VEREINSORGAN TURNVEREIN UNTERSTRASS

92. Jahrgang gegründet 1864 Erscheint 11 x im Jahr

Juli / August 2008 Nr. 7 / 8

Sport für Alle
Handball
Leichtathletik Club

Ski Club
Veteranengruppe
Silvesterlauf

Auskunft erteilt von Montag bis Donnerstag, 14 – 17 Uhr das Zentralsekretariat
Manessestrasse 1 · Postfach 8268 · 8036 Zürich · Telefon 044 242 90 55 · Telefax 044 242 90 00
Internet: http//www.TVUnterstrass.ch

Vereinsorgan

Redaktion:
KEDRUSA, Ruedi Kern
Meier-Bosshard-Str. 1, 8048 Zürich
Telefon 044 430 48 80,
Telefax 044 430 48 86
E-mail: kedrusa@bluewin.ch

Inserate:

Sekretariat
Manessestr. 1, 8036 Zürich
Telefon 044 242 90 55
Telefax 044 242 90 00

Druck:

JABERG Druck
Soodring 34, 8134 Adliswil
Telefon 044 710 55 51
Telefax 044 710 55 32

In dieser Ausgabe

Liebe Untersträssler 2 – 3

TVU-Schaufenster 3

Handball
Jungspunde verlieren gegen Altherren-Mannschaft 5
Fünf TVU-Teams am Turnier in Turbenthal 5 – 6
Fabian Pospisil schafft Sprung in die RA 6
Sponsorenlauf 2008 mit Bilder 6 – 7

Leichtathletik Club
Sekretariat 8
Interview Kate Melrose 8 – 9
Aktive 9 – 11
Triathlon – Resultate 11 – 13
Nachwuchs 13 – 18
Grund- und Fortbildungskurs KR 19
Laufgruppe – Resultate 20 – 24
Diverses 24

Sport für Alle
TVU Frühlingswanderung 25

Ski Club
Jahresprogramm 25

Veteranengruppe
Fahrt ins Blaue – Einladung 26
Kantonale Veteranentagung 26 – 27

Termine 27

Adressen 28

Redaktionsschluss für die Nummer September: 11. August 2008

7/8.08

Liebe Untersträssler!

Über Fussball im Vereinsorgan des Turnvereins Unterstrass zu schreiben, sei mir als Wagnis erlaubt, könnte aber manchem überzeugten Turner in den falschen Hals geraten. Aber Hand aufs Herz, die Begeisterung für diese monetenträchtige Sportart ist beneidenswert und wäre den Handballern und Leichtathleten auch zu gönnen. Selbstverständlich ohne die oft skandalösen Nachwehen auf Spielfeld und Tribüne.

Dabei scheint sich die Branche in einem ungesunden Finanzdschungel zu verlaufen, wird aber von teilweise in Ekstase fallenden Fans dennoch vergöttert. Die weltweit eingekauften Akteure müssen von einem energischen Pfeifenmann, genannt «Schiri», im Zaum gehalten werden, damit auch weniger angespuckt und simuliert wird. Dass der Einsatz von Armen und Händen nur beim Einwurf oder dem Goalie gestattet ist, sonst aber bestraft wird, gibt wenigstens dem Handball einen etwas exklusiveren Anstrich.

Halb Europa scheint sich nun von der Fussball-Euphorie erholen zu müssen und dabei wären kürzlich ebenso attraktive Wettkämpfe in anderen Sportarten zu verfolgen gewesen.

Wenden wir uns z.B. dem Kunstturnen auf höchster Ebene zu, dessen europäische Spitze mit ihrer spektakulären und waghalsigen Akrobatik einen ergrauten knorrigen Magnesianer der alten Schule buchstäblich vom Stuhl reisst. Dank gefederten Bühnen und Sprungbrettern eröffnen sich einem gelenkigen und anatomisch kompakten Turner ungeahnte Möglichkeiten. Ein mehrköpfiges Kampfgericht amtet streng nach ausführlichen Vorschriften und wird trotzdem des Öfteren kritisiert. Die Leichtathletik umschifft diese Klippe gerechter, dank Messband und Stoppuhr.

Ein Rückblick in vergangene Zeiten sei hiermit gestattet: Die Jugendriege als Fundgrube von Talenten bleibt bis heute unbestritten. Bewegungshungrige Kinder wurden von weitsichtigen Eltern in die Jugi geschickt, was leider bis in die 60er Jahre erst ab dem 10. Altersjahr möglich war. Um der Konkurrenz anderer Sportarten die Stirne bieten zu können und den Versicherungsschutz auszubauen, konnte das Eintrittsalter später auf den Schulbeginn vorverlegt werden. Die Kleinen durften ihre Fähigkeiten an dem jeweiligen Alter entsprechenden Anforderungen messen.

Die Förderung der unterschiedlichsten Begabungen wurde damit möglich. Gut ausgebildete Leiter stöberten, wie in einem Gemischtwarenladen, brachliegende Talente auf und beschäftigten aber gleichzeitig unparteiisch die gesamte übrige Schar ebenfalls. Wanderungen, Skirennen und Rangturnen sorgten für Erlebnisse in Wettkampf und Gruppengefühl. Um das Gelernte auch Angehörigen vorzuführen, eignete sich das alljährliche Chränzli, eine humorträchtige Schau aller Mitglieder.

Wer dann beim Schulaustritt im Verein genügend Wurzeln geschlagen hatte, trat dank gutem Einvernehmen von Jugileiter und Oberturner der Aktivsektion bei. Hier wurden Junge mit bestandenen Koryphäen vereint und in traditionelle Gepflogenheiten integriert, das heisst, eingeführt in ein Training mit dem Hintergedanken, später am Turnfest dann das Gelernte zu präsentieren.

Ab hier öffnete sich die Schere: Einzelwettkämpfer traten natürlich lieber in ihren Wunschdisziplinen an und lernten daher oft nur widerwillig die wenig anspruchsvollen Marsch- und Freiübungen für den Sektionswettkampf.

Der biedere Fitnessturner stellte seine Kraft und Geschicklichkeit in einer der vier Gerätestufen unter Beweis, und beim Stafettenlauf resultierten dank der Mithilfe der Leichtathleten Bestnoten.

Massstab aller Dinge für den Verein blieb die Sektion mit ihrer Teilnahme an verschiedenen Anlässen, wobei noch heute Anekdoten über diverse originelle Begebenheiten zirkulieren. Bei grossen Festen zogen alle am gleichen Strick, gemeinsam mit bis zu 128 Mann gleichzeitig in einheitlichem Tenue! Wahrlich eine Augenweide.

Aus diesem Stamm sind die Handball- Leichtathletik- und Skiriegen gewachsen, welche auch heute noch – unter der Bezeichnung «Club» brillieren. Die Skiriege war lange Jahre eine gefürchtete Läufertruppe. Leider hat die heutige Entwicklung den Glanz früherer Erfolge etwas abbröckeln lassen.
Parallel dazu begab sich aber auch eine weitere «Fakultät» auf den Weg zur Intensivstation: die Magnesianerzunft der Gerätekünstler. Auch sie lebt heute vornehmlich noch von der Erinnerung an frühere Zeiten. Zum Beispiel an jene Gruppe, die 1950 als Mannschaft einen Wettkampf im Ausland bestritt, der von den Gastgebern sogar als Städtewettkampf angekündigt wurde! Die ganze Reise mit grossem Gefolge wurde zum Ereignis und später selbstredend mit köstlichen Episoden gespickt. Vorgängig durfte die Trainingszeit auf den Sonntagmorgen erweitert werden, sehr zum Missfallen des schrulligen Abwarts. Die schweren Geräte aus der Halle auf die Wiese zu schleppen, minderte den Eifer nicht, durften doch so die ersten Zuschauer gratis dem Geräte-Training beiwohnen.
Guter Nachwuchs drängte nach und speziell die Jahrgänge 40 – 60 sorgten für Präsenz an vielen Kunstturnertagen und Turnfesten. Nicht nur Kränze an kantonalen Festen zeugten vom Können der Jungmannschaft. Als krönenden Erfolg eroberte sich in den Jahren 1980/81 ein Zögling aus der TVU-Jugi die Schweizer Meistertitel am Pauschenpferd und am Reck.
Geräteturner pflegten auch die humorvolle Seite und bewiesen dies mit akrobatischen, grotesken oder musikalischen Auftritten an verschiedenen Unterhaltungsabenden.
Zum Schluss bleibt mir noch die örtliche Idylle eines Kunstturnertages der alten Schule zu beschreiben: Eine frisch gemähte Wiese, Geräte mit Sägemehlpolster, Kampfrichter unter dem Sonnenschirm, Bierflasche in Reichweite, Brissago statt Bleistift im Mundwinkel! Heute undenkbar! Doch lassen wir dennoch bei Gelegenheit Vergangenes Revue passieren.

Hans Winterberger

TVU-Schaufenster

ACHTUNG! Kartengrüsse, Hochzeitsanzeigen usw. bitte an das Sekretariat senden, wenn sie veröffentlicht werden sollen – dürfen – müssen.

Am 9. Juli 1938 ist unser Jubilar Henry Angst dem TV Unterstrass beigetreten, also genau 70 Jahre dabei. Dazu gratulieren wir herzlich und danken für seine Treue.

Den nachfolgenden Jubilaren unter den TVU-Mitgliedern, welche ihre runden Geburtstage feiern, wünschen wir für die Zukunft viel Glück, Gesundheit und alles Gute !

01.07.	Heinz Beyeler	65 Jahre
01.07.	Fritz Peter	75 Jahre
01.07.	Gilbert Leemann	80 Jahre
07.07.	Heinz Bühlmann	65 Jahre
07.07.	Vladimir Kukic	75 Jahre
14.07.	Kurt Hartmann	80 Jahre
29.07.	Max Bosch	91 Jahre
01.08.	Brigitte Senglaub	50 Jahre
02.08.	Josef Hörler	94 Jahre
03.08.	Ernst Strupler	90 Jahre
08.08.	Max Hensel	75 Jahre
12.08.	Jakob Städeli	95 Jahre
13.08.	Sergio Ambrosini	55 Jahre
26.08.	Verena Conte	60 Jahre
29.08.	Josef Huber	75 Jahre
30.08.	Fernand Vuilleumier	50 Jahre
30.08.	Urs Stocker	55 Jahre

Vom TVU Handball, Gruppe G&V – was soviel heisst wie «Gesunderhaltung & Vergnügen» – erhielten wir einen Gruss von der Zweitagestour zum Triftgletscher. Unterschrieben haben die Karte Bruno, Jürg, Manfred, Christoph und Sergio. Herzlichen Dank !

Gesunderhaltung und Vergnügen –
eine solche Einstellung ist nicht zu rügen;
in einer Zweitagestour wagen sie es aufs Eis,
die signierte Ansichtskarte ist der Beweis.

kami
Textildruck - Wallisellen

Ihr Fachmann für bedruckte Textilien
- Direkter Siebdruck
- Transfer Druck

Ihr Lieferant für Sport-Vereinsbekleidung
- Switcher
- Adidas

Südstr. 10 8304 Wallisellen Tel. 044 830 57 57 Fax 044 830 41 83 www.kami.ch

Sonntags geöffnet:
Shop-Ville Rail City 7.30 bis 20 Uhr

Stocker
Seit 1904

Zürcher Bäckerei Contitorei
seit 100 Jahren

Weinbergstrasse 93 / Kreuzplatz
Stadelhoferpassage / Shop-Ville Rail City

JABERG-DRUCK
ADLISWIL

Wir setzen und drucken für Sie

in Adliswil

Soodring 34

044 710 55 51

Die TVU-Chronik sucht dringend neue Inserenten !

Mit einem Inserat unterstützen Sie die Herausgabe des Organs.

BLUMENHAUS UNTERSTRASS

GABRIELA SCHMID
Eidg. dipl. Floristin

www.blumen-nordheim.ch
blumen nordheim@bluemail.ch

- **Originelle Sträusse**
- **Brautfloristik**
- **Dekorationen**
- **Arrangements**
- **Trauerbinderei**

Schaffhauserstrasse 2 · 8006 Zürich · Telefon / Fax 044 361 94 11
HAUSLIEFERDIENST und FLEUROP INTERFLORA SERVICE

Handball

Jungspunde verlieren gegen Altherren-Mannschaft

Nach Jahren der Abwesenheit, in denen schon das Verschwinden in der Versenkung drohte, kehrte sie zurück: Die hauseigene Grossfeld-Mannschaft feierte an der diesjährigen Schweizer Meisterschaft ein zwar kurzes aber lehrreiches Comeback.
Kerle, an der Zahl 13, wacker, wagemutig und gewiss unerschrocken, pilgerten in ein fernes Städtchen und harrten ausgerüstet mit Noggenschuhen und einem kaputten Ball, den Dingen die da kommen sollten. Kaum in der fremden Ortschaft angekommen, verdunkelten sich die Gefilde. Zum einen weil die Mannen der Gegner noch grösser und breiter herangewachsen waren und lange Schatten über den halben Platz warfen, zum anderen türmten sich unheilverkündende Gewitterwolken über der grünen Arena an.
Deren zwei holde Burgfräuleins gesellten sich schon bald zu den in weiss aufspielenden Gästen, servierten sich selbst ein ausgiebiges Mahl und wussten mit ihren Reizen und noch viel eher ihren Düften die einheimischen Knechte zu betören und die ansässigen Mägde zu vertreiben.
Der greisenhafte Xaver Bock wurde zum Kampf mit dem Schiedsgericht betraut. Väterlich nahm sich der rüstige Rentner in spe, den unwissenden Zürchern an und führte sie in die Geheimnisse der Grossfeld-Handballkunst ein. Statt aus 7 Metern werden Penaltys aus doppelter Distanz ausgeführt, die Tore sind identisch mit den Fussball-Euro-Gehäusen und als Unterlage dient nicht Parkett sondern Gras. Zudem stehen total 10 Feldspieler auf dem Platz, wobei nur sechs gleichzeitig im Angriff- respektive Verteidigungsdrittel agieren dürfen. Aja: Doppel ist auch erlaubt.
Die Geschichte vom Spielgeschehen ist schnell erzählt: Unterstrass legte zwar all sein Können in die Wagschale, hatte aber dermassen grosse Umstellungsschwierigkeiten, um sich auf dem doppelt so grossen Spielfeld zurecht zu finden, dass sie nach ausgeglichenen Startminuten, schon bald hoffnungslos in Rückstand, über den Acker huschten. Bryan Jauch und Reto Hegi waren nebst Routinier Thomas Lehner die einzigen, die den stämmigen St. Gallern wirkungsvoll entgegentraten. Der Gegner, HC Bruggen, lag so zur Pause bereits vorentscheidend mit acht Toren in Führung. Weil nach dem Seitenwechsel die Defensive der Untersträssler nur unmerklich besser agierte und sich so die Bruggener über die gesamte Spieldauer über eine Angriffseffizienz von unglaublichen 80% erfreuen konnten, war an eine Aufholjagd nicht zu denken. In Erinnerung wird neben Vasi Laios' Special-Move wenige Minuten vor Schluss deshalb vor allem die vom Gastgeber freundlich offerierte Olma-Wurst und die kühlen Blonden für die durstigen Kehlen bleiben.
Trotz der schallenden Ohrfeige der doppelt so alten Gegner, die man durch das Schlussresultat von 33:19 (18:10) hinnehmen musste, war der Ausflug in die Ostschweiz doch eine tolle Erfahrung. Den Schweizer Meistertitel können wir uns auch nächstes Jahr noch sichern.

Im erfolglosen Comeback-Team spielten:
Simic, Rückstein, Castelmur, Minidis, Jauch, Hegi, Lehner, Mosberger, Laios, Stropnik, Bruder, dä Wayne, Schraner, Hungerbühler.

Fünf TVU-Teams am Turnier in Turbenthal

Am wohl grössten Turnier der Schweiz, nahm der TVU gleich mit vier Mannschaften teil. Am Samstag kämpften das MU15-, das FU15- und das MU17-Team um Punkte und Tore. Erst am Sonntag stand schliesslich die U13-Equipe im Einsatz.
Das neu gegründete FU15-Team reiste mit einem Mini-Team nach Turbenthal und musste deshalb die Hilfe von Salome und Jasmina (FU17) und Stefan/Slavi (MU15) in Anspruch nehmen. Im Vergleich zum letz-

ten Ernstkampf zeigte das sehr junge Team aber schon die ersten Fortschritte, stand defensiv solider und spielte im Angriff deutlich weniger fehlerhaft. Abgesehen von Salome und Jasmina zeigten auch Vivi und Julia schon gute Ansätze. Aber auch Joyce und Vanessa kamen auf der linken Angriffsseite mit jedem Spiel besser in Fahrt. Als verdienter Lohn knüpfte man Dübendorf im letzten Spiel sogar noch einen Punkt ab. Am Ende belegte das Team Platz 7.
Das MU15 von Dani Bapst und Martin Stropnik wurde in seiner Konkurrenz in die «Hammergruppe» eingeteilt und hatte gegen physisch deutlich überlegene Gegner anzutreten. Am Ende resultierte für das Team der 13. Rang. «Wird die Verteidigungsarbeit noch verbessert und agieren die Spieler im Angriff alle so konsequent wie Kreisläufer Vujo, bin ich für die kommende Saison zuversichtlich», ist Trainer Dani Bapst überzeugt.
Mit einer aus MU17P und MU17I gemixten Mannschaft war der TVU in der U17-Kategorie vertreten. Dank drei Siegen in der Vorrunde und einer knappen Niederlage gegen Kadetten Schaffhausen, sicherte sich das Team den Einzug in den kleinen Final. Dort setzte sich das Team ebenfalls durch und landete letztlich auf dem guten 3. Platz.
Die U13-Mannschaft hielt sich bis zum witterungsbedingten Turnier-Abbruch stark. Die ersten drei Spiele konnten allesamt gewonnen werden, so dass das Team punktgleich mit drei anderen Mannschaften an der Spitze lag. Die Spiele verliefen alle sehr ausgeglichen, weshalb Trainer Ströbe über den Turnierabbruch nicht unbedingt traurig war. Mit einem Schmunzeln erklärt er: «Einen solchen Nervenkitzel und enge Spielstände hätte ich nicht nochmals durchgestanden! Toll war die Teilnahme aber allemal!»

Fabian Pospisil schafft Sprung in die RA!

Am vergangenen Sichtungstraining schaffte der TVU-Junior Fabian Pospisil den Sprung ins Ergänzungskader der Regionalauswahl Zürich. Für den 11-jährigen ist damit ein erster Schritt geschafft, eine Freikarte fürs

Stammkader der RA oder andere Auswahlteams bedeutet die Selektion freilich nicht. In der kommenden Saison geht es für den sehr polyvalent einsetzbaren Spieler nun darum, sich mit dem Team aber auch individuell weiter zu verbessern um für die RA weiterhin ein Thema zu bleiben.
Der Verein gratuliert Fabian herzlich zu diesem ersten Schritt!

Sponsorenlauf 2008

Die Handball-Abteilung organisierte durch Karin Züger und Gaby Fäh auch dieses Jahr wieder einen Sponsorenlauf. Mit witzigen (und zum Teil sehr schweisstreibenden!) Spielen gingen Jung und Alt auf Punktejagd.
Die Teilnahme an Aktiven und Junioren hielt sich dieses Jahr leider etwas in Grenzen, weshalb der eingelaufene Betrag im oberen vierstelligen Bereich unter den Erwartungen blieb.
Lässt man allerdings die Fotos für sich sprechen, darf doch von einem geglückten und witzigen Anlass die Rede sein! Der Dank gilt auch heuer wieder dem OK-Duo und dem breiten Staff dahinter!

ch

SPORTPLAUSCH WIDER

Bike • Ski • Snowboard • Öffnungszeiten: Mo-Fr 10.00-20.00 • Sa 09.00-17.00
8304 Wallisellen • Tel. 044 830 52 44 • Fax 044 830 70 82 • sportplauschwider.ch

Leichtathletik Club

Sekretariat

Fehlende Mitgliederdaten

Aufruf an alle Mitglieder des LAC TV Unterstrass !

Mit viel Freude und Elan habe ich Anfang Mai die Tätigkeiten im Sekretariat aufgenommen. Als Verantwortliche für die Mitgliederliste und Mitgliedermutationen bin ich auf Eure Änderungen angewiesen. Sehr viel Arbeit bereiten mir die fehlenden E-Mail-Adressen sowie Natel-, Geschäfts- und Privattelefonnummern. Insgesamt sind es über 700 Daten, die mir fehlen. Um Euch per E-Mail mit unseren News laufend informieren zu können, sind wir auf Eure aktuellen Daten angewiesen.

Geburten von LAC Nachwuchs sowie Hochzeiten von LAC Mitgliedern werden leider auch vorenthalten und nicht mitgeteilt. Gerne würden wir in Zukunft diese speziellen Ereignisse wieder veröffentlichen.

Bitte helft mit, die Mitgliederliste auf den neuesten Stand zu bringen und sendet die fehlenden Daten an:

claudia.kernbach@tvunterstrass.ch oder Telefon 056 282 04 08 / 079 355 65 51.

Tenüs, Nagelschuhe, Caps usw.

An folgenden Daten können neue Tenues, Nagelschuhe, neue U-Caps und Pasta aus dem Ticino im Sekretariat auf dem Sihlhölzli bezogen werden:

Donnerstag	3. Juli	18.00 – 18.30 Uhr
Montag	28. Juli	18.00 – 18.30 Uhr
Donnerstag	31. Juli	18.00 – 18.30 Uhr
Montag	25. August	18.00 – 18.30 Uhr
Donnerstag	4. Sept.	18.00 – 18.30 Uhr
Montag	29. Sept.	18.00 – 18.30 Uhr

Noldi Schneider – Material- und Wettkampfchef

Es freut mich, dass unser Personalbestand weiter ausgebaut werden konnte, indem sich Noldi Schneider als Material- und Wettkampfchef zur Verfügung gestellt hat. Noldi ist schon seit ein paar Wochen sehr aktiv und konnte schon einige Verbesserungen einbrringen. Ich wünsche Noldi in seiner neuen Aufgabe alles Gute, viel Spass und die Wertschätzung der Trainer und Athleten.

Christoph D. Widmer, Präsident

Interview

Kate Melrose – genannt Jimmi

Geburtstag	7. Juli 1994
Geboren	in Adelaide, Australien
Hobbies	Zeichnen, Lesen, Harfe, Leichtathletik,Fotografieren, Freunde treffen
Mitglied seit	2004
Beruf	Schülerin (Literargymnasium)

Was gefällt Dir an der Leichtathletik?

Das ist schwierig zu sagen. Sagen wir, ich finde es einfach cool. Und im Training kann ich Kolleginnen und Kollegen treffen; das gefällt mir.

Und am LAC TV Unterstrass?

Vor allem die persönliche Atmosphäre. Es geht nicht nur ums Trainieren; man trifft sich im Training. Die Trainer gehen auf die einzelnen Athleten und Athletinnen ein. Es besteht nicht einfach eine Lehrer-Schüler-Beziehung, wie ich dies beim Schnuppern in anderen Vereinen kennengelernt habe. Ja, der Verein ist sehr persönlich.

Welche sportlichen Ziele hast Du Dir gesteckt?

Zuerst einmal muss ich nach einer Verletzungspause wieder fit werden. Ich möchte an die Resultate vom letzten Jahr anknöpfen können. Gerne möchte ich wieder den Final im Migros-Sprint erreichen; vielleicht nächstes Jahr.

Das war auch der Wettkampf, an dem Du Dein bisher bestes Resultate erzielt hast?

Ja, das war letztes Jahr in Altstätten/SG. Mit 8.13 Sek. habe ich meine PB und offensichtlich gleichzeitig den Vereinsrekord im 60-Meter-Sprint erlaufen.

Welcher Leidenschaft gehst Du sonst noch nach?

Ich spiele nebenbei noch Harfe. Ich zeichne und fotografiere auch sehr gerne. Die Kunst- und Filmbranche reizt mich sehr.

Du könntest Dir also eine Karriere als Filmschauspielerin vorstellen?

Wenn ich ein Angebot hätte, warum nicht! Ich habe bereits bei einem Film-Casting mitgemacht und wurde zudem als Statistin für einen Kino-Werbespot eingeladen. Zuerst muss ich aber die Schule hinter mich bringen. Dann sehen wir weiter.

Du bist in Australien geboren: was verbindet Dich heute mit Down Under?

Ich fühle mich in der Tat als halbe Australierin. Ich lebe nicht in einer typisch schweizerischen Familie, sondern vielmehr in einem australischen Haushalt.

Wie müssen wir uns diesen vorstellen?

Sagen wir es einmal so. Wir pflegen einen etwas lockereren und offeneren Lebensstil als die Schweizer; manchmal nicht ganz so korrekt und manchmal auch etwas «neben den Schuhen», was aber niemanden stört. Das macht es wohl gerade aus.

Dein Übername ist Jimmi – verrätst Du uns, was dieser bedeutet?

Ich war schon immer Jimmi. Den Namen trage ich seit meiner Geburt; er kommt aus Australien. Niemand nennt mich Kate. Da bin ich sehr streng. Wenn mich mal jemand mit Kate anspricht, verbiete ich es, denn hier in der Schweiz sprechen den Namen sowieso alle falsch aus …

Und schliesslich, auf was bist Du besonders stolz?

Die Schule, den Sport und meine weiteren Hobbys unter einen Hut zu bringen, was nicht immer ganz einfach ist.

Interview: Eveline Oehrli

Aktive

Kantonale Meisterschaft
Aktive / U20 / U18

Affoltern am Albis, 7. Juni 2008

Neu wurde in diesem Jahr die kantonale Meisterschaft der Aktiven und U20 mit den U18 Kategorien zusammengelegt.
Bei kühler Witterung wurde der Wettkampf gestartet und dies änderte sich auch den ganzen Nachmittag über nicht. Leider war trotz der Zusammenlegung mit der U18-Kategorie die Beteiligung am Wettkampf nicht berauschend, was sicher auch mit der beginnenden Fussball-EM zu erklären war.
Aufgrund des späten Saisoneinstiegs und Verletzungen bei der U20 und Aktivkategorie, waren in diesen Kategorien auch vom LAC TVU entsprechend wenig Athleten/innen am Start. Zudem konnten auf der Anlage in Affoltern infolge des Umbauvorhabens auch nicht alle Disziplinen angeboten werden, so gab es kein Diskuswerfen und auch kein Stabhochspringen.

Die Athleten/innen des LAC TVU schlugen sich ausgezeichnet und konnten mit fünf Meistertiteln aufwarten. Dazu kamen elf weitere Medaillen insbesondere in den U18 Kategorien.

Bitte berücksichtigt bei Euren Einkäufen unsere Inserenten !

Brenner AG
Gartenbau

Wir planen, bauen, pflegen

Katzenrüti 340, 8153 Rümlang
Briefadresse: Postfach 60, 8046 Zürich
Tel. 044 371 29 30, Fax 044 371 42 71
E-mail: info@brennerag.ch, Internet: www.brennerag.ch

NIEVERGELT
Bürofachgeschäft
Mal- und Zeichenbedarf, Kartenstube, Bastelladen
www.nievergelt.net

info@ilg-schreinerei.ch
www.ilg-schreinerei.ch

SCHREINEREI
MÖBEL-INNENAUSBAU
EINZELANFERTIGUNGEN
STILMÖBEL-DESIGN
RESTAURATIONEN
ANTIKE MÖBEL
FORM-FURNIEREN

HANSRUEDI ILG
Sihlquai 280 · 8005 Zürich · Tel. 044 271 04 22 · Fax 044 271 17 84

HS
www.hs-elektro.ch
info@hs-elektro.ch

Hafner & Schmucki
Elektroanlagen • Telefon-, ISDN- und Netzwerkinstallationen
Bucheggstrasse 170, 8057 Zürich
Telefon 044 361 45 45, Fax 044 362 99 28

Podestplätze

Männer 800 m	
3. Stephan Wullschleger	2:01.79
Männer Weitsprung	
1. Joannes Fresa	6.11 m
U18M 400 m	
2. Leandro Looser	54.80 s
U18M 800 m	
1. Tobias Nussbaum	2:11.00
Frauen 400 m	
2. Martina Fontanive	62.29 s
Frauen Weitsprung	
2. Martina Fontanive	5.34 m
3. Jacqueline Tossoukpe	5.14 m
U20W 400 m	
2. Aurélier Bollier	60.95 s
U18W 100 mH	
2. Nicole Vollenweider	16.72 s
U18W 300 mH	
3. Kim Wollgast	47.77 s
U18W Hochsprung	
1. Aurélier Bollier	1.50 m
U18W Weitsprung	
2. Kim Wollgast	4.67 m
3. Nicole Vollenweider	4.64 m
U18W Kugel	
1. Manuela Fontanive	10.80 m
U18W Speer	
1. Vanessa Lo Russo	30.07 m
3. Isabel Tobler	27.95 m

Triathlon

Ironman Switzerland 70.3, WM Vancouver, VW Circuit

Olympia Qualifikation Sven Riederer

So richtig lanciert wurde die Triathlon und Duathlonsaison in der Schweiz mit dem Ironman Switzerland 70.3 in Rapperswil am 1. Juni 2008. Ronnie Schildknecht konnte am Ironman 70.3 Switzerland 2008 seinen Sieg vom Vorjahr auf eindrückliche Art wiederholen.

Nach 1.9 km Schwimmen kam Ronnie als 14. aus dem mit rund 15°C noch sehr frischen Obersee auf die 90 km Radstrecke. Mit dem Konkurrenten Konstantin Bachor (DE) lieferte sich Ronnie dort ein Kopf-an-Kopf Rennen.
Auf der Schlussstrecke der 21.1 km langen Laufstrecke machte Ronnie dann alles klar und distanzierte sich vom Verfolger um rund 40 Sekunden. Ebenfalls eine ausgezeichnete Leistung gelang Monika Lehmann, welche am Ende Rang vier belegte und das Podest nur knapp verpasste.

Am 8. Juni fand in Vancouver die Triathlon WM statt, an welcher mit Ruedi Wild und Marc-Yvan de Kaenel gleich zwei Athleten des LAC TVU im Einsatz waren.
Bei 11 Grad kaltem Wasser und misslichen Bedigungen glang Marc-Yvan de Kaenel eine sehr gute Leistung. Er schwamm gut, fuhr ein aktives Rennen auf dem Velo und blieb dann 15 Sekunden länger in der Wechselzone hängen als die Schnellsten. Mit starker Unterkühlung lief er auf den 19. Rang in der U23-Kategorie. Er selbst war nicht ganz zufrieden und weiss, dass er im Ziel bei besseren Bedingungen weiter vorne gestanden wäre.
Auch die Elite wurde bei gleicher Wassertemperatur auf die Strecke geschickt, da die diskutierte Durchführung eines Duathlons keine Wertung der WM zur Folge gehabt hätte. In der Elitekategorie tat sich Ruedi Wild sehr schwer und lief bei den schwierigen Bedingungen auf Rang 51 ins Ziel. Damit war die letzte Chance, sich für die Olympiade noch ins Gespräch zu bringen, vertan.

Ebenfalls am 8. Juni fand das erste Rennen der VW Circuit Serie 2008 in Murten statt. Sven Riederer konnte auf einen Start an der WM verzichten und aus dem Training heraus am VW Circuit an den Start gehen. Der Ausflug nach Murten war ein Erfolg, wusste Sven mit Rang zwei in der Elitekategorie zu überzeugen. Überraschen konnte Alex Schalch mit einem zweiten Platz im VW Circuit der allgemeinen Kategorie mit konstant guten Leistungen im Schwimmen und auf dem Velo. Alex Schalch, welcher innerhalb des LAC

TVU für die Organisation des Ironkids anlässlich des Ironman Switzerland in Zürich verantwortlich ist, konnte seine Fortschritte klar aufzeigen. Leider litten die Athleten etwas unter der chaotischen Organisation des Rennens, wo es insbesondere durch das Unterlassen der Absperrung von Lauf- und Velostrecken zu gefährlichen Situationen mit dem Strassenverkehr und anderen Wettkampfteilnehmern kam.

Am zweiten VW Circuit Rennen der Saison vom 14. Juni 2008 in Zug nahmen neben den Topathleten auch eine handvoll weiterer Athleten des LAC TVU den Wettkampf in Angriff. Zudem fand anlässlich dieses Triathlons auch die SM der Jugendkategorien statt. Zug jeweils bekannt für gutes Wetter und beste Stimmung, zeigte sich in diesem Jahr von der kühlen Seite. Die Athleten des LAC TVU wussten dennoch in allen Belangen zu überzeugen. In der Elitekategorie waren alle Athleten im Rennen um die Topränge dabei. Insbesondere Sven und Ronni konnten bis zum Schluss mithalten und mussten sich nur von Lukas Salvisberg geschlagen geben. Am Ende klassierten sich mit Sven Riederer (Rang 2), Ronnie Schildknecht (Rang 3), Marc Yvan de Kaenel (Rang 5) und Ruedi Wild (Rang 6) gleich vier Athleten in den Top sechs.
An die Leistung der Vorwoche konnte auch Alex Schalch anknüpfen und erreichte den ausgezeichneten 3. Rang in der allgemeinen Männerkategorie. Im Kurzdistanzrennen der Männer erreichte zudem Carlos Cuenca Rang 2. Bei der durchgeführten Schweizer Meisterschaft wusste der Nachwuchs ebenfalls zu überzeugen. Patrick Rhyner bei den Junioren und Tim Otto bei der Jugendkategorie gewannen jeweils die Bronzene Auszeichnung.

Olympiade / Paralympics

Mit Beschluss von Swiss Olympic wurde Sven Riederer am 13. Juni für die Olympischen Spiele in Peking selektioniert. Ebenfalls in Peking wird Christoph Bausch über 100 m an den Start gehen können. Dies anlässlich der nach der Olympiade stattfindenden Paralympics.

Wir wünschen Sven und Christoph eine gute Vorbereitung auf den Wettkampf in Peking und drücken schon heute die Daumen.

Zytturm Triathlon
Zug, 14. Juni 2008

Herzliche Gratulation an Tim Otto, der Dritter an der Jugend-SM im Triathlon wurde und das gegen hochkarätige Gegner! Vor ihm waren nur der Junioren-EM-Teilnehmer Alexandre Dällenbach und der Duathlon-Jugend-SM Zweite Nichola Bochtern platziert. Der Junioren-EM Vierte Jürg Bühler, der ebenfalls noch in der Jugend-Kategorie startberechtigt ist, fiel wegen einer Verletzung aus und konnte nicht teilnehmen.

3	Schalch Alex	1982	1:54.14,8
28	Decurtins Lu	1963	1:58.48,3

Weitere Resultate

Overall Short Distance Series Männer

2	Cuenca Carlos	1972	1:25.47,5

Pro Männer

2	Riederer Sven	1981	47.57,4
3	Schildknecht Ronnie	1979	47.59,6
5	Marc-Yvan de Kaenel	1985	48.18.0
6	Wild Ruedi	1982	48.28,0

Junioren

3	Rhyner Patrick	1989	51.54,2
7	Otto Jan	1990	53.35,5

Jugend (SM Jugend Triathlon)

3	Otto Tim	1991	28.09,3

70.3 Halbironman in Jona-Rapperswil
Sonntag, 1. Juni 2008

1	Schildknecht Ronnie	1979	3:51.45,5
53	Wagner Florian	1977	4:29.50,4
56	Cuenca Carlos	1972	4:30.24,6
72	Decurtins Lu	1963	4:34.20,5
104	Otto Gregor	1960	4:40.07,7
4	Lehmann Monika	1972	4:29.01,8
205	Knitsch Marietta	1986	6:14.46,3

Bike-Duathlon in Teufen ZH
Samstag, 7. Juni 2008

5 km Lauf / 15 km Bike / 5 km Lauf

11	Reto Stadler	1:36.59,0

VW Cirquit – Olympischer Triathlon
Nottwil Sempachersee
Sonntag, 29. Juni 2008

Hauptkategorie

4	Schalch Alex	1982	2:11.36,6
5	Cuenca Carlos	1972	2:13.27,9
7	Decurtins Lu	1963	2:17.22,9

Kategorie Pro

3	Wild Ruedi	1982	2:01.05,7

Nachwuchs

Neue Wettkampfformen Nachwuchs – Q-Wettkämpfe für die Kantonale Meisterschaft

Zürich athletics hat im letzten Herbst beschlossen, einen neuen Weg bezüglich der Kantonalen Meisterschaften zu gehen. Unter anderem wurden aufgrund der grossen Teilnehmerfelder neu in einer Wettkampfserie der Q-Wettkämpfe die Qualifikation für die Kantonale Meisterschaft durchgeführt. Die Q-Wettkampfserie zielt darauf ab, dass an den vier Wettkampfdaten jeweils ein Mehrkampf mit abwechselnder Disziplinenzusammenstellung durchgeführt wird und soll das abwechslungsreiche Training des Nachwuchses fördern, ein Aspekt welchem der LAC TVU seit Jahren bereits Rechnung trägt. Die besten 12 jeder Disziplin sollen sich dann für die Kantonalmeisterschaft qualifizieren. Ebenfalls gibt es gewisse Disziplinen, wie Stab oder 3000 m, welche für alle für die Anmeldung weiter offen sind.
So werden wir mit etwas über 30 Starts rund 70 Starts weniger haben, als in den letzten Jahren an der Kantonalen Meisterschaft vom 5. Juli im Sihlhölzli. Nachgerechnet mit den Starts an den Q-Wettkämpfen kommt man nie an eine gleiche Anzahl Athleten/innen heran, wie mit der bisherigen gewöhnlichen Kantonalmeisterschaft. Trotzdem dürfen sich diverse Athleten/innen Chancen auf Medaillen oder gar Meisterehren ausrechnen. Wir drücken die Daumen.
Diese neue Wettkampfserie sollte für weniger Belastung bei den Athleten/innen und Trainer/innen führen, leider war das Gegenteil der Fall. An vier Wochenenden standen die Trainer teilweise den ganzen Samstag auf den Leichtathletikanlagen im Kanton Zürich, um den Nachwuchs für die Qualifikation zu betreuen. Zudem kam die definitive Ausschreibung spät und die Disziplinen hatten gegenüber früher genannten Daten gewechselt.
Etwas Gutes kann ich der neuen Wettkampfform als technische Leiterin aber doch noch abgewinnen. Die Wettkampfform führt dazu, dass junge Athleten/innen Begabungen entdecken, welche bei der Anmeldung nur für gewisse Disziplinen an einer Kantonalmeisterschaft verborgen blieben. Es entpuppt sich gerne mal eine/r als tolle/n Mehrkämpfer/in.

Regionenmeisterschaft Ostschweiz
Winterthur, 21./22. Juni 2008

Nachdem im Vorjahr keine Regionenmeisterschaft statt gefunden hat, kam es in dieser Saison in Winterthur wieder zu einer Neuauflage.
Der Nachwuchs des LAC TV Unterstrass liess sich trotz der grossen Hitze nicht von aus-

Leandro Looser, MU18, 400 m

Vanessa Lo Russo, WU18 Speer

gezeichneten Leistungen abhalten. Am Samstag konnten gleich drei Regionale Meistertitel gefeiert werden. Chloé Berli (Jg. 1991) bei den WU18 und Karim Jammoul (Jg. 1996) bei den MU12 gewannen über 3000 m. Ebenfalls einen Sieg konnte Leandro Losser (Jg. 1991) über 400 m bei den MU18 feiern. Eine weitere Medaille kam durch Kim Wollgast (Jg. 1992) über 400 m bei der WU18 dazu.
Am Sonntag bei gleicher Hitze waren die Athleten/innen nicht minder erfolgreich. Herausragend die 3 x Gold von Madlaina Arpagaus (Jg. 1995) bei der WU14, welche über 60 m, 60 mH und im Weitsprung die Konkurrenz teilweise klar hinter sich lassen konnte. Ebenfalls den Regionenmeistertitel konnte sich Roger Habegger (Jg. 1993) über 1000 m bei den MU16 sichern. Weitere Medaillen waren erfreulicherweise im Hochsprung zu beklatschen. Oliver Wachter (Jg. 1994) gewann mit der Egalisierung seiner Bestleistung von 1.70 m im Hochsprung der MU16 die Bronzene Auszeichnung. Steven Scott (Jg. 1995) verblüffte die Trainer im Hochsprung der MU14 mit der neuen PB von 1.51 m und dem Gewinn der silbernen Auszeichnung.
Die Dichte an Athleten/innen des LAC TVU auch hinter den Podesträngen, die zahlreiche Teilnahme und die ausgezeichneten Ergebnisse sind auf die tolle Arbeit des Trainer-Teams zurückzuführen. Die teilweise gemachten Fortschritte waren sehr deutlich und erfreulich. An dieser Stelle allen Nachwuchstrainern vielen Dank für den tollen Einsatz!

SVM Nachwuchs Regensdorf, 25. Juni 2008

Dieses Jahr gab es auch im Frühling wieder einen SVM-Versuch für den Nachwuchs in Regensdorf. Bei sommerlich heissen Temperaturen ging es für die Mannschaften am Nachmittag in erster Linie um das Gemeinschaftserlebnis im Team anlässlich dieses Mannschaftswettkampfes. Die Stimmung war gut und alle gaben sich trotz grosser Hitze viel Mühe. Etwas ärgerlich war, dass bei den

Sophia Mast, MU16 80 m

WU12 beim Ballwurf

Erfolgreiches MU14-Team

WU14 gleich zwei Athletinnen nicht auftauchten und die Mannschaft somit nicht starten konnte. Erfreulich war dafür, wie viele

Matthias Eugster, das erste Mal mit dem 800 g Speer bei den MU20

Die Jüngste der WU12 wird vom Kugelstösser David an den Start des 1000 m-Laufes getragen

Jonas Raess bei den MU16 für einmal im Dienste der Mannschaft im Weitsprung

Selina Herrmann für die WU18 im Weitsprung

HASTAG

Kies Beton Recycling Entsorgung Mulden Deponien

Der Muldenservice der HASTAG: schnell, kompetent und vielseitig.

Muldendispo direkt: 044 739 14 03

HASTAG (Zürich)
Urdorferstrasse
8903 Birmensdorf

T 044 739 14 03
hastagzh@hastag.ch
www.hastag.ch

Geschäftsführer HASTAG Gruppe: Werner Schuler, Mitglied TVU

Chloé Berli für die WU18 über 800 m, leider alleine unterwegs.

Eltern dem Wettkampf als Kampfrichter und Fans beiwohnten. Allen herzlichen Dank für die tolle Unterstützung.
Bei den WU12 bestritten alle Mädels alle 4 Disziplinen plus die Staffel. Bei den MU12 gab es ebenfalls genügend Resultate für das Mannschaftsergebnis, da alle ganz toll mitgemacht hatten. Die MU12 und WU12 erreichten jeweils den tollen vierten Rang.
Besonders gut schnitten die MU14 ab. Mit 3760 Punkten stehen sie zurzeit auf dem zweiten Rang der Schweizer Bestenliste 2008!
Bei den Mannschaften am Abend ging es dann um etwas mehr. Die MU20 versuchte sich für die Finalrunde vom August zu qualifizieren. Leider verletzten sich in den letzten Wochen gleich mehrere Athleten bzw. waren aufgrund von Prüfungen, Schulreise oder Maturreise abwesend. Mit der geschwächten Mannschaft klappte es dann trotz guten Leistungen nicht, sich für die Finalrunde zu qualifizieren. Wir hoffen aber, dass alle nächstes Jahr wieder dabei sind und um den Finaleinzug kämpfen werden.
Besser lief es den WU18 Mädels. Mit einer tollen Besetzung erreichte die Mannschaft rund 5200 Punkte, was für Rang vier in der Schweizer Bestenliste reichte!
Bei den MU16 wurden auch gute Resultate erreicht. Leider war die Mannschaft aufgrund von Ausfällen geschwächt und die Staffel wurde nicht für das Ergebnis gezählt. Schade, denn die Mannschaft hätte es auch drauf, in der Schweiz ganz zuvorderst mitzureden.
Für die U16 Teams und jünger, gibt es im Herbst mit Sicherheit nochmals eine Chance, das Ergebnis dieser SVM zu verbessern.
Mit der WU18 wird über den Sommer diskutiert, ob im Herbst nochmals ein Versuch gemacht werden soll. Da die WU18 im nächsten Jahr zu einem grossen Teil zu den WU20 wechselt, werden wir uns im Trainerteam überlegen, ob wir allenfalls gemeinsam mit den MU20 die Finalqualifikation mit dem Besuch eines grösseren SVM-Meetings anstreben wollen.
Einen herzlichen Dank auch an die Betreuer, welche sich extra den Nachmittag freigeschaufelt hatten: David Meier, Kerstin Suter, Reto Wissmann und Ruedi Meier.

Oliver Wachter für die MU16, noch nicht ganz ideal über der Latte.

Nagelschuhe

Im Nachwuchs gibt es die Möglichkeit, Nagelschuhe nachzutragen. Wir sind nun wieder auf der Suche nach gebrauchten Nagelschuhen, welche weiter vermittelt werden können. Für jedes gebrauchte Paar zahlen wir Fr. 20.–. Ebenfalls könnten die gebrauchten gegen Zahlung von Fr. 20.– im Sekretariat bezogen werden.

Kantonalfinal Migros Sprint

Chumm doch au!

Samstag, 23. August 2008
Sportanlage Sihlhölzli

Organisator: LAC TV Unterstrass

Programm und Zeitplan unter:
www.tvunterstrass.ch, Bereich Leichtathletik, Veranstaltungen

Mit Festwirtschaft und Rahmenprogramm!

Ein Nachwuchsprojekt von:

Co-Sponsoren: SWITCHER, FARMER, SPORTXX

LAC TV Unterstrass
Manessestrasse 1
Postfach 8268, 8036 Zürich

Tel. 044 242 90 55 FAX 044 242 90 00
www.tvunterstrass.ch PC-Konto 80 - 350 - 8

Grundkurs und Fortbildungskurs Kampfrichter LAC TVU

Für die erfolgreiche Durchführung von Wettkämpfen, benötigt es immer wieder gut ausgebildete Personen, die den korrekten Ablauf des Wettkampfes gewährleisten.

Um auch in Zukunft weiter als erfolgreicher Organisator von Leichtathletikwettkämpfen auf der Rundbahn und Laufveranstaltungen auf dem Platz Zürich oder auch schweizerisch auftreten zu können, benötigen wir weitere Kampfrichter. Mit Deiner Mithilfe an solchen Wettkämpfen übernimmst Du auch soziale Verantwortung in der Gesellschaft.

Wenn Du also Interesse hast bei der Organisation solcher Wettkämpfe dabei zu sein und zur Durchführung und insbesondere zur Qualität des Anlasses beizutragen, dann ist dieser Kurs genau das richtige für Dich.

Da in der Vergangenheit vom Verband angebotene Kurse aufgrund zu geringer Anmeldungen immer wieder abgesagt werden mussten, haben wir uns entschlossen einen vereinsinternen Kampfrichterkurs (Grundkurs und Fortbildungskurs) zu organisieren. Neben dem theoretischen und praktischen Erlernen der Regeln der Leichathletik auch ein Anlass, im Verein neue Leute kennen zu lernen.

Grundkurs

Wann:	Samstag 25. Oktober 2008, 8.00-16.00 Montag 10. November 2008, 18.30-21.30
Was:	Samstag 25. Oktober Theorie und Praktischer Teil Montag 10. November Prüfung
Wo:	Sportanlage Sihlhölzli
Wer:	Alle mit Interessen an Kampfrichtereinsätzen in der Leichathletik
Leitung:	Hugo Ammann (Schieds- und Kampfrichterwesen (zuerich athletics)
Verpflegung:	Am Samstag 25. Oktober wird ein Mittagessen offeriert. Für den Abendkurs wird eine kleine Verpflegung und Getränke offeriert.

Fortbildungskurs

Wann:	Montag 3. November 2008, 18.30-21.30
Wo:	Sportanlage Sihlhölzli
Wer:	Alle Kampfrichter/innen, welche eine FK machen müssen, um die Anerkennung weiter behalten zu können.
Leitung:	Hugo Ammann (Schieds- und Kampfrichterwesen (zuerich athletics)
Verpflegung:	Für den Abendkurs wird eine Verpflegung und Getränke offeriert

---

Anmeldetalon Kampfrichter Grundkurs/Fortbildungskurs (FK)

☐ **Grundkurs 25. Okt./10. November 2008** ☐ **FK 3. November 2008**

☐ **Vegetariar**

Name: _____ **Vorname:** _____

Strasse/Nr.: _____ **Ort:** _____

Unterschrift: _____

Anmeldung bis zum 30. August 2008 an LAC TV Unterstrass, Manessestrasse 1, 8036 Zürich oder per Mail an lac@tvunterstrass.ch

Laufgruppe

Trainingslager Tschagguns (A)
23. – 25. Mai 2008

23. Mai 2008

Das traditionelle Trainingslager der Laufgruppe fand dieses Jahr entgegen der Tradition nicht an Auffahrt, sondern etwas später statt. Traditionell war hingegen schon fast der Ort. Bereits zum dritten Mal in Folge reisten 13 Läuferinnen und Biker ins Österreichische.
Bereits wenige Stunden nach der Anreise fand das erste Training statt. Zu Fuss wurden in flachem Gelände 60 Minuten Fahrtspiele absolviert. Etwas ernster ging es bei den Bikern zu: Jean Jaques und Franco verirrten sich im Silbertal und fanden das Hotel erst wieder, als die LäuferInnen bereits den Willkommens-Apéro genossen hatten. Das Fünfgang-Menü schmeckte den Beiden dann aber umso besser. Wäre da nur nicht Ruedi gewesen, der bereits beim zweiten Gang, einer Pilzrahmsuppe, behauptete, Rahm verursache Rheuma. Das Gelächter war gross, doch beim Dessert verzichteten fünf SportlerInnen auf ihren Schlagrahm zum Kuchen. Verspiesen wurden die fünf Rahmportionen übrigens genüsslich von Clubkollegen.

24. Mai 2008

Der zweite Tag: die Beinmuskeln schmerzten noch nicht, sondern freuten sich auf einen längeren Berglauf im Silbertal. Das Wetter hingegen sah eher unfreundlich aus. Dicke graue Wolken bedeckten den Himmel und es war kühl und windig. Wir entschlossen uns trotzdem, ins Silbertal zu fahren. Nur zu viert fuhren wir mit öffentlichen Bussen, der Rest kam mit dem Auto nach. Beim Umsteigen am Bahnhofplatz Schruns zeigten sich André, Paul und Andi gegenseitig ihre trickreichen Schuhbändelknoten, die sich nie lösen würden. Die drei am Boden knienden erwachsenen Männer hatten für einiges Erstaunen und grosses Interesse unter Passanten gesorgt. Eine Passantin liess sich von Paul den eben gelernten Knoten sogar vorzeigen. Nur schade, dass die gute Frau nur Schuhe ohne Bändel trug …
Als wir per Bus endlich im Silbertal ankamen, den Rest der Gruppe trafen und losliefen, riss überraschend auch der Himmel auf und es wurde ein ziemlich sonniger Tag. Mit Ausnahme der beiden TriathletInnen wagten sich alle auf eine 25 km langes und mit knapp 1'000 Höhenmetern gespicktes Laufabenteuer. Mit Pausen in der «Knappastoba» auf dem Kristberg oder in der kühlen Kirche Bartholomäberg und

einer herrlichen Aussicht vom Höhenweg aus, überstanden aber alle Läuferinnen und Läufer das Abenteuer mit Bravour. Nur der steile Abstieg zurück nach Tschagguns machte sich in der Oberschenkelmuskulatur bemerkbar. Da kam die Yoga-Lektion von Stefan am späten Nachmittag wie gerufen. Mit Entspannungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen auf ausgeliehenen Liegestuhlmatten, konnten wir im Hotelgarten einen sommerlichen Tag ausklingen lassen. Nur die roten Ameisen störten einige von uns beim Meditieren und sich Verrenken.

25. Mai 2008

Der dritte war bereits der letzte Tag. Mit etwas schweren Beinen waren aber noch alle mit dabei beim Frühstück und langten kräftig zu, um für das letzte Training gerüstet zu sein. Bei schwül-warmem Wetter und Sonnenschein liefen wir im Nachbarort

Rodund um einen Stausee, unsere zweimal 15 Minuten Mitteltempo. Das tat noch zweimal richtig weh. Im Hinterkopf spürte ich aber schon den ersten, wohltuenden Schluck kühlen «Radlers». Ein solches gönnte ich mir entgegen jeder Trainingsweisheit unseres leider abwesenden Trainers Matthias. Danach gab es ein letztes feines Essen im Hotel. Zum Abschluss wurde unseren Gastgeberinnen des Hotels «Cresta» und unserem Organisator André herzlich gedankt.
Es war einmal mehr ein abwechslungsreiches Trainingslager in einer wunderschönen Umgebung, gut organisiert und das Wetter spielte perfekt mit. Es wäre wohl niemand traurig, wenn es auch 2009 an Auffahrt wieder hiesse: Auf nach Tschagguns!

Stefan Schrader

Bieler Lauftage
13. Juni 2008

Der liebe Gott hat mir ein Quäntchen Vernunft in die Wiege gelegt. Dieses Quäntchen Vernunft kam auf dem Lauf in der Nacht der Nächte zum Tragen!
Andi und ich waren sehr nervös an diesem Freitag, 13. Juni. Wir waren am 100 Km Lauf von Biel angemeldet. Wir hatten uns gut vorbereitet, waren sogar zu Trainingszwecken von Zürich ins Bündnerland gelaufen. Vielleicht hatten wir etwas über die Stränge geschlagen, aus einem Zwicken in meinem Knie hatte sich ein Schmerz entwickelt, den mein Physiotherapeut aber wieder zum Verschwinden brachte. Er hatte mich mit den Worten entlassen, dass er es zwar irr fände, 100 km weit zu laufen, aber bei meinem Knie könne er nichts Negatives mehr feststellen. Ich konnte wieder zwickfrei trainieren, auch 30 km weit.
Nun hatten wir uns also in der Curling-Halle in Biel, die als Garderobe dient, installiert. Der Platz war knapp, hatten sich doch viele Läufer zu diesem Jubiläumslauf angemeldet. Der 100er sollte heute Abend zum 50. Mal statt finden. Mit Erich Good tauschten wir uns kurz aus, wie man sich wohl am besten kleiden sollte heute Nacht; gegen Morgen wurden kalte 6 – 8 °C erwartet. Um uns abzulenken und die Zeit zu vertreiben, setzen wir uns noch etwas in die Eishalle und schauten dem Treiben auf dem Rasen zu (Grossleinwand Euro 08).
Um 21.45 Uhr begaben wir uns ins Startgelände und lauschten dem Speaker, der bilingue einiges zu erzählen wusste.
Endlich fiel der Startschuss und nach etwa drei Minuten waren auch wir über der Startlinie und konnten in einen leichten Trab fallen. Wir liefen Seite an Seite durch Biel und trennten uns vor der ersten grossen Steigung bei Km 8. Auf dieser Steigung spürte ich zum ersten Mal ein leichtes Zwicken, das ich selbstverständlich ignorierte. Es könnte ja auch psychosomatischen Ursprungs sein. Ausserdem gibt es während 100 km viele Möglichkeiten, hier und da ein kleines Zwicken zu spüren. Beim Abwärtslaufen und wenn es geradeaus ging, spürte ich vorderhand nichts. Die kleinen Steigungen marschierte ich nun aber, weil das Zwicken doch etwas stärker geworden war. Und dann war aus ihm plötzlich ein kleiner Schmerz geworden, der gross und grösser wurde. Ich überlegte mir bereits, dass ich so unmöglich 80 km weit laufen könnte. Sollte ich in Aarberg aussteigen? Wie käme ich dann zurück nach Biel? Dass die Halbmarathonis ja auch wieder irgendwie zurück müssen, kam mir nicht in den Sinn und darum lief ich weiter. Immer längere Strecken musste ich nun marschieren. Dabei spürte ich (noch) nichts. Ich rechnete mir aus, dass ich ja den 100er im Marschschritt beenden könnte. Allerdings wäre ich dann doch sehr lange unterwegs. Ausserdem war ich zum Laufen bekleidet und nicht zum Marschieren. Ich bekam langsam kalt. Inzwischen schmerzte das Knie auch beim zügigen Gehen und so meldete ich mich bei Andi, und teilte ihm mit, dass ich in Oberramsern wohl aufgeben müsste. Auf meine Frage, wie es ihm denn so gehe, antwortete er: «Na, meine Beine spüre ich auch langsam». Er war kurz vor Oberramsern.
Bei Km 38.5 marschierte ich über die Zeitmessmatte, meldete mich beim nächsten Posten und begab mich in den Samariterraum, um dort auf das Postauto zu warten.

Im Raum konnte ich mich etwas aufwärmen. Als ich mich aber ins Freie begab, um in den Bus zu steigen, überfiel mich die Kälte und ich zitterte am ganzen Körper. Eine Marathonläuferin hatte Erbarmen mit mir und gab mir einen wärmenden Fleece. Dafür teilte ich mit ihr den Sitzplatz, der Bus war nämlich gerammelt voll! Um vier Uhr morgens war nicht viel los in Biel.
Nach einer wärmenden Dusche setze ich mich in die Eishalle. Den Kopf auf den Tisch gelegt, versuchte ich etwas zu dösen. Ich musste wirklich kurz eingenickt sein, denn plötzlich hörte ich den Speaker von draussen. Ich begab mich in den Zielraum und hatte natürlich bereits die ersten Finisher verpasst.
Einer um den andern liefen sie hier in Biel über die Zeitmatte, am Anfang nur vereinzelt, dann aber immer dichter hintereinander und miteinander. Ilja Dugonjic lief mit 8:59.47,5 Std. als erstes mir bekanntes Gesicht auf Gesamtrang 79 ein. Erich Good lief auf Gesamtrang 248 mit 9:49.59,5 Std. an mir vorbei und Andi empfing ich nach 11:41.29,6 gelaufenen Stunden. Er lief auf den 827. Gesamtrang.
Jetzt erst überkam mich der Frust. Jetzt erst überfiel mich eine grenzenlose Enttäuschung. In der Nacht war ich eher erleichtert gewesen, den Lauf beenden zu können, war doch der Schmerz im Knie einfach zu gross gewesen. Jetzt, da ich alle diese Sieger sah, lag der Schmerz woanders! Hatte ich womöglich doch zu früh aufgegeben? Wären die Schmerzen vielleicht von selber wieder verschwunden? Das Bewegen des Beins strafte meine Gedanken Lügen! Nein, es war vernünftig gewesen, diesen Lauf frühzeitig zu beenden. Er wird als ersten abgebrochenen Lauf in meine Geschichte eingehen. Es ist meine erste Niederlage. Vielleicht gelingt es mir ja, diese Niederlage als kleinen Sieg zu sehen – den Sieg meiner Vernunft über meinen harten Innerschweizer-Grind!
Ein Schmunzeln entlockte mir die Rangliste. Von den Frauen, die nur die erste Teilstrecke gelaufen sind, wurde ich mit einer Zeit von 4:51.58,4 Std. als 7. von 31 Frauen und 2. von 7 in meiner Alterskategorie klassiert. So weit vorne war mein Name noch nie zuvor in einer Rangliste erschienen.
Ich gratuliere allen Läuferinnen und Läufern, die sich an den 100er gewagt und ihn beendet haben. Ich gratuliere aber auch denjenigen, die den Mut aufbringen, ihn frühzeitig zu beenden. Erst jetzt merke ich, wie viel es braucht, sich zu einem solchen Entschluss durchzuringen!

Monika Sutter

100 km

10	Dugonjic Ilija	1957	8:59.47,5
63	Good Erich	1962	9:49.59,5
125	Sutter Andi	1956	11:41.29,6

Weitere Resultate

Frauenlauf Bern
Sonntag, 1. Juni 2008

5 km

MA-5	2	Berli Chloé	18.39
W35-5	1	Briggs Ruth	18.47
W30-5	1	Steger Katharina	18.58

10 km

W30-10	6	Maag Ana	40.37,5
W35-10	9	Züger Karin	42.24,8
W55-10	3	Meyer Uschi	44.55,0

Melser Dorflauf 2008
Samstag, 7. Juni 2008

Distanz 10 km

1	Züger Karin	72	40:28.37
8	Ibrahim Rekan	73	38:23.71

Berglauf Cresse NE
Samstag, 7. Juni 2008

Cressier – Chaumont
13 km, 744 m Höhendifferenz

36	Hoppler Reto, 1966	M40	1:06:02
50	Schrader Stefan, 1971	M30	1:07:28
51	Kägi André, 1964	M40	1:07:35
138	Keller Ruedi, 1951	M50	1:17:23

Haldi-Berglauf
Sonntag, 8. Juni 2008

Strecke 9,5 km / 1'419 Höhenmeter

17	Paul Etter	1:25:43

Forchlauf
Donnerstag, 12. Juni 2008

21.5 km, 270 Hm

26	Hasenböhler Patrick	66	1:30:21

15.5 km, 180 Hm

16	Althaus Daniel	68	1:07:36
16	Peter Adrian	67	1:07:36
28	Lassmann Fredi	63	1:10:18
4	Meyer Uschi	49	1:14:16

7.5 km, 130 Hm

40	Dörrschmidt Sabine	61	51:37:00

Niederhasli Nachtlauf
Freitag, 27. Juni 2008

Vier Podestplätze am Hasli-Nachtlauf über 8 km. Ana Maag wurde Erste in der Kat. F 30 und lief Tages bzw. Nachtbestzeit bei den Frauen. Dora Locher rundete mit dem 2. Rang bei der Kat. F 40 die gute Leistung bei den Frauen ab.
Bei den Herren belegte André Kägi den 1. Rang in der Kat. H 40 und Ruedi Keller in der Kat. H 50 Rang 3. Für den LAC TVU waren sechs Läufer am Start und fünf auf dem Podest, sicher eine gute Ausbeute, die auch dank der tatkräftigen Unterstützung von Cynthia Kümin zustande kam.
Dieser Lauf ist speziell, der Start ist um 22 Uhr und die Strecke, die mit Fackeln beleuchtet ist, führt in 3 Runden um den Hasliweiher in Mettmenhasli. Ein kleiner, aber feiner Lauf.
Auch bei der Jugend schlug Roger Habegger mit dem 1. Rang zu.

Ruedi Keller

Distanz 2.5 km

1	Habegger Roger	93	9.27

Distanz 8 km

1	Kägi André	64	29.36
4	Kuster Matthias	60	30.53
3	Keller Ruedi	51	33.39
1	Maag Ana	75	31.31
2	Locher Dora	63	37.23

Gletschermarathon Pitztal – Imst
Sonntag, 29. Juni 2008

1	M-50	Rolf Thoma	3:03.14

Aletsch-Halbmarathon
Sonntag, 29. Juni 2008

Distanz 21,1 km

F30	7	Züger Karin	1972	2:15.06,9
F55	4	Meyer Uschi	1949	2:43.10,9
F40	40	Pietsch Claudia	1965	2:49.01,7

Diverses

Neue Mitglieder

Marnix Engels marnixengels@yahoo.co.uk	Aktive
David Caudwell david.caudwell@gmail.com	Laufgruppe
Caroline Leuenberger carolineleuenberger@gmx.ch	Laufgruppe

Wir heissen die neuen Mitglieder bei uns im LAC TVU herzlich willkommen !

Sport für Alle

TVU Frühlingswanderung

18. Mai 2008

Der Wetterbericht am Vorabend verhiess nichts Gutes. Pelerinen-Wetter für die ganze Schweiz wurde prognostiziert! Ob da jemand kommt, wird sich Bärbel wohl gefragt haben, am Sonntagmorgen. Und siehe da, 13 fröhliche Gesichter – als wäre Regen ein Fremdwort für sie – stiegen aus der Forchbahn an der Haltestelle Neuhus. 13 Menschen und Andy, der Hund, um genau zu sein!
Bärbel begrüsst uns herzlich und dann ging's kontinuierlich obsi. Kein Regen! Hingegen klare Sicht bis zum Bachtel, fast wie an einem Föhntag. Durch nasse, modrig riechende, aber helle Waldpassagen stiegen wir in ein paar Kehren hinauf zu den Gehöften Vorder Guldenen.
Vorbei an schmucken Bauernhäusern – eines davon ein modernes Minergiehaus und weiteren landwirtschaftlichen Bauten sowie einem grossen Hühnerhof folgten wir plaudernd dem stetig steigenden Weg. Etwas später, bei der Höchi, war dann die verdiente Mittagsrast. Rasch wurde Holz aus dem Wald herangeschleppt und schon bald loderte es in der Feuerstelle. Die ohnehin gute Stimmung wurde noch angehoben mit einem süffigen Rosé aus dem Rucksack unseres Tourenguides. Während des Brätelns unserer Würste am Feuer haben auch Bernd und Ruth dank dem Natel-Lotsendienst von Bärbel zu uns gefunden.
Nachdem unsere Grillwürste verschlungen, der Platz ordentlich geräumt und jeder seine Sachen im Rucksack verstaut hatte, zogen wir südwärts Richtung Pfannenstiel. Etwa beim Punkt 851 war dann der Aufstieg abgeschlossen. Von nun an ging's bergab! Trudi und Walti verabschiedeten sich und folgten dem Höhenweg zur Hochwacht, während wir weiter wanderten Richtung Meilen. Ab und zu regnete es ein wenig. Im Weiler Toggwil führte der Wanderweg mehr oder weniger direkt zu einer schönen Landbeiz. An der Tür hing – Gott sei Dank – das Täfeli «offen»! Bärbel erahnte im voraus, dass sie uns dort kaum einfach so vorbeischleusen konnte und plante daher genügend Zeit zum Einkehren ein. Während die einen ein kühles Bier brauchten, bestellten andere die Hausspezialität Meringues mit Rahm, Size XXL!
Gestärkt und erfrischt packten wir dann die letzte Wanderetappe durch das wild romantische Meilemer Tobel an. Der Wanderweg führte einem Bächli entlang, mehrmals über dieses und wieder zurück, und auch vorbei an kleinen Wasserfällen. Eine sehr interessante Passage. Etwas nach der Burgruine Friedberg traten wir aus dem Wald und gelangten durch bewohntes Gebiet rechtzeitig am Schiffsteg in Meilen an, wo wir noch ein paar Minuten auf das Schiff nach Zürich warten mussten.
Sichtlich froh, dass alles gut geklappt hat, und dass uns das Wetter viel besser gesinnt war als befürchtet, schwang sich Bärbel auf die Quaimauer und liess loslassend und zufrieden die Beine baumeln. Gut gemacht Bärbel, herzlichen Dank. Kurt Wissmann.

Ski Club

Infolge Fehler des Redaktors ist in der letzten Nummer das Jahresprogramm unter der Rubrik «Sport für Alle» erschienen. Ich hoffe sehr, dass deswegen nicht jemand einen falschen Anlass besucht hat … und entschuldige mich dafür. Ruedi Kern

Jahresprogramm 2008

Unseren Frühlingshock, jeweils im Juni haben uns die Fussballer mit ihrer EURO 08 geklaut. Zwischen Fussball- und den Sommerferien wird es zu knapp für eine Veranstaltung.
Der Herbstbummel per Auto oder Wanderung, wird wie üblich von Hans Seeholzer am letzten Sonntag im Oktober organisiert.
Die Generalversammlung wird wiederum im Restaurant Schöneck in der dritten Novemberwoche stattfinden.
Die persönlichen Einladungen werden den Mitglidern rechtzeitig zugestellt.

Veteranengruppe

Einladung zur

Fahrt ins Blaue

Donnerstag, 14. August 2008

Am 14. August findet an Stelle des üblichen Donnerstag-Hocks die traditionelle «Fahrt ins Blaue» mit unbekanntem Ziel statt. Die Reise wird mit öffentlichen Verkehrsmitteln bestritten. (9 Uhr-Pass des ZVV lösen!)

Programm:

09.30 Uhr	Besammlung im Zürcher HB beim «Treffpunkt»
10.10 Uhr	Abfahrt mit der S15 ab Gleis 23/24
17.00 Uhr	(ca.) Rückkehr Zürich HB
Kostenbeitrag	Fr. 15.00 pro Teilnehmer

Jedes Mitglied der Veteranengruppe erhält Mitte Juli eine Ausschreibung mit allen Angaben und mit einem Anmelde-Talon. Die Anmeldungen sind bis am 31. Juli 2008 zu schicken an:
Kurt Andermatt, Carl-Spitteler-Str. 70/DG19, 8053 Zürich, Telefon 044 363 46 50
(Dies ist zugleich ab dem 1. Juli die neue Adresse unseres Obmanns.)

TVU-Mitglieder (auch Frauen), welche sich für einen Beitritt zur TVU-Veteranengruppe interessieren (Mindestalter 40 Jahre) melden ihr Interesse ebenfalls bei Kurt Andermatt an und erhalten die Einladungung zur Teilnahme an der Fahrt ins Blaue postwendend zugestellt.

Kantonale Veteranentagung

in Embrach mit 13 Untersträsslern

Die Kantonale Tagung der Zürcher Turnveteranen betätigt sich schon seit Jahren als Trittbrettfahrerin von grossen Anlässen mit einem entsprechenden Festzelt samt dem zugehörigen Verpflegungsservice. Nach dem ETF in Frauenfeld im vergangenen Jahr war diesmal der Nordostschweizerische Schwingertag in Embrach der Gastgeber für die 1400 Turnveteranen und die rund 100 geladenen Gäste. Weil aber am Wettkampftag selbst, neben den erwarteten 5000 Zuschauern kein Platz für weitere 1500 Besucher mehr gewesen wäre, wurde die «Landsgemeinde» für einmal auf den Samstag vorgezogen und mutierte damit zur Hauptprobe für die gastronomische Infrastruktur der Schwinger.
So konnten die Veteranen zwar kein Sägemehl stieben und keinen Schwinger einen Churz-Lätz ansetzen sehen, aber zumindest die Lautsprecheranlage im Festzelt durfte als in Ordnung befunden werden. Zwar waren die Reden nicht gehaltvoller als in anderen Jahren und Juvenals «gesunder Geist im gesunden Körper» wurde einmal mehr in gewohnt fantasieloser Art missbraucht, aber es hörte in der stickig heissen Festhütte ohnehin kaum jemand zu … Es war wie immer: Vollgas – im Leerlauf!
Eine Traktandenliste, die aus nichts als Begrüssungen, Grussbotschaften und Ehrungen bestand, warf schon im Vorfeld die Frage auf, wozu eine Tagung, auf der nichts beantragt oder beschlossen werden kann, überhaupt gut sei. Die Antwort ist: Tradition und Geselligkeit! Es ist ein Anlass, der die Gelegenheit bietet, einmal jährlich alte Kollegen aus anderen Turnvereinen zu sehen und kurz mit ihnen zu «schwatzen». Das hängt natürlich in einer Zeit der elektronischen Chat-Rooms ziemlich schief in der Landschaft, aber die Teilnehmer mit den Jahrgängen 1910 bis etwa 1950 sind eben nur zum kleinsten Teil schon am Computer ausgebildet worden. Und deshalb ist absehbar, dass diese Veteranentagung noch für einige Jahre ein legitimes Bedürfnis bleiben wird.
Bei der Ehrung aller über 90jährigen Tagungsteilnehmer war mit Otto Graber (90) auch wieder ein Untersträssler dabei und bei der Totenehrung wurden wir schmerzlich daran erinnert, dass uns im vergangenen Jahr wieder fünf Kameraden aus dem TVU für immer verlassen haben.
Zum Abschluss noch die gastronomische Beurteilung: Der Wein war «süffig», das Essen

Beim Mittagessen floh ein Teil der 13 Untersträssler vor der Hitze im Festzelt und liess im Freien servieren …

sehr gut gekocht und wurde speditiv verteilt. Bei der Auswahl der Pasta-Beilage (Krawättli) zum Geschnetzelten hatte der Optimismus eindeutig die Oberhand behalten. Diese von der Sauce immer schlüpfriger werdenden «Schlipse» sind ja schon im nüchternen Zustand eine Zumutung, aber mit einem Zweierli Roten intus und mit dem üblichen Alterszittern in den Händen, wurde das Essen für manch' einen zu einem richtigen Abenteuer …
Abgerundet wurde der Anlass am Nachmittag mit einem Unterhaltungsprogramm, bestritten durch verschiedene Dorfvereine, welche – auch traditionsgemäss – gegen eine schwatzende und auf die gemeinsame Heimfahrt plangende Zuschauerschar mehr oder weniger erfolgreich ankämpften.

Peter Tobler

Termine

Juli

05. LAC: SVM Nationalliga C Männer
09. LAC: Ironkids Vorbereitungstraining
10. Vet.-Gruppe: Zusammenkunft im Rest. Schöneck um 15.00 Uhr
13. LAC: Ironkids Zürich
13. LAC: Swissmeeting Jona / Rapp'wil
16. LAC: Spitzenleichtathletik Luzern
19. LAC: Swissmeeting, Bern

August

01. SfA: Stadtumzug mit Fahne und Hörner
14. Vet.-Gruppe: Fahrt ins Blaue

September

11. Vet.-Gruppe: Zusammenkunft im Rest. Schöneck um 15.00 Uhr
20./21. SfA: Bergturnfahrt
27. Vet.-Gruppe: Herbstausflug

Oktober

9. Vet.-Gruppe: Zusammenkunft im Rest. Schöneck um 15.00 Uhr

SfA = Sport für Alle, HB = Handball, LAC = Leichtathletik, SC = Ski Club, Vet.-Gruppe = Veteranen

DefaKUR

Deine persönlichen Herbalife-Berater

Kurt Andermatt **Denise Leuenberger**
Freudenbergstrasse 86 CH-8044 Zürich
Telefon 044 363 46 50
E-Mail defakur@bluewin.ch
Homepage www.defakur.ch

Der Körper ist am Morgen leer. Er braucht Nährstoffe, Energie und Wasser. Das Frühstück, als wichtigste Mahlzeit, steuert das Essverhalten für den ganzen Tag.

DAS IDEALE FRÜHSTÜCK VON HERBALIFE

mit einem ausgeglichenen Verhältnis von Kohlehydraten, Proteinen, Vitaminen und Mineralstoffen sorgt für Konzentration, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden.

Fr. 5.00 / TAG MIT 30-TAGE-ZUFRIEDENHEITSGARANTIE !
044 363 46 50

Adressen

			Telefon P	Tel. G / Natel	Fax
Zentralvorstand					
Zentralpräsident	**CAMINADA** Reto		E-mail: caminadareto@bluewin.ch		
	Rebbergstrasse 64	8049 Zürich	044 342 14 97	044 371 76 56	044 340 28 30
Vizepräsident	**LEHNER** Rudolf				
	Birrächerstrasse 2	8966 Lieli	056 633 90 55	076 567 75 57	
Zentralkassier	**ZUDRELL** Thomas		E-mail: zudrell@swissonline.ch		
	Berninastrasse 43	8057 Zürich	079 686 29 66	044 208 43 38	044 208 47 18
Vereinsorgan	**KERN** Ruedi		E-mail: kedrusa@bluewin.ch – ISDN: 044 430 48 87		
	Dachslernstrasse 77	8048 Zürich	044 431 33 07	044 430 48 80	044 430 48 86
Sport für ALLE / Volleyball					
Präsident	**TELLE** Walter		telle@gmx.ch		
	Hadlaubstrasse 63	8006 Zürich	044 363 18 87	079 321 71 58	044 363 18 87
Leiter	**Weiss** Jules				
	Käshaldenstrasse 37	8052 Zürich	044 301 19 94		
Kassier	**Keller** Andy		E-mail: andy@aksoftware.ch		
	Appitalstrasse 17	8804 Au	044 683 11 44	079 349 41 55	044 683 11 43
Handball					
Präsident	**KÄLIN** Stefan				
	Rickenstrasse 2	8732 Neuhaus SG	055 282 29 74	055 286 32 02	055 286 32 01
Jugend	**STEINMANN** Isabel		E-mail: handball@tvunterstrass.ch		
	Regensbergstrasse 139,	8050 Zürich	044 312 50 74	044 388 97 09	079 540 66 56
Ski Club					
Präsident	**CASPARI** Armin				
	Alte Landstrasse 56	8803 Rüschlikon	044 724 08 39		
Veteranengruppe					
Obmann	**ANDERMATT** Kurt		E-mail: an.kurt@bluewin.ch		
	Carl Spitteler-Strasse 70	8053 Zürich	044 363 46 50		
Silvesterlauf					
Präsident	**HIESTAND** Bruno				
	Schnabelweg 59	8832 Wollerau	044 784 44 23	055 410 32 72	055 410 13 84
OK-Präsident	**LAFRANCHI** Bruno		E-mail: info@silvesterlauf.ch		
	Postfach 8025	8036 Zürich	044 281 13 54	044 480 25 55	044 480 25 56
Dienste					
Vereinsarzt	**JUNG** Hanspeter Dr.				
	Beethovenstrasse 3	8002 Zürich		044 362 25 48	
Physiotherapeut	**HOLWERDA** Tom				
	Ottikerstrasse 6	8006 Zürich		044 364 00 03	
Fähnrich	**HORBER** Otto				
	Schaffhauserstr. 139	8057 Zürich		076 365 38 88	