich und verschiedenen Veranstaltungen. Dies ist ja der grosse Vorteil des multifunktionalen Stadions - es ist für alle!

Der LCZ unterstützt das Neubauprojekt mit unglaublichem personellem Engage-

ment und einem beträchtlichen finanziellen Beitrag in der Kommunikation. Jetzt, kurz vor dem Abstimmungstermin, erlauben wir uns einen kurzen Rückblick in Form einer groben Zusammenfassung über die gelaufenen LCZ-Aktionen.

- *Fachstelle für sämtliche erforderlichen Aspekte seitens der Leichtathletik im Stadion*
- *Teilnahme an der Wettbewerbsjurierung*
- *Erstellen des Marketingkonzeptes und Umsetzung des Kommunikationskonzeptes "Sieger"*
- *Modell-Präsentationen mit dem LCZ-Promoteam an mehr als 45 Ausstellungstagen*
- *Wettbewerb mit Auflage 15'000 Stück (Wir mussten zweimal nachdrucken.)*
- *Vorträge durch LCZ-Opinion-Leader an ca. 25 Veranstaltungen*
- *35 bis 40 Einzelgespräche mit wichtigen Persönlichkeiten der Stadt Zürich*
- *Diverse Beiträge und Inserate in verschiedenen Zeitschriften und Magazinen*
- *Finanzielle Unterstützung der ProSportstadt Zürich Kampagne "Sympathieträger"*

Offizieller
Massagedienst

DUL-X®

Hält in Bewegung
Für Muskeln und Gelenke

DUL-X Produkte sind in Apotheken und Drogerien erhältlich.
DUL-X® by BIOKOSMA SA · CH-9642 Ebnat-Kappel

Im Sommer 2008 sollen die Leichtathletikstars auf dem neuen Letzigrund einlaufen.

Allen, die in irgendeiner Form mitgeholfen haben, dieses riesige Engagement zu bewältigen und für ein positives Abstimmungsresultat zu kämpfen, möchten wir an dieser Stelle von Herzen danken! Ein spezieller Dank geht dabei an Gerry Weber, der sich für dieses Projekt mit hunderten von Stunden eingesetzt hat. Als Architekt wird er das Projekt bis zum Eröffnungsfest auch weiterhin für den LCZ begleiten.

Für uns, die wir vielleicht am 5. Juni jubeln können, geht eine intensive Zeit zu Ende. Wir möchten Ihnen danken und mit Ihnen auf einen hoffentlich positiven Ausgang anstossen.

*5. Juni 2005
ab 14 bis ca. 19 Uhr
im VIP-Village im Stadion
Letzigrund*

Mit herzlichem Dank für die tolle Zusammenarbeit

Ursi Hintermeister



Zeitplan **Stadion Letzigrund**

24. März 2005	Auflage Gestaltungsplan mit Rekursfrist von 30 Tagen
5. Juni 2005	Volksabstimmung über den Objektkredit
Juni 2005	Ausschreibung der Baubewilligung mit Rekursfrist von 30 Tagen
Juli 2005	Ohne Rekurse Fussball EURO 2008 gesichert
Dezember 2005	Baubeginn
August 2006	Meeting Weltklasse Zürich
Sommer 2007	Fertigstellung des neuen Stadions Letzigrund
Juni 2008	Fussball EURO 2008
August 2008	Meeting Weltklasse Zürich

«So lang uns die Füße tragen...»

Auf Promotour vom MM Wiedikon via Letzipark zum MM Altstetten

Von Ernst Jäckli

Im Hinblick auf die Stadtzürcher Volksabstimmung vom 5. Juni 2005 und als Ergänzung zu den "offiziellen" Informationsveranstaltungen haben wir, das "Fähnlein der zwölf Aufrechten", von Ende Januar bis Anfang April in einer Art "Tour de Zürich" das Modell und das Projekt für den neuen Letzigrund präsentiert und das Gespräch mit Jung und Alt nicht nur gesucht, sondern auch gefunden.

Was wir dabei erfahren haben, möchtet ihr wissen? Vieles, um nicht zu sagen alles!

Schon beim Aufstellen der raffiniert konstruierten Pro Letzigrund-Wand kamen die ersten Fragen, allerdings nach dem Namen des Standbauers, und nicht zum Stadion...

Der Pro Letzigrund-Wettbewerb mit seinen für derartige Gelegenheiten vergleichsweise kniffligen Fragen lenkte aber die Aufmerksamkeit jeweils rasch auf den neuen Letzigrund, die Fussball-EM, das nächste Stadtrivalen-Derby, das LCZ-Meeting und auf vergangene und zukünftige Openair-Konzerte. Wer sich mitten im Wochenend-Einkaufsstress die Zeit nahm für ein kurzes Gespräch, der hatte fast immer schon eine Meinung, auch wenn hie und da eine gewisse Verwirrung zwischen Letzigrund und Hardturm bestand; wen wundert's bei den immer wieder widersprüchlichen Pressemeldungen!? Für uns erfreulich war natürlich, dass wir viel mehr positive als ablehnende Reaktionen erhielten. Wer hätte gedacht, dass die Zustimmung zum neuen Letzigrund umso grösser wäre, je näher unsere Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner beim Stadion wohnen? Wir anfänglich nicht - aber man kann ja immer auch dazu lernen... Offensichtlich gehört "der Letzigrund" ganz grundsätzlich und selbstverständlich zum Quartier, auch wenn damit immer wieder Unannehmlichkeiten für die Anwohnerinnen und Anwohner verbunden sind.

Kritische Anmerkungen und Wünsche wurden uns viele mitgegeben: Die Nachbarin hinter den Trainingsplätzen wünscht sich einen weniger unflätigen (oder dann wenigstens leiseren) Umgangston der Trainer gegenüber



den Spielern. Kein die ganze Nacht dauerndes, metallisches Geklarre beim Abbau nach einem Konzert würde auch herzlich verdankt - hier verwiesen wir auf die neu unterirdische Zufahrt. Viele Konzertfans hätten gerne mehr als vier Konzerte gehabt - und natürlich einige Konzertkarten als Wettbewerbspreise (nicht nur so Sportzeugs!!!) - wir versprochen welche für die Promotion des nächsten Stadionneubaus vom Jahr 2064. Nach längerer Diskussion plädierte der vehemente Hardturm-Gegner für ein Ja zum Letzigrund, aber auf dem Gelände des Hardturms. Damit war allerdings der FCZ-Fan aus der Südkurve ganz und gar nicht einverstanden, denn zu denen dort drüben gehe er aber ganz sicher gar nie und "der Z" spiele so oder so im Letzi. Der Hinweis darauf, dass er gerade kurz vorher erklärt

habe, nur in einem reinen Fussballstadion gebe es die richtige Stimmung, und das sei natürlich das neue Stadion Zürich im Hardturm, brachte ihn ziemlich aus dem Konzept. Seine weiteren Gedanken hätte er verständlicherweise gerne mit einem Fussballer ausgetauscht, und er fragte, weshalb denn niemand vom FCZ hier sei - darauf wussten wir leider keine Antwort. Das rüstige Rentnerpaar aus dem 23. Stock eines Bullinger-Hochhauses schlägt dem Architekten vor, einen Spiegel über der Westtribüne anzubringen. So könnten sie endlich von der Stube aus richtig ins Stadion schauen - "wenn schon Neubau, dann doch gerade richtig!" Wir leiten die Anregung hier gerne weiter. Die Wenigen, die das ganze Stadionprojekt für unsinnig und uns als Befürworter des Unsinnns für blöd bis saublöd

Am 5. Juni 2005:

"HOPP LETZI, DAMIT DIE LEICHTATHLETIK IN ZÜRICH EINE ZUKUNFT HAT."

Gerhard Weber,
Präsident der
Geschäftsleitung
des LCZ



Ja zum neuen,
multifunktionalen Letzigrund.
Ja zur Euro 2008.
Weil ganz Zürich gewinnt.

www.proletzigrund.ch, Postfach, 8034 Zürich



erklärten, können den Gesamteindruck nicht verändern: Viele Zürcherinnen und Zürcher wollen den neuen Letzigrund als multifunktionale Sport- und Kulturarena haben. Dass die drei Spiele der Fussball-Europameisterschaft in Zürich gespielt werden sollen, ist ebenso klar. "Es ist Zeit, dass es aus Zürich endlich wieder etwas Positives zu melden

gibt", war immer wieder zu hören. Dem schliessen wir uns natürlich an und rufen allen Stadtzürcherinnen und -zürchern zu: Am 5. Juni 2005 unbedingt stimmen - und natürlich 2 x JA für den neuen Letzigrund.

P.S. Sollte jemand je eine ähnliche Aktion planen, so geben wir gerne Tipps über geeignetes Schuhwerk, in dem man nach zwölf Stun-

den Stehen höchstens zwei Nummern grössere Füsse hat, über Stretching vor und nach dem Einsatz, Verpflegung, mentales Training, etc. Als neutrale und immer hilfsbereite Expertinnen und Experten empfehlen wir wärmstens das Verkaufs- und Servierpersonal der von uns besuchten Einkaufszentren. Wir wissen jetzt nämlich, was sie tagtäglich leisten!

**Auf Einkaufscentertour:
LCZler präsentierten Modell
und Projekt für den neuen
Letzi. Links: Ernst Jäckli an
der Promofront.**

Für Telefon- und Elektro- Installationen

Grob + Co. Elektro AG
8047 Zürich, Liebensteinstr. 6
Tel. **01/406 28 28**

«Nach zweieinhalb Monaten spürte ich wie

Felix Loretz über seine Auszeit, Putschpläne und die Faszination des Speerwerfens



Felix Loretz

Alter:	29
Beruf:	Bauleiter (im Architekturbüro)
Lieblingssound:	U2 und Züri West
Liebblingsauto:	Ein schöner, alter VW Käfer
Liebstes Ferienziel:	Weit weg, Argentinien
Traumfrau:	Meine Freundin Claudia

Felix, diesen Winter hat man dich auf dem Letzi vergeblich gesucht! Wo bist du gewesen?

Ich habe mir bewusst eine Auszeit genommen und war am Reisen. Zunächst zwei Wochen an einer Sprachschule in Buenos Aires. Danach sahen meine Freundin und ich uns Argentinien und Chile an. Zuletzt machten wir noch eine einmonatige Rundreise durch Guatemala. Nach insgesamt viereinhalb Monaten kehrte ich schliesslich schweren Herzens in die Schweiz zurück.

Tönt verlockend. Ich nehme an, dass das Training in dieser Zeit keine Rolle spielte?

Nein, da gab's kein Training!

Wie sieht also dein aktueller Trainingsstand aus?

Erstaunlich gut! Natürlich merke ich, dass ich viereinhalb Monate nichts getan habe und entsprechend die Basis fehlt. Aber mit dreissig habe ich ein gewisses Fundament, von dem ich zehren kann, wobei natürlich auch die Erfahrung eine Rolle spielt.

Du sprichst die Erfahrung an. In der Tat bist du ein alter Hase im Geschäft. Wie bist du eigentlich

zum Speerwerfen gekommen?

Reingerutscht bin ich in die Leichtathletik beim TV Horgen. Zunächst habe ich so ein bisschen alles gemacht, bin auch noch mit Marcel Schelbert Hürden gelaufen. (lacht) Schliesslich hat sich der Speerwurf aufgrund meines Talents und Interesses herauskristallisiert.

Kannst du die Faszination Speerwerfen beschreiben?

Die Faszination ist für mich die Kontrolle über den eigenen Körper und dann das Zusammenspiel mit dem Speer. Die Symbiose von Athlet und Gerät macht den Reiz aus.

Bei meinen Versuchen mit dem

“Die Symbiose von Athlet und Gerät macht den Reiz aus.”

Speer in der Schülerleichtathletik konnte leider kaum von einer Symbiose die Rede sein! Hast du während der langen Zeit in Übersee nie ans Aufhören gedacht?

Ich liess mir alle Optionen offen. Aber nach etwa zweieinhalb Monaten spürte

ich wieder ein Kribbeln. Da wusste ich, dass es mit dem Werfen noch nicht zu Ende war. Wäre dieses Kribbeln nicht mehr gekommen, wäre das auch okay gewesen.

Auf deinem Leistungsniveau kämst du in anderen Sportarten wie Fussball oder Tennis zu lukrativen Sponsorenverträgen sowie in den Genuss medialer Aufmerksamkeit. Ärgerst du dich, dass dem in der Leichtathletik nicht so ist?

Ja und nein. Ja insofern, als bei reduziertem Arbeitspensum doch ein grosser Betrag fehlt, der durch den Sport gedeckt werden sollte. Bei mir ist es so, dass ich vom LCZ unterstützt werde. Als ich noch Mitglied der SLV-Leistungsgruppe war, bekam ich auch vom Verband einen Beitrag. Ausserdem gründete ich 1997 einen eigenen Fanclub, der mich finanziell kräftig unterstützte. Und nein deshalb, weil ich nicht für die Kohle werfe, sondern für mich selbst! Das ist für die Aussenstehenden manchmal schwer zu verstehen. Die Belohnung sind für mich die Wettkampferlebnisse, wie zum Beispiel Weltklasse Zürich letztes Jahr.

Diese Emotionen sind unbezahlbar!

Du bist deinen Eltern also nicht böse, dass sie dem kleinen Felix nicht einen Golfschläger oder ein Tennisracket in die Hand gedrückt haben?

Nein, nein. (schmunzelt)

Was war das Peinlichste, das du als Leichtathlet erlebt hast?

Auf der Anreise zum Pfingstmontagmeeting in Zofingen verpassten Beat Vetter und ich irgendwie die Ausfahrt Zofingen und fuhren noch locker weiter, bis wir kurz vor Schönbühl den Irrtum bemerkten! Nach einer rasanten Rückfahrt mit circa 130 km/h im Baustellenbereich auf der Autobahn nach Zofingen konnten wir uns gerade im letzten Moment noch beim Stellplatz einfinden... Supervorbereitung...

Heute haben wir Pizza gegessen. Als Werfer hättest du sicher lieber ein halbes Wildschwein verzehrt!

Nein, das war die alte Schule. Es gibt auch Tage, an denen

“Ich werfe nicht für die Kohle, sondern für mich selbst!”

ich kein Fleisch esse. Wobei in Argentinien...

Du bist ja auch Athletenvertreter. Was möchtest du in dieser Funktion noch erreichen?

Den ganzen Vorstand absetzen!

Du planst einen Putsch?

Ja. (lacht laut) Im Ernst, ich hoffe schon, noch einiges an-

eder ein Kribbeln!»

werfens

reissen zu können. Zum Beispiel betreffend der Einrichtung der Räumlichkeiten im neuen Letzistadion Wünsche und Anregungen unter den Athleten zusammenzutragen, damit diese von Anfang an berücksichtigt werden können. Sonst bin ich auch auf die Sportler angewiesen, dass sie mit ihren Anliegen zu mir kommen!

Mit welchen drei Leichtathleten möchtest du am liebsten auf der berühmten einsamen Insel zusammenleben?

(überlegt lange) Mit Andreas Thorkildsen, dem Speerwurfolympiasieger, Marc "Balu" Trösch und ... Jetzt müsste eigentlich noch eine Frau mit! Karolina Klüft. Nein, die ist zu verrückt! Ich nehme Viktor Giacobbo, der hat früher auch Leichtathletik gemacht.

Ja, er soll ein begnadeter Stabhochspringer gewesen sein! Welchen Rat würdest du einem jungen Werfer mit auf den Weg geben?

Felix unterwegs in Südamerika.



Palmarès

grösste Erfolge:

Teilnahme an der EM in München 2002

Diverse Schweizermeistertitel Aktive und Nachwuchs

Mehrfacher SVM-Sieger mit dem LCZ

Unbezahlbare und unmessbare Erfolge wie Emotionen, vor allem an Wettkämpfen in Skandinavien

Freundschaften aus dem Sport

PB Speer: 78,56m (2002)

Er soll Freude am Werfen haben, konstant arbeiten und überzeugt sein von dem, was er macht.

Was sind deine weiteren sportlichen Ziele?

Dieses Jahr wird so eine Art Zwischensaison, um wieder den Anschluss zu finden. Der Aufbau ist auf die SM ausgerichtet.

Die WM in Helsinki ist kein Thema?

Es wäre vermessen, die WM jetzt als Ziel zu formulieren. Sollten aber die Weiten kommen, würde ich das Ticket

natürlich sofort nehmen. Das grosse Ziel ist aber die EM nächstes Jahr in Göteborg. Das wäre ein wunderbarer Abschluss! Danach ist definitiv fertig!

Definitiv?

Ja. Dann nagle ich den Speer auf dem Letzigrund an die Wand!

Felix, vielen Dank für dieses Gespräch und grösstmöglichen Erfolg in den verbleibenden beiden Saisons!

Mit Felix Loretz sprach Adrian Hänni

Ich kümmere mich um Ihre Schreinerarbeiten zu günstigen Konditionen

Schreinerei: J. Kaess AG
Zurlindenstr. 215b
8003 Zürich, Tel. 044 451 39 37

Des Teufels Peinigungen

Freuden und Qualen aus dem Nachwuchslager in Tenero

Um 6:45 Uhr schrillte der Wecker so laut, dass er uns erbarmungslos aus dem Schlaf riss. Zeit zum Aufstehen. Die Sonne schien prächtig durch die Rollläden und gab uns Schwung für den bevorstehenden Tag!

Ein idyllischer Start in den Tag. Aber dann...

Wie jeden Morgen begann unser Tag um 7 Uhr mit einem Footing auf der Finnenbahn. Mit halb verschlossenen Augen watschelten wir dorthin und bestritten unsere zwei Runden. Trotz Müdigkeit und Gebrummel schafften es alle.

So ging's beim Morgentraining zu und her:

Nach einem ausgiebigen Morgenessen begann um 9:00 Uhr das Training. Nach einer langen Laufschule, ein bisschen Technik und einem 30 Meter fliegend waren alle froh unter die Dusche zu gehen. Was für eine Erlösung!

Oder auch mal so:

Das ganze Lager hindurch sahen wir das tolle Freibad und sehnten uns danach hinein zu springen. Nun durften wir endlich das 24 Grad warme Wasser testen. Anstatt wie erhofft zu plantschen waren jedoch Stafetten angesagt. Vorher durften wir jedoch noch eine Runde Beachvolleyball spielen.

Und es endete oft unverhofft!

Zur Überraschung aller folgte am Schluss des Trainings ein Dauerlauf von 30 Minuten. Mit der letzten Kraft, die uns noch verblieb,



Spektakel auf dem Trampolin.

ten Fussball spielen. Nach dem verletzungslosen Training bewegten wir uns in Richtung Dusche.

Wobei es den Leitern nicht an Originalität mangelte!

Nach einem üppigen Essen fanden wir uns vor der Trampolinanlage ein. Zuerst wurden wir in das Equipment eingeführt, denn je nach Gewicht brauchte es mehr oder weniger Seil. Danach konnte es losgehen, nun sicherten sechs Karabiner das Leben der Athleten. Einige sprangen beherzter, wiederum einige vorsichtiger und ängstlich. Nach einigen Sprüngen verflog dieses Gefühl jedoch bei den meisten, nun wollte man gar nicht mehr aufhören zu springen.

Und des Abends?

Nachdem zuerst alle ihr eigenes Abendprogramm hatten, traf man sich schliesslich trotzdem noch in der Cafeteria, um das Champions League-Halbfinale zwischen dem PSV Eindhoven und der AC Milan zu verfolgen.

beendeten wir die Tortur. Schmerzverzerrt humpelten die Einen zum Mittagessen. Des Teufels Peinigungen waren wir für heute entkommen.

Nach einem genüsslichen Mittagessmahl ging man mit viel Elan ans Werk...

Das ausgiebige Mittagessen gab uns die nötige Energie für das 4x100- und 5x80-Staffeltraining, das wir auch gegeneinander liefen. Bei der 4x100-Staffel gab es jedoch kleine Schwierigkeiten, so dass die Gruppe sich revanchierte und siegte. Die Verlierer wurden nach Trainingsschluss ins kalte Wasser geworfen, wobei auch die

restlichen Athleten und Athletinnen nicht verschont blieben.

Es sei denn, die Witterungsverhältnisse machten dem Trainingseifer einen Strich durch die Rechnung:

Es war feucht und sehr heiss. Aus diesem Grund trainierten wir nicht, sondern durf-

Trainingslager 2005

Von der Schweiz nach Südafrika und dann über Italien sowie Deutschland wieder zurück in die Schweiz: Auf den nächsten Seiten laden wir euch ein zu einer Tour d'horizon durch sämtliche LCZ-Trainingscamps. (mit Ausnahme des Läuferlagers in Marina di Pietrasanta)



Mit bis zu drei harten Einheiten pro Tag rüstete sich der Nachwuchs für die neue Saison.

Rauhe Sitten: Die Verlierer des Staffeltrainings werden ins kalte Wasser geworfen.



Tenero, Schweiz

Mit hauptsächlich grosser Enttäuschung gingen wir müde schlafen, um für den nächsten Tag wieder fit zu sein.

Manche mögen es romantisch ...

Der Abend lief mit gemeinsamen Aktivitäten, wie Spaziergängen am See, Ballspielen und Gesprächen, lustig und zugleich erholsam ab.

Und wieder einmal war alles viel zu schnell vorbei! Es blieben die obligaten Aufräumarbeiten...

Da wir ja abreisen würden, mussten wir unsere Zimmer tiptop in Ordnung bringen. Betten abziehen, Boden wischen, Schränke räumen und Tische putzen. Und dann hiess es Abschied nehmen vom Centro sportivo Tenero.

Von Tenero berichteten: *Lucien, Matteo, Michael, Boris, Fabian, Tamara, Gessi, Giulia, Aurélie, Nadegé, Madlene, Rebekka, Letizia, Charlotte, Meret, Sandra, Manon, Denba, Erwin, Marvin, Axel,*

SIMPLY CLEVER



Škoda Fabia RS
TONNENWEISE MUSKELN.
KEIN GRAMM FETT.



Schon ab Fr. 28900.-

www.skoda.ch

Der Fabia RS. Einer der agilsten Kleinwagen, die es gibt. Mit 310 Nm Drehmoment ab 1900 U/min, der ganzen Dieselpower von 130 PS und einem Verbrauch von nur 5,4 l/100 km. Doch was sollen Zahlen, lasst Taten sprechen: Fahren Sie den Fabia RS bei Ihrem Skoda-Händler zur Probe, testen Sie sein 6-Gang Getriebe und sein exklusives Sportinterieur!

Skoda Center
AMAG Winterthur
 Zürcherstrasse 240, 8406 Winterthur-Töss
 Telefon: 052 208 31 31, Telefax: 052 208 31 29
www.winterthur.amag.skoda.ch, e-mail: skodacenter.winterthur@amag.ch



Paradies

Impressionen aus den Trainingslagern in



Südafrika



Südafrika



Das Geheimnis um Kalinka

Oder wie man in Varazze Neulinge erkennt

Von Samuel Mettler

Die meisten trainierten schon seit einigen Tagen an der Wärme, als auch noch zwei Nachzügler den Weg Richtung Italien unter die Räder nahmen. Das schöne Wetter vor dem Gotthard wurde dabei ausgiebig genutzt, um die freie Sicht auf

die schönen Berge zu geniessen. Auch die atemberaubende Architektur der Tunnels hinauf Richtung Gotthard wurde sehr intensiv studiert. Trotzdem fanden wir noch an demselben

Ungewohnte Startsignale sorgten bei den Sprints für Verwirrung.

Tag an den Golf von Genua, um unser erstes italienisches Nachtessen in der Villa Maria reinzuziehen. Vom Kurz- und Langhürdenkader bis zu den 4x400- und 4x100-Staffeln inklusiv Nachwuchsabteilungen war neben dem LCZ noch die halbe Schweiz anwesend. Die Zimmer wurden denn auch bis auf den letzten Zentime-

ter ausgenutzt. Zusammen mit den Holländern und Schwed(inn)en auf der Bahn wäre zwischenzeitlich jeder Kanalmeisterschaftsorganisator neidisch geworden ob der Aktivitätsdichte auf dem Platz.

Dank den angenehmen Witterungsverhältnissen wurde die Physioabteilung weniger heftig belastet als letztes



Bauabdichtungen und Spenglerei

Unsere grosse Spezialität ist seit fast 90 Jahren das Ausführen von:

- Abdichtungen im Hoch-/Tiefbau
- Feuchtigkeitsisolationen
- Allg. Spenglerarbeiten
- Blitzschutz
- Dachbegrünungen
- Reparaturservice / Wartungen

Wir sorgen mit unseren umweltfreundlichen Produkten überall und jederzeit für einen perfekten Schutz. Rufen Sie uns an!

AEZ, Bauabdichtungen und Spenglerei
Hohlstrasse 409, 8048 Zürich
Tel: 01 497 60 20 / Fax: 01 493 00 49 / www.aez.ch



Unser Fabrikations-Programm:

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

ALTORFER AG METALLBAU
8307 EFFRETIKON





**Olympiamedail-
gewinner Gregor
Stähli mit seinem
Gerät.**



Varazze, Italien

das Zauberwort für ganz Verwegene. Mit einem (oder etwas mehr) Aspirin haben es aber dann noch alle am nächsten Tag wieder auf die Bahn geschafft. Was sich sonst zu dunklen Stunden noch ereignet hat, weiss man nicht so genau. Nicht zu vergessen, dass auch intensiv trainiert wurde. So kann denn von der Bahn nur berichtet werden,

dass wir bei optimalen Bedingungen ausgezeichnet trainieren konnten. Die grössten Probleme gab's wohl dann, wenn die (traditionellen?) Startsignale verschiedener Vereine in vereinsübergreifenden Sprintserien ohne Vorwarnung praktiziert wurden. Manche mögen sich etwas später vielleicht gefragt haben, wieso sie überhaupt gestartet sind, aber mit offenem Fenster konnte auch noch Oggen knapp ins Hotel zurückgefahren werden und wenn alles Laktat abgebaut ist, sollte auch er fit sein für die neue Saison.

Jahr, wo nicht nur ich nach einem der Regen-bis-Schneesturm-Trainings mit einer Zerrung die Segel streichen musste. Eis gab es dieses Mal vielmehr in der Gelateria K2. Zwar gibt es in Varazze etwa so viele Gelaterias wie Sand am Meer, aber wirklich Umsatz macht bestimmt nur die K2. Das beste Gelati Norditaliens scheint weit herum bekannt zu sein und selbst zu den unmöglichsten Zeiten stellten wir uns gern in die Schlange - viele mehrmals täglich. Die Glacedüse kannte uns denn auch bald von weitem. (Und



jemand soll sogar ihre Adresse bekommen haben...) Abends ging es dann häufig, oder sagen wir fast immer, ins INVIDIA. Neulinge in Varazze erkennt man ja eigentlich einfach daran, dass sie am ersten Abend grosse Discopläne schmieden und vom Hotelier dann auch prompt erfahren, wo es am Samstagabend richtig abgeht - und dann natürlich auch voll naiv dorthin gehen. Dass das Nautilus aber für die U50-Kategorie nicht gerade wahnsinnig interessant ist, wussten die nachher auch. So wurde dann eben aufs gemütliche INVIDIA umgestellt. KALINKA war dort

**Wolfi
und
Kalinka?**

**Eine unbe-
kannte
Schönheit?
(kleines
Bild)**



Wie man in Deutschland wirft

Trainingscamp der Werfer in Kienbaum

Von Catherine Manigley

Samstagsmorgen, 8:00 Uhr, sämtliche Teilnehmer der Reisegruppe Loretz treffen mehr oder weniger verschlafen, mehr oder weniger pünktlich mit angebrachtem Reisegepäck oder überdimensionalen IKEA-Taschen im Stadion Letzigrund in Zürich ein.

Damit der Leser ein (besseres) Verständnis für manch sinnlose oder aber auch angebrachte, im Bericht beschriebene, Tat entwickeln kann, ist an dieser Stelle ein jeweils kurzer Umriss des Charakters eines jeden Teilnehmers von Nöten.

Felix Loretz (Reiseleiter) betitelt beinahe alle Germanen als "voll schräg" und behauptet von sich persönlich natürlich das Gegenteil. Durch seine Connections zum deutschen Hammertrainer Bernhard Riedl kamen wir überhaupt in den Genuss die Weiten Deutschlands zu ergründen.

Als Morgenmuffel, Gourmet und GPS-System mit Wackelkontakt lässt sich das Wesen von Beat Vetter kurz und prägnant beschreiben.

Wie bereits vor einem Jahr vermutet, stellte sich nun mit Gewissheit heraus, mit Piotr Zubrzycki nicht nur einen übertrainierten Trainer, sondern den Hobby-Psychologen par Excellence im Team zu haben. Seine Sitzungen sind gut besucht und deckten manch unwahrscheinliche Wahrscheinlichkeit auf.

Oliver Sack tendiert auch in



Finde den Fehler!

die Richtung Piotrs und gibt seine Lebensweisheiten gerne zum Besten, wobei sich seine Redefreude zu den Essenszeiten jeweils drastisch senkt.

Als Küken der Gruppe lässt sich Andrea Heiniger betiteln, jedoch stellte sich schnell heraus, dass sie uns in keiner Sache nachsteht. (Ich meine damit nicht etwa das Fussballspielen...)

Rebecca Bähni, die den ruhigen Pol der Gemeinschaft darstellt, glaubt sich wahrscheinlich eher in einem Walking-Camp. Sie legt täglich über vier Kilometer zu Fuss zurück. (Was von den anderen Werfern als Ausdauertraining taxiert wird.)

Am zweiten Tag gesellt sich auch noch Gregor Baumann zu uns und ist bis am letzten Tag der Meinung, täglich zu wenig für sein "Berliner

Kindl" bezahlen zu müssen. "Es läge sicherlich an seinem sympathischen Auftreten." (Wir liessen ihn in dem Glauben.)

Sozusagen als Gast in der zürcherischen Werfergilde durfte auch ich mit in das ferne Kienbaum reisen. Spätestens als der Vorschlag laut

wurde, ich, als Aussenstehende, könne doch den Bericht über das Trainingslager verfassen, erkannte ich den Haken!

Uns steht eine zehnstündige Autofahrt in das östlich von Berlin liegende Kienbaum bevor. Wir lassen das Ganze gemächlich angehen und stoppen unser "Gasmobil" bereits am Albisriederplatz das erste Mal. Dieser frühe Halt ist nicht etwa auf einen Defekt zurückzuführen, viel mehr kann er als erster strategischer Punkt bei der systematisch geplanten Nahrungsaufnahme des heutigen Tages stehen.

Nach etlichen Autobahnkilometern, Fahrerwechseln, Raststättenbesuchen und Diskussionen über die Senderwahl des Autoradios treffen wir um 18:00 Uhr in dem Sportzentrum Kienbaum ein. Das obligate Footing lassen wir zu Gunsten einer währschaft-kraftigen Hausmannskost bleiben und den Zimmerbezug verschieben wir dankbar auf später.

Pretto Metall bau

Inhaber: Rolf Braun

Verarbeitung von Stahl, Aluminium und Acrylglas.

Fabrikation von Verkehrs-Signalträgern, Leuchtreklamen und Anschlagkasten.

Auhofstrasse 19
8051 Zürich
Telefon 044 322 28 20



Kienbaum, Deutschland

Kienbaum und was sich hinter diesem sagenumwobenen Wort alles verbirgt. Es ist nicht nur der Ortsname eines ehemaligen ostdeutschen Dörfchens, es ist eine Philosophie. Ich behaupte sogar, die freie Übersetzung Kienbaums bedeutet etwas wie "Insel des Sports" oder "Lebensschule - Sport".

Wer den langen, beschwerlichen Weg durch etliche labyrinthartige Nadelwälder einmal gefunden hat, der verlässt die Arena des Sports nur ungern wieder. Kienbaum bietet alles, was ein Sportlerherz sich wünscht. Das reicht von der hausmütterlich geführten Küche über Sauna, See bis hin zu etlichen Trainingsanlagen, ob in Hallen, überdacht oder unter freiem Himmel; Krafträumen und vollumfänglichen Möglichkeiten zur medizinischen Betreuung.

Natürlich weckt diese Infrastruktur unseren Sportlergeist und es werden täglich ein bis zwei Trainings absolviert. Spätestens als sich die vorhergesagte schlechte Wetterlage auch am dritten Tag nicht einstellt, ist das Ganze perfekt. Wir verbringen acht Tage bei angenehmen 19-24 Grad Wärme und täglichem Sonnenschein.

Mittwoch, der sogenannte "freie Tag", ist eigentlich als Regenerationstag gedacht, was sich aber später als Trugschluss herausstellen wird.

Wir entscheiden uns, unter der kundigen Führung Bernhards, den Kriegsschauplatz der Seelower-

Höhen zu besichtigen. Das ehemalige Schlachtfeld des Zweiten Weltkrieges ist heute eine Gedenkstätte für die gefallenen Soldaten und bietet mit dem Museum einen Einblick in die schrecklichen Geschehnisse des vergangenen Krieges.

Am Nachmittag begeben wir uns auf eine kleine Weltreise in die Hauptstadt Deutschlands. Nach der Begutachtung sämtlicher Bahnstationen in der Umgebung Kienbaums können wir uns dann doch noch für eine entscheiden und fahren mit der S-Bahn direkt ins Zentrum Berlins. Die kleine Geschichtsstunde vom Morgen regte unseren Appetit auf noch mehr Kultur an, und so finden wir uns unter anderem in der Kuppel des Reichtages und unter dem Brandenburger Tor wieder. Anstatt unseren müden, vom Asphalt gepeinigten Beinen Ruhe zu gönnen und den Heimweg anzutreten sind wir einstimmig der Meinung, das Abendessen in der

Stadt einnehmen zu müssen. Bis zum Zeitpunkt an dem wir unsere vollgeschlagenen Leiber von den Stühlen der "Kartoffelkiste" stemmen müssen, ist dieser Idee auch wirklich nichts entgegen zu setzen, danach jedoch einiges!

Warum sich diese Gaststätte "Kartoffelkiste" nennt, das wissen wir nun mit Bestimmtheit. Nach dem Besuch fällt man wie eine dicke Kartoffel in die Kiste.

Die folgenden Tage wenden wir uns wieder dem Training zu. Maximalkraft, Imitationen, Würfe, allgemeine und spezifische Kräftigung an altbekannten und noch nie gesehenen Maschinen tragen zu einem abwechslungsreichen Trainingsalltag bei.

Rebecca, unsere Hammerwerferin, hat die Möglichkeit einige Trainings unter den Augen Bernhards abzuhalten und ihre Technik mit derjenigen von deutschen Spitzenwerfern zu vergleichen.

Wir Speerwerfer bekommen

Vergleichsmaterial in Form von drei deutschen Werfern geboten, jedoch zeigen sich die drei Herren nicht sonderlich kontaktfreudig und ein gegenseitiger Informationsaustausch bleibt aus. Fester Bestandteil jeder Trainingseinheit ist das abschliessende Fussballspiel, an dem sich jeweils die ganze Gruppe beteiligt und unter vollem Einsatz die Kniepartien der Trainerhosen grossen Risiken aussetzt.

Bereits liegt die Woche hinter uns und der "normale" Alltag hat uns wieder eingeholt. Ein leichtes Ziehen in den Beinen und die gebräunte Haut lassen noch auf ein gelungenes Trainingslager zurückschliessen. Ich möchte mich herzlich bei Felix für die einwandfreie Organisation, den drei Fahrern für das sichere Chauffieren über die tausend Kilometer und bei den beiden Trainern Oli und Piotr und der ganzen Gruppe für die hervorragende Woche bedanken.



**Die Reisegruppe
Loretz samt
Gasmobil.**

Wie viele Sugus sind in der Schüssel?

Ein Einblick ins Tagebuch vom Nachwuchslager in Filzbach

Sonntag, 24. April

Hinreise

Auf der Hinreise in Richtung Filzbach nahmen wir zuerst den Zug bis Ziegelbrücke und anschliessend den Bus, der bis zum Sportzentrum Kerenzerberg fuhr. Im Bus roch es ziemlich streng. Wir stellten schnell fest, dass es der Mann vor uns war, der ziemlich Mundgeruch hatte. Zuerst bemerkte nur Yves, der hinter dem Mann sass, den Geruch. Mit der Zeit aber rochen es alle und wir waren froh, als der Mann endlich aus dem Bus rausstieg. 15 Minuten nachher kamen wir am Kerenzerberg an, wo wir uns rasch einrichten konnten.

(Vivienne, Andri, Riccardo, Fanny)

Mit vereinten

**Kräften: Leicht-
athleten für
einmal als
Teamsportler.**

Montag, 25. April

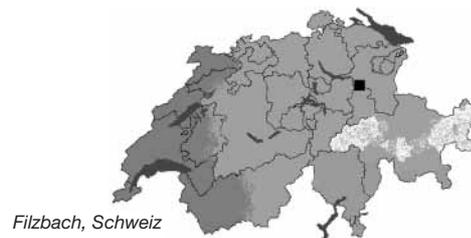
Heute begann das Training um 9:15 Uhr mit dem Staffelttraining. Weil es zu regnen begann, gingen wir in unsere Halle und spielten "Seilziehen". Die Gruppe 0 gewann immer. Bei Irene machten wir Gymnastik, zum ersten Mal! Ausserdem übten wir Speer und machten Weitsprung. Danach machten wir Schätzungs- und Zeitlauf. Zuerst mussten wir die Strecke ablaufen, mussten die Zeit schätzen, die wir zum Joggen brauchen werden und viele hatten sich verschätzt, Vivienne dagegen verschätzte sich nur um drei Sekunden. Am Abend werden wir noch Montagsmaler spielen!

Zeitlauf

Es war nicht wie jedes Jahr, der Zeitlauf fand nicht auf der Finnenbahn statt. Vom Eingang bis zur LA-Anlage, 400m und wieder zurück. Zuerst mussten wir die Strecke ablaufen und einschätzen, wie lange wir zum Joggen brauchen. Es schätzten sich aber viele falsch ein. Vivienne verschätzte sich aber nur um drei Sekunden. Um 17:34 Uhr das Highlight des Tages: Die Sonne hat für fünf Minuten hinter den Wolken hervor geschaut!

(Michelle, Florin, Remi, Stéphanie)





Filzbach, Schweiz

Dienstag, 26. April

Der typische Nachmittag in der Wochenmitte ist der berühmte Orientierungslauf. Acht Posten gab es insgesamt. Davon waren zwei Posten vertauscht. Dadurch irrten wir sinnlos zwanzig Minuten durch die Gegend. Jeweils gab es an den verschiedenen Posten eine Zusatzaufgabe, die man dann am Start erledigen musste. Zum Teil Springseilen, wie aber auch Fragen beantworten. Eine Schätzfrage war: "Wie viele Sugus sind in der Schüssel?" Alle Gruppen waren aber voll daneben. Danach durften wir noch 256 Stück verschlingen. Die Zeitschnellsten hatten eine Zeit unter einer Stunde. Aber es gab auch die so genannten "Lahmas"!

(Marco, Katherine, Noemi)



**Hoch hinaus:
Über dem
Walensee
wurden die
Stars von
morgen
geschmiedet.**



Mittwoch, 27. April

Nachdem wir alle gefrühstückt hatten, gingen wir trainieren. Am Morgen machten wir Speer, Hochsprung und Reaktion (Laufschule). Bei Reaktion haben wir uns in ein Seil eingewickelt, und eine andere Person hat uns wieder ausgewickelt. Beim Auswickeln wurde uns schwindlig, und nachher mussten wir noch zu einem bestimmten Punkt rennen. Es sah sehr lustig aus. Gegen Mittag kam Peter, der Stabhochsprung-Trainer vom LCZ. Am Nachmittag machten wir Stabhochsprung. Zuerst aber gingen wir ans Reck und übten die Bewegung. Als wir es einigermaßen konnten, wurde es ernst, denn wir gingen an die Hochsprunganlage. Wir stellten vier Schwedenkästen vor die Anlage. Zuerst mussten wir von den Kästen auf die Matte springen. Jetzt kam der Stab dazu. Wir hielten den Stab so wie vorhin beim Reck. Bei den einen klappte es viel besser als bei andern, denn sie machten es nicht richtig. Beim Schwimmwettkampf traten zwei Gruppen gegen einander an. Es waren je neun Schwimmer/-innen. Je drei mussten einen Taucherring tauchen, je drei mussten mit einem Brett schwimmen und je drei hatten einen Ball.

**Gut gedehnt
ist halb
gewonnen.**

(Alex, Katrin, Janine)

SANITÄR

**Arthur Föllmi
Sanitäre Installationen**

planen
installieren
reparieren
preiswert
zuverlässig
prompt

Auwiesenstrasse 18
8050 Zürich
Telefon 044 321 31 12



**Die Gruppe Filzbach
beim Fotoshooting.**

Donnerstag, 28. April

Nach dem Frühstück trafen wir uns auf der Sportanlage. Dort machten wir einen coolen 5-Kampf. Die Disziplinen waren für die einen toll und für die anderen doof. Als wir alle Disziplinen gemacht hatten, mussten wir auslaufen. Das Mittagessen war mittelmässig. Um 2 Uhr trafen sich die Mädchen zum Klettern und die Jungen zum Tischtennis. Wir haben mit dem Tischtennisverein einen Austausch gemacht, sie haben Leichtathletik gemacht und wir haben Tischtennis gespielt. Einige konnten ganz hoch klettern, andere nur bis in die Hälfte. Beim Tischtennis konnte man ein Eis gewinnen, wenn man den Aufschlag des Trainers zurück auf seine Tischseite spielen konnte. Die Jungen fanden das Tischtennistraining mittelmässig. Das Klettern gefiel ihnen aber super. Zum Abendessen gab es etwas Feines zu essen. Wenige Zeit später fing der Schlussabend an. Dort machten wir verschiedene Spiele. Man musste zum Beispiel zu zweit springseilen, Körbe werfen oder einen Federball auf dem Kopf balancieren. Am Ende des Abends gab es noch eine Staffette. Zuerst musste man durch einen Mattentunnel kriechen, danach gab es eine Konstruktion von Barren und dicken Matten zu überwinden. Bevor wir mit Skiern eine Strecke zurücklegen mussten, gab es einen Slalom. Zum Schluss musste man einen der Gruppe auf einem kleinen Teppich ziehen. Bei einigen Hindernissen gab es Probleme für die Jüngeren, oder Stürze mit den Skiern, welche Zeit kosteten. Morgen fahren wir nach Hause.

(Maren, Moritz, Jif=Jet=Yves, Stéphanie)

HUBER
F E N S T E R

DER GUTE RUF UNSERER KUNDEN VERPFLICHTET AUCH UNS



Herisau 071 354 88 11 | Zürich 043 311 90 69 | www.huberfenster.ch



**Aufmarsch von
Päpsten?**

Zwischen Countryklängen und SVP-Tönen

Das Factsheet zur GV im Albisgüetli

Als pflichteifrige LCZler wart ihr natürlich alle an der Generalversammlung! Ist schliesslich obligatorisch. Und sicherlich habt ihr gewissenhaft Notizen gemacht oder aber euch sämtliche Wichtigkeiten (also schlichtweg alles) genau eingepägt, weshalb sich ein Rapport über den unangefochtenen Höhepunkt des Vereinsjahres eigentlich erübrigt. Als exquisites Fundstück für Sammler von Dokumenten zur Vereinsge-

schichte und für diejenigen, die zum drittenmal hintereinander wegen der Goldenen Hochzeit der Grossmutter leider der Veranstaltung fernbleiben mussten, präsentiert *LCZ Magazin* hier nochmals die höchsten Höhepunkte und bedeutsamsten Bedeutsamkeiten eines Spektakels, das andere Albisgüetlianlässe wie Country-Festival oder Blocheransprache weit in den Schatten stellt.

Unser Drucker Peter Schraner wird zum Ehrenmitglied gekürt.



- *Die GV, es ist die 83., beginnt wie immer pünktlich. Über hundert Mitglieder sind in die beinahe ausverkaufte Übertenstube gepilgert, darunter 97 Stimmberechtigte.*
- *Gerry Weber erhält zu Recht spontanen Szenenapplaus für seine Leistung im Zusammenhang mit dem neuen Letzistadion. Präsident Ernst Alder überreicht ihm als Zeichen der Dankbarkeit ein Modell des Stade de France.*
- *Bekanntgabe der Verlängerung von Sponsoringverträgen: Erdgas Zürich, Adidas, Biokosma*
- *Die an der GV 2003 beschlossenen Mitgliederbeitragserhöhungen trugen wesentlich dazu bei, dass die finanzielle Lage auf solidere Grundmauern gestellt werden konnte. Der Mitgliederbestand sank 2004 wegen der unpopulären Massnahme um 7%. Das sind 3 Prozentpunkte weniger als vom Vorstand erwartet. Ausserdem war der stärkste Rückgang bei den Passivmitgliedern zu verzeichnen. Die Mitgliederbeiträge bleiben 2006 unverändert.*
- *Weltklasse Zürich konnte in der Olympiasaison leider einen geringeren Gewinn verbuchen, wofür insbesondere höhere Ausgaben für die Athleten verantwortlich zeichneten.*
- *Hansjörg Graf darf einen Gewinn von gut 13'000 Franken präsentieren. Das Budget (knapp 25'000 Franken Verlust) wird - wie sämtliche Vorlagen des Abends - ohne Gegenstimme angenommen.*
- *Ehre, wem Ehre gebührt: Peter Muster und Peter Schraner werden in den Stand der Ehrenmitglieder erhoben.*
- *Unser Administrativer Leiter und Kultregisseur in Personalunion, Andreas Schelbert, präsentiert seinen neusten Streifen, der den Ehrungen endlich ein angemessenes Ambiente verleiht. Überraschung und Höhepunkt des Abends. Chapeau!*
- *Der Präsident schliesst die GV pünktlich um 21:05 Uhr. (Zitat Protokoll)*

Damit ganz Zürich gewinnt: 2 x Ja zum neuen Letzigrund.



Ja zum multifunktionalen Letzigrund. Ja zur Euro 2008.

Pro Letzigrund – ein sport- und kulturfrendliches Abstimmungskomitee.
www.proletzigrund.ch

Auch wir vom LCZ sind dafür.

Von Hürden, Startblöcken und...

Das Märchen vom Wettkampfplatz

Von Andreas Schelbert

"So sauber war ich ja schon seit Jahren nicht mehr! Richtig herausgeputzt haben die mich." Blocki staunte über sein neues Erscheinungsbild. Seit Jahren lag er jetzt schon hier im Materialraum, doch mit diesen hohen Seitenflügeln wurde er noch nie ausgestattet. Die ganze Schweizer Leichtathletikprominenz komme an diesem Wochenende ins Stadion, hatten ihm die älteren Startblöcke vorgeschwärmt. Der wichtigste Einsatz des Jahres sei es. Blocki war deshalb besonders nervös. "Du Hürdi, für welche Bahn bist du vorgesehen?" - "Keine Ahnung", antwortete Hürdi launisch, "das weiss man doch nicht im Voraus?" Blocki war sichtlich erstaunt über die schlechte Laune seines Kollegen. "Hey, was

ist mit dir los? Zieh doch nicht so ein Gesicht. Heute ist unser grosser Tag. Wir stehen vor hunderten, ja vielleicht sogar tausenden Leuten im Mittelpunkt! Ich seh mich schon: Die Fotografen werden ihre Objektive auf mich gerichtet haben, wenn dieser Daniel Dubois aus mir herausschnellt. Oder wenn Martina Feusi ihre Nagelschuhe in meine neuen Blöcke reinpresst." Blocki kam ins Schwärmen, wobei Hürdi sich von den Phantasien seines kleinen Kollegen unbeeindruckt zeigte. "Du hast's leicht, dir kann nicht viel passieren. Ich hingegen stehe einigen Typen im Wege, die das Gefühl haben, einfach geradeaus sprinten sei ihnen nicht genug. Und dann was geschieht? Dann knallen die Deppen mit ihren Füßen, Knien und weiss ich nicht

noch was allem an mir an und mich schleudert es in galaktischer Geschwindigkeit zu Boden. Du, ich sag dir eins", Hürdi setzte den Todesblick auf, "es sind schon meinesgleichen an solchen Meetings umgekommen, weil die das Hürdenlaufen nicht im Griff hatten!" Und an so einem wichtigen Wettkampf sei es noch viel schlimmer als sonst, fügte er hinzu. Blocki blieb der Getreideriegel im Hals stecken, welchen er vor seinem bis dahin wichtigsten Einsatz zur Stärkung zu sich nehmen wollte.

"Blocki, Achtung es geht los!" Blocki schoss das Adrenalin bis in die letzten Zacken. Schnell verabschiedete er sich von Hürdi und wünschte ihm alles Gute. Die angsteinflössende Geschichte von vorhin hatte Blocki noch nicht vergessen. Er hoffte fest, dass sein grosser Freund seinen Einsatz überleben würde. Draussen war es heiss. Blocki sah die

vielen Zuschauer auf der Tribüne, ein leicht unwohles Gefühl machte sich in der Magengegend breit. Was da noch alles auf ihn zukommen würde. Stunden anstrengendster Arbeit folgten für den Neuling. Noch nie war er an einem so grossen Wettkampf zum Einsatz gekommen. Einer nach dem anderen verlangte nach seinen Diensten. Blocki einstellen, starten, Blocki wegstellen, Blocki wieder hinstellen, Blocki einstellen, starten usw. Irgendwie hatte er sich das einfacher vorgestellt. Wie es Hürdi ging, fragte sich Blocki. Gesehen hatte er ihn den ganzen Tag nie. Es knallte! Unsanft wurde er aus seinen Gedanken gerissen. "Heh, was soll das!", rief Blocki laut. Doch der Athlet im dunkelblauen Dress schien unbeirrt. "Schmeisst der mich doch einfach auf den Boden! Nicht nur, dass die heute schon hunderte von Nägeln mit aller Wucht in mich hineingedrückt haben, jetzt



Blocki in vollem Einsatz.

Sämtliche Reinigungen von

*Fenstern
Büros
Wohnungen
Neubauten
Treppen
Fassaden
Teppiche
Spülmethode
Abonnement
Pauschal, Regie*

R. Frei

ob. Grabenmattstrasse 11b
5452 Oberrohrdorf
Tel. 056 496 61 44

...anderen Dingen

**Ist Saskia Girsberger
die Hürdenkillerin?**



auch noch diese Unverschämtheit." Blockis Frust blieb unbemerkt. Irgendwie wollte ihn niemand hören. "Ja, mit mir könnt ihr's ja machen!" Blocki sehnte das Ende des

Tages herbei und wurde erlöst. Völlig erschöpft gelangte er mit seinen Artgenossen nach fast unzählbaren Stunden zurück in den Materialraum. Sofort suchte er nach Hürdi. Er schaute nach links,

nach rechts, "du, hast du Hürdi gesehen?" Das angesprochene Messband schüttelte den Kopf. "Entschuldigung Windy, hast du vielleicht Hürdi gesehen?" - "Ich hab wohl Besseres zu tun, als mich nach deinem Hürdi umzuschauen", entgegnete ihm der Windmesser frech. "Den ganzen Tag stand ich heute im Gegenwind. Die Leute waren schon richtig verärgert meinwegen. Was kann ich dafür, wenn der Wind bläst. Ich zeige ja nur die Windgeschwindigkeit an, blasen tut der Wind immer noch selber! Und jetzt kommst du noch mit deinem Hürdi!" Blocki hatte Angst. Hatte es Hürdi diesmal wirklich erwischt? Hatte ihn so ein un-

vorsichtiger, brutaler Hürdenläufer wirklich zu Tode getrampelt? Der nächste Hürdenwagen war im Anmarsch, von Hürdi nichts zu sehen. "Du, Ostacoli, hast du Hürdi gesehen? Sag mir, wo er ist!" Ostacoli war vom heutigen Tag gezeichnet. An der Latte fehlte ein ziemlich grosses Stück Holz. Zudem hatte er eine Schraube locker. "Es tut mir leid. Hürdi hat es diesmal nicht geschafft. Den ganzen Tag blieb er schadlos, hatte jedesmal Glück, er fiel nie um. Doch beim zweitletzten Lauf geschah es. Ich stand gleich vor ihm. Schon bei mir hatte diese Zürcherin Mühe und touchierte mich. Doch dann musste Hürdi dran glauben. Mit dem Knie, genau mit dem Knie hat sie ihn getroffen. Hürdi war sofort tot!" Ostacoli entfernte sich. Blocki konnte es nicht glauben, starrte fassungslos in die Ecke und weinte.

Mile-Stones

Wegen der Flut aktueller Beiträge bleiben die Meilensteine für einmal im Materialraum. Steinmetz Peter Knuchel setzt den nächsten Meilenstein in der Augustausgabe.

Hanspeter Kühnis

kami
Textildruck Siebdruck



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

Walter Tschudi, überragender Leichtathlet, unser ehemaliger Präsident und LCZ-Ehrenmitglied, am 31. Dezember 2004 gestorben

Von Albert Brunner

Wir trauern um Walter Tschudi, er ist am Silvesterabend 71-jährig zu Hause bei seiner Familie friedlich verschieden.

Sein ungewöhnlicher Lebensweg, sein sportlicher, militärischer und beruflicher Werdegang und seine Erfolge wurden in verschiedenen Zeitungen ausführlich gewürdigt.

Ich möchte mich in meinen Erinnerungen darauf beschränken, wie wir Walter als seine Klubkameraden erlebt haben. Vorerst seien aber seine überragenden LA-Leistungen nochmals festgehalten.

10.5 s über 100 m, 21.7 s über 200 m, 47.9 s über 400 m (im Zehnkampf erzielt!), 53.8 s über 400 m Hürden, Rekordmann im Fünf- und Zehnkampf und in der 4x400-m-Staffel, 5. im Zehnkampf der Europameisterschaften 1958 in Stockholm und ein Jahr zuvor Sieger eines Sechsländerkampfes mit einer Leistung (7299 Punkte), die damals in der "ewigen" Bestenliste der Welt erst gerade 12 Athleten übertroffen hatten. Die Sportjournalisten wählten ihn deshalb zum Schweizer Sportler des Jahres 1957. Walters Name tauchte im "Sport" schon in den frühen 1950er-Jahren auf, als er als Gymnasiast des Kollegiums Appenzell die 100 m in 10.8 s – auf einem Strässchen! – gelaufen war. Da eilte ihm bereits der Ruf eines – zwar noch unbekannt – Aus-

nahmetalents voraus. Persönlich traf ich Walter zum ersten Mal in einem Café beim Letziggrund, vermutlich 1955 im Beisein von Res Brügger, der schon da-



**Walter Tschudi,
Präsident des
LCZ, ehrt Peter
Laeng bei sei-
nem Abschied
als aktiver
Leichtathlet.**

mals nicht wegschaute, wenn neue vielversprechende Talente auftauchten, die unsere LCZ-Reihen hätten verstärken können.

Der Zufall wollte es, dass Walter und ich uns schon bald wieder begegneten, nämlich in Losone, er als abverdienter Korporal, ich als Rekrut. Wir hatten einen sportfreundlichen Schulkommandanten, der uns einige Male die Teilnahme an lokalen Leichtathletik-Meetings ermöglichte. Da waren Walter und ich natürlich mit von der Partie, zusammen mit anderen, auch dem Aargauer Werfer Hansruedi Jost. Der Militärdienst ging vorüber, und wir kehrten ins Zivilleben zurück. Walter nahm im Rahmen seiner Sekundarlehrerausbildung das Studium an der Uni Zürich auf. Und er brauchte eine Bleibe. Ich weiss nicht mehr, wie viel Überzeugungsarbeit ich bei meiner Mutter leisten muss-

te für ihr Einverständnis, dass Walter bei uns wohnen konnte – in unserer alles andere als luxuriösen Dreizimmer-Wohnung in Zürich-Hottingen.

Aber es klappte. Und Walter führte Neuerungen ein. Zum Frühstück gab es neu Ementaler Käse, eine eindeutige Bereicherung meines damaligen spartanischen "Zmorgens".

Wir trainierten häufig zusammen, sei es auf der nahen Bungertwiese, auf den Hochschulanlagen an der Rämistrasse oder auf dem Letziggrund. So kam Walter in das Umfeld unseres Klubs, was dazu führte, dass er Anfang 1956 LCZler wurde.

Walter war ein absolutes Ausnahmetalent. In den Laufdisziplinen kamen die hervorragenden Leistungen – bei nicht übertrieben intensivem Training – fast von selbst. Hingegen hatte er kein ausgesprochenes Interesse, in den technischen Disziplinen gross an seiner Technik zu arbeiten. Trotzdem erreichte er auch da dank seines Talents respektable Leistungen.

Im Hinblick auf die Teilnahme an den Olympischen Spielen 1956 in Melbourne bereitete er sich seriös auf den Zehnkampf vor. Hier eine für ihn typische Episode. Er verstand sich besonders gut mit einem der für Melbourne vorgesehenen Delegationsmitglieder; das war Willy Dürr, Sportlehrer an der Uni Basel. Von den die Olympiateilnehmer betreuenden Ärzten wurden den Athleten medizinische Präparate und Pillen verabreicht. Doch Walter und Willy Dürr waren sich einig, dass diese Zusätze nichts Positives bewirken würden, und so wanderten diese in den Abfalleimer.

Viele von uns erinnern sich noch an den unseligen Entscheid der Schweizer Sportverbände im Gefolge des Ungarn-Aufstandes, auf die Teilnahme der Schweiz an der Olympiade 1956 zu verzichten. Walter und ich vernahmen die Hiobsbotschaft am Radio. Walter verbarg seine Gefühle hinter humorvollem Schimpfen, aber die Enttäuschung muss für ihn herb gewesen sein. Sie bedeutete jedoch nicht das Ende seiner LA-Karriere, er erzielte einige seiner besten Resultate in den Jahren 1957/58. Aber bald darnach hingte Walter seine Nagelschuhe an den berühmten Nagel. Ruedi Amgwerd, der LCZ-Präsident der frühen 1960er-Jahre sah, dass Walter nach seinem Abgang vom Wettkampfsport nicht ganz klar kam. Er wollte auch verhindern, dass Walter dem

Die Sportjournalisten wählen**Walter Tschudi 1957****zum Schweizer Sportler des Jahres.**

LCZ verloren ging und überzeugte ihn, das LCZ-Präsidium zu übernehmen. Walter vertrat dieses Amt von 1962 bis 1969 mit Überzeugung und Erfolg, wobei er sich vereinbarungsgemäss um die sportlichen und kaum um die administrativen Belange des Klubs kümmerte.

Was für ein Bild haben die LCZler von Walter Tschudi in Erinnerung behalten? Hier die Aussagen von drei repräsentativen LCZlern.

Für Res Brügger war Walter eines der allergrössten Talente, das unter der Leitung eines kundigen Trainers zur absoluten Spitze bis Weltrekordniveau hätte vorstossen können. Res war vor allem von der spielerischen Lockerheit beeindruckt, mit welcher Walter seine Leistungen erzielte; diese quittierte er dann oft mit einem schelmischen Grinsen und liess damit durchblicken, dass ihm tierischer Ernst bei seinem sportlichen Tun fern lag. Wenn während seiner Zeit als Präsident etwas schief ging, bewies er seine Souveränität, indem er die Sache mit ein paar träfen Worten ins Lot brachte. Eine besondere Sympathie verband Walter mit seinem Namensvetter Walter Lutz, dem herausragenden Schweizer Sportjournalisten. Gemäss Res pflegte Walter Tschudi zur Begrüssung zu sagen: "10.8 uf äm Strössli". Offenbar hegte Walter Lutz damals Zweifel an der frühen Leistung des Gymnasiasten Walter Tschudi, dieser hingegen war von seinem ersten



Exploit überzeugt. Über die Jahre war die ursprüngliche Meinungsverschiedenheit zur beiderseitigen Belustigung mutiert.

Für Peter Läng (unserem Olympiateilnehmer und langjährigen 400-m-Rekordhalter) war Walter grosses Vorbild und ein Superathlet. Walter beeindruckte Peter als unabhängiger Typ, der seiner Umgebung ohne falschen Respekt begegnete, auch LA-Funktionären gegenüber. Unkonventionell war Walter in seinen Essgewohnheiten, abgesehen vom Emmentaler zum Frühstück; so verachtete er selbst vor ei-

nem Wettkampf ein Fondue nicht.

Sigi Stambach nennt Walter einen tollen Typ, den er in bester Erinnerung hält, und erwähnt, dass Walter während seiner Zeit als Sekundarlehrer in Höngg dem LCZ eine ganze Anzahl seiner Schüler zuführte, von denen sich einige zu sehr guten Athleten entwickelten, wie Felix Böhni (Stabhoch), Hans Meier (Hoch) und Mario Pedretti (Weit).

Bis vor einigen Jahren hat Walter mit seiner Frau Ursula noch hin und wieder an unseren Senioren-Veranstaltungen teilgenommen. Vor

vier Jahren kamen die beiden zu unserer Freude auf die LCZ-Seniorenreise nach Madrid mit, welche für alle Teilnehmenden ein schönes gemeinsames Erlebnis war.

Aber vor ein paar Jahren zog sich Walter von unserem Klubleben zurück, insbesondere auch vom VfG und von der "Gmütliberger-Gruppe". Dies war sein fester Entschluss, den es zu respektieren galt. Demgegenüber liess er sich gerne zu einem Treffen im kleinen Kreise gewinnen. Mit Hansruedi Jost, dem früheren erfolgreichen Hammerwerfer aus Aarau, war er besonders verbunden, nicht nur durch die Leichtathletik, sondern auch durch die gemeinsam absolvierte Grenadier-Offiziersschule. So kam es, dass Walter, Hansruedi und ich mit unseren Partnerinnen verschiedentlich zusammen Kunstausstellungen besuchten. Das letzte derartige Treffen – der Besuch der wunderbaren Monet-Ausstellung im Kunsthaus Zürich, war für den 7. Januar dieses Jahres vorgesehen. Es kam nicht mehr dazu, der Tod hat uns Walter einige Tage vorher entrissen.

Walter fehlt uns, wir vermissen seinen markigen Humor und seine entschlossene Art, hinter welcher aber bei vielen Gelegenheiten ein sensibler, toleranter und lauter Mensch zum Vorschein kam. In unserer Erinnerung wird er weiterleben. Seiner Familie, insbesondere seiner Frau Ursula, sprechen wir unser aufrichtiges Beileid aus.

Fritz Günter †

**LCZler der Vorkriegs-
generation am 4. Januar
2005 87-jährig gestorben**

Wir trauern um unseren lieben "Gmüetliberger"-Kameraden, Fritz Günter, der anfangs Jahr unerwartet gestorben ist. Eine grosse Schar LCZler hat in der Kirche Küsnacht anlässlich einer sehr eindrücklichen Trauerfeier von Fritz Abschied genommen.

Fritz trat dem LCZ als 18-jähriger Junior im Jahr 1934 bei; er konnte anlässlich der Senioren-GV 2004 für 70-jährige Klubmitgliedschaft geehrt und gefeiert werden. Fritz war ein sehr guter Sprinter, seiner Sportkarrie-

re kam allerdings die lange Aktivdienstzeit in die Quere. Fritz sprühte vor Lebensfreude; ich erinnere mich, wie er bei unseren Seniorenausflügen in früheren Jahren einen faulen, lustigen Spruch nach dem anderen fallen liess. Unvergesslich ist der "Gmüetliberger"-Delegation das Mittagessen im Restaurant "Kittenmühle", zu dem wir Fritz im letzten Sommer einluden, um sein 70-jähriges Klubjubiläum gebührend zu feiern; da hat Fritz nochmals richtig aufgelebt. In der letzten Zeit machte Fritz seine Gehbehinderung zunehmend zu schaffen. Trotzdem wagte er mit Hilfe der Spitex die Reise zu unserem Gmüetliberger-Treffpunkt noch einige Male.

Ich möchte meine Erinnerung an Fritz mit einem Passus aus der Danksagung seiner Familie abschliessen, welcher seine Wesensart sehr schön einfängt.

"Mit seiner Fröhlichkeit und seinem Optimismus, seinem lebenswürdigen Charme und Humor, seiner kameradschaftlichen und grosszügigen Art hat er Zeit seines Lebens ganz viele Menschen geprägt – innerhalb und ausserhalb unserer Familie und unseres Freundeskreises, Menschen jeden Alters." Wir werden Fritz nicht vergessen; seiner Familie sprechen wir unser herzliches Beileid aus.

Albert Brunner

Giovanni Zamboni †

**Unser langjähriges
Seniorenmitglied ist am
13. November 2004
94-jährig gestorben**

Giovanni Zamboni trat unserer Senioren-Abteilung im Jahr 1964 zusammen mit Hugo Mattmann bei; die beiden Freunde hatten in früheren Jahren beim Sportclub Luzern Leichtathletik betrieben.

Viele Jahre lang spielte Giovanni bei uns Korbball und machte bei der "Gmüetliberger"-Gruppe mit.

Sein mit Verschmitztheit gepaarter Humor sorgte in der Seniorenrunde immer wieder für Erheiterung. Er konnte auch über sich selber

Das beste Rezept gegen teure Medikamente



Die mit dem Regenbogen



Immer mehr Menschen wünschen sich gute Medikamente zu gesunden Preisen. Deshalb gibt es Mepha Generika – Medikamente, die gleich wirken, aber weniger kosten. Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker nach Mepha Generika – die mit dem Regenbogen.

mepha

lachen, z.B., wenn er auf seine erhöhte Vergesslichkeit anspielte.

Beruflich war Giovanni sehr erfolgreich; er hatte seine Laufbahn als junger Architekt vor dem 2. Weltkrieg mit geringsten finanziellen Eigenmitteln begonnen. Als er

sich vor rund 20 Jahren vom Geschäftsleben zurückzog, konnte er der Nachfolgegeneration fünf Hotelbetriebe übergeben und den Lebensabend in seiner schönen Villa geniessen. Gegenüber seinen "Gmüetliberger"-Kameraden war er sehr grosszügig;

immer wieder liess er unserer Kasse einen gehörigen Zustupf zukommen.

Letztes Jahr konnten wir mit ihm noch seinen 94. Geburtstag feiern. Wir trafen einen Giovanni an, dessen Lebenskraft schon sichtlich abgenommen hatte, aber seine

Augen leuchteten und er freute sich, als wir ihm zu seinem hohen Geburtstag gratulierten.

Seiner Familie sprechen wir unser herzliches Beileid aus. Giovanni wird uns als liebenswerter Kamerad in Erinnerung bleiben.

Albert Brunner

Souverän - souverän

Bericht zur Senioren-GV vom Freitag, 28. Januar 2005, im Kulturhaus Helferei Zürich

Von Frank Gloor

Jawohl, einmal mehr eine GV, die nicht nur die Sachgeschäfte mit grosser Routine behandelte, sondern mit einem einmalig schönen Begleitprogramm aufwartete, das auch für zahlreiche Partnerinnen von Mitgliedern sehr interessant war.

Jedenfalls, der Andrang war mit insgesamt über 85 Personen sehr eindrücklich und ein sehr deutliches Votum für die Organisatorin Ruth Schraner. Die Präsidentin hat diesen Anlass konzipiert und hatte dabei wiederum ein Auge für alles und jeden. In souveräner Art führte sie die 68 Mitglieder durch die Traktandenliste, rekapitulierte kurz das Geschehen des vergangenen Jahres und liess die zahlreichen Jubilarinnen und Jubilare auf sehr individuelle Art hochleben. Das vorgelegte Budget fand die volle Anerkennung und der Vorstand wurde in der bestehenden Zusammensetzung für ein weiteres Jahr bestätigt. Auch die kommenden, geplanten Ereignisse wurden kurz gestreift;



Interessierte sollten sich die folgenden Daten vormerken:

- Sommeranlass Waldhuus Fällanden am 14. Juli
- Bergwanderung am 27. August oder 3. September
- SVM-Final am 17. September
- Herbstausflug in den Jura am 1. Oktober

Nach der straff organisierten GV ging es nach kurzer Pause mit den Klangwirbeln der klassischen Musik des Kon-

zertpianisten Tomas Kramreiter weiter. Ein Meisterpianist - ein Steinway - ein Rezital: von Scarlattis Sonate zu Brahms über Rachmaninoffs Prélude in Dur und Moll bis zum Walzer von Ziehrer.

Das war in dieser klassizistischen Gotik der Helferei akustisch und optisch einfach superb. Wann ist es schon möglich, musikalische Interpretationen auf diesem professionellen Niveau quasi in direkter Augenhöhe und in nächster Nähe zum Pianis-

ten zu erleben? Das exquisite, wunderbar gemachte Programmblatt rundete dieses Privatkonzert zur Perfektion. Fragen und Antworten zwischen dem Pianisten und Peter Muster vertieften das Gehörte.

Der Apéro ermöglichte den Übergang zum Täglichen und Alltäglichen und im angeregten Gespräch fanden die Teilnehmergruppen den kurzen Weg ins "Grüne Glas" zum Nachtessen. Wahrlich ein souveräner Anlass.

Meisterpianist

Tomas Kramreiter und

Talkmaster Peter Muster im Gespräch.

Saubere Energie

für die Weltklasse von morgen



*Die Erdgas Zürich wünscht allen
Leichtathletinnen und Leichtathleten
eine erfolgreiche Saison.*