VEREINSORGAN TURNVEREIN UNTERSTRASS

93. Jahrgang gegründet 1864 Erscheint 11 x im Jahr

Dezember 2009 Nr. 12

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

Administration / Adressänderungen: Gaby Fäh-Spieler, administration@tvunterstrass.ch, 079 633 95 12

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 3

Neujahrsglückwunsch 5

Zentralvorstand
Einladung zur 21. DV 5
Protokoll der 20. DV vom 29.1.2009 6 – 8

TVU-Schaufenster 8

Handball
Nachwuchs-Trainingslager Zuchwil 8 – 9
Zwischenbericht U13 10 – 11

Leichtathletik Club
Einladung zur Generalversammlung 13
Vorschau auf das Lauffest 13 – 14
Nachwuchs 14 – 16
Laufgruppe –
Berichte und Resultate 16 – 21
Grundkurs Kampfrichter 20
Neumitglieder / Donatoren 21

Ski Club
Langlaufkurs 2009/2010
für Hobby-Sportler, Anfänger
und Schüler 21 – 23

Termine 23

Adressen 24

Redaktionsschluss für die Januar-Nummer: 7. Dezember 2009

12 / 09

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

JABERG-DRUCK
ADLISWIL

Wir setzen und drucken für Sie

in Adliswil

Soodring 34

044 710 55 51

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

BLUMENHAUS
Gabriela Schmid

Nordheim
Wehntalerstrasse 98, 8057 Zürich
Telefon + Fax 044 361 21 86
order@blumen-nordheim.ch
www.blumen-nordheim.ch

Unterstrass
Schaffhauserstrasse 2, 8006 Zürich
Telefon + Fax 044 361 94 11
order@blumen-unterstrass.ch
www.blumen-unterstrass.ch

Liebe Untersträssler!

Wer hat nicht den erfrischenden Auftritt der U-17 Fussballnationalmannschaft im Final in Nigeria gesehen. Mit viel Herzblut und grossem Selbstvertrauen haben die jungen Fussballer die Herzen der Schweizer und Schweizerinnen erobert. Ein erfrischender Auftritt mit viel Mut und Enthusiasmus. Dieser sensationelle Erfolg der U-17 Nationalmannschaft wird überall auf die gute Nachwuchsarbeit des Schweizerischen Fussballverbandes zurückgeführt. Hansruedi Hasler hat als technischer Direktor 1994 ein Konzept mit Scouts, regionalen Trainern und den nötigen Ressourcen gestartet.

15 Jahre später zu seinem Abschied in den Ruhestand, konnte er den grössten Erfolg einer Schweizer Fussballmannschaft feiern. Dies zeigt auf, dass die Nachwuchsarbeit einerseits die Basis für einen nachhaltigen Erfolg ist und anderseits es mindestens eine Generation braucht, bis sich der Erfolg einer gut verankerten Nachwuchsarbeit ausbezahlt.

Bei den Leichtathleten sind wir mit der Rekrutierung von Nachwuchsathleten in den vergangenen Jahren sehr erfolgreich gewesen. Die Anzahl Kinder ist aber immer noch zu wenig gross, um wirklich genügend AthletInnen ins Aktivalter zu «retten».

Zu viele Kinder springen im Alter von 14 – 18 Jahren während des Gymnasiums oder während der Lehre aufgrund der Doppelbelastung ab. Viel zuwenig Jugendliche haben den Biss, in eine Sportart – zusätzlich zur Schule oder Beruf – zu investieren. Wenn es sich jeweils noch um eine sehr leistungsorientierte und messbare Sportart wie die Leichtathletik handelt, umso schwieriger wird es dann, die Jugendlichen bei der Stange zu halten. Deshalb sind wir als Verein sehr stark gefordert und müssen viel Zeit, grosse finanzielle Mittel, aber auch die Ressourcen von gut ausgebildeten Nachwuchstrainern zur Verfügung stellen. Bei den Leichtathleten haben sich in letzter Zeit sehr viele engagierte Trainer und Trainerinnen bereit erklärt, eine Weiterbildung in Angriff zu nehmen und sich vom Verband zertifizieren zu lassen.

Ich bin überzeugt, dass nur dank gut ausgebildeten Trainern, der Zusammenarbeit mit Schulen und den nötigen finanziellen Mitteln, wir eine Möglichkeit haben, um die Stagnation bzw. den Rückgang bei den Mitgliederzahlen zu stoppen.

An dieser Stelle danke ich allen Trainern, welche sich im Nachwuchs engagieren und Woche für Woche einen sehr wichtigen Beitrag für das persönliche Wohl der Kinder, der Gesellschaft, aber hoffentlich auch als Ziel für einen sportlichen Erfolg leisten, an dem sich das Schweizer Volk wieder freuen kann. In der Leichtathletik fehlt uns der Spirit und das Aushängeschild einer U-17 Nationalmannschaft. Die Zeiten sind vorbei, als uns André Bucher, Anita Protti, Anita Weyermann, Pierre Délèze, Werner Günthör und Co. von den Sitzen rissen.

Ich würde mich sehr freuen, wenn wir von allen Seiten die nötige Unterstützung aller Art bekommen, um uns im Jahre 2024 im Letzigrund am Sieg einer Schweizer Staffel über die USA und Jamaika zu freuen. Die U-17 Nati hat aufgezeigt, sich nie Grenzen zu setzen!

Mit freundlichen Grüssen
Christoph Widmer, Präsident LAC TVU

ZÜRI-ZINN
RAPOLD-ZINN
H. A. Rapold & Co. · 8047 Zürich
Wydlerweg 7 · info@rapold-zinn.ch
Tel. 044 493 12 55 · Fax 044 493 10 40

medbase
GESUNDHEIT IM ZENTRUM

medbase • Dr. med. Heinz Bühlmann • Facharzt für Chirurgie FMH, Sportmedizin SGSM
münstergasse 2 • ch-8001 zürich • telefon +41 44 261 25 25 • fax +41 44 262 56 12

KOMPETENT
ENGAGIERT
VERNETZT

medbase
GESUNDHEIT IM ZENTRUM

DR.MED. HEINZ BÜHLMANN
Facharzt FMH für Chirurgie
Sportmedizin SGSM

medbase
münstergasse 2
ch-8001 zürich

telefon +41 44 261 25 25
telefax +41 44 262 56 12
h.buehlmann@medbase.ch
infos@sportsmedicine.ch
www.sportsmedicine.ch

h.buehlmann@medbase.ch • www.medbase.ch

medbase
GESUNDHEIT IM ZENTRUM

medbase • münstergasse 2 • ch-8001 zürich • telefon +41 43 268 39 91 • fax +41 43 268 39 99
Dr. med. Stefan Sannwald • Allgemeinmedizin FMH, Sportmedizin SGSM, Ultraschall SGUM

KOMPETENT
ENGAGIERT
VERNETZT

Allgemein- und Sportmedizin

Als Fachexperte für allgemein- und sportmedizinische Probleme berate und behandle ich Sie entsprechend Ihren Bedürfnissen. Dabei respektiere ich Ihre persönliche Gesundheitsvorstellung und Ihre Entscheidungsautonomie.

s.sannwald@medbase.ch • www.medbase.ch

medbase
GESUNDHEIT IM ZENTRUM

medbase • physiotherapie • münstergasse 2 • ch-8001 zürich
telefon +41 43 268 39 90 • fax +41 43 268 39 99 • zuerich@medbase.ch

KOMPETENT
INDIVIDUELL
PRAXISNAH

Physiotherapie

Bewegung ist ein grundlegender Baustein für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden. Unser bestens ausgebildetes und erfahrenes Team von dipl. Physiotherapeutinnen und -therapeuten berät und betreut Sie individuell, kompetent und praxisnah. Unser Angebot richtet sich an sämtliche Altersgruppen mit den unterschiedlichsten Aktivitätsstufen. Mit unserem breiten Therapieangebot können Schmerzen gelindert, Funktionsstörungen beseitigt und die gewünschte Belastbarkeit zurück gewonnen werden. Auf eine optimale Kommunikation mit den zuweisenden Ärzten legen wir besonderen Wert.

www.medbase.ch

Neujahrsglückwunsch

Die Neujahrsglückwünsche in unserem Vereinsorgan haben eine jahrzehntelange Tradition. Unser Mitglied hat die Möglichkeit, auf einfachste Weise seinen tausend Vereinskameraden und deren Angehörigen Alles Gute im Neuen Jahr zu wünschen. Nachdem die Grösse unseres Vereins dazu geführt hat, dass sich Turner, Handballer, Skifahrer und Leichtathleten nicht mehr alle persönlich kennen, ist es schon vorgekommen, dass Untersträssler praktisch Tür an Tür wohnten, voneinander aber nicht wussten, dass sie demselben Verein angehören. Die Strukturierung der Glückwünsche nach Wohnort (Stadtquartier oder Wohngemeinde) der letzten Jahre hat sich bewährt.

Mit jedem Glückwunsch wird automatisch der Name des Mitglieds, seine Adresse und die Vereinszugehörigkeit publiziert. Auf einer Zeile kann ein besonderer Wunsch platziert werden. Dieses Angebot für sensationell günstige Fr. 20.–. Wer mehr zu sagen hat, erweitert seine Glückwünsche für weitere Fr. 20.– mit einem besonders witzigen, besinnlichen, fröhlichen oder sportlichen Gruss. Jeder Glückwünschende hat damit die Gelegenheit, für wenig Geld Freunden eine Freude zu bereiten. Gleichzeitig wird auch bisherigen Inserenten Gelegenheit geboten, den Inhalt ihrer Anzeige zu überprüfen und neu zu fassen.
Wer bei der bisherigen Publikation bleiben will, braucht nichts zu unternehmen. Wer Änderungswünsche oder einen neuen Glückwunsch formulieren will, leitet den Text bis zum 25. November 2009 an die TVU-Administration weiter.

Die Redaktionskommission dankt allen Mitgliedern für die freundliche Unterstützung dieser Aktion und freut sich schon heute auf eine Vielfalt von Glückwünschen aus den verschiedensten Wohnorten.

Reto Caminada, Zentralpräsident TV Unterstrass

Zentralvorstand

Einladung zur 21. Delegierten-Versammlung

Der Zentralvorstand lädt alle Mitgliedvereine und interessierten TVU-Mitglieder zur 21. Delegiertenversammlung ein.

Donnerstag, 28. Januar 2010

Zeit 18.00 Uhr
Einstimmen auf die Versammlung mit Imbiss und Getränken

19.00 Uhr Beginn der DV

Ort **Sportanlage Sihlhölzli**
(1. Stock, Vortragssaal)

Folgende Traktanden werden behandelt:

1. Appell, Wahl des Wahlbüros
2. Abnahme des Protokolls der letzten DV (erschienen in Chronik Nr. 12 / 09)
3. Abnahme Jahresbericht
   – Präsident
4. Finanzen
   – Jahresrechnung
   – Revisorenbericht
   – Mitgliederbeiträge
   – Budget 2010
5. Décharge-Erteilung
6. Wahlen
   – Präsident
   – Vorstandsmitglieder
   – Rechnungsrevisoren
7. Behandlung von Anträgen z.H. der DV
8. Verschiedenes
9. Ehrungen

Protokoll

der 20. Delegiertenversammlung vom 29. Januar 2009

Ort	Sihlhölzli, Zürich
Zeit	ab 18 Uhr einstimmen auf die Versammlung mit Getränken und kleinem Imbiss
Beginn	19.00 Uhr

Der Zentralpräsident Reto Caminada eröffnet die DV und begrüsst die Anwesenden. Er stellt fest, dass die Einladung zur DV fristgerecht im Organ 12 / 2008 veröffentlicht und im Dezember auch an die Vereine verschickt wurde. Sein Jahresbericht erschien im Organ 1 / 09. Er erwähnt, dass wir im 145. Jahr TV Unterstrass stehen und er im März sein 15. Jahr als Zentralpräsident absolviert haben wird.
Vom Zentralvorstand hat sich Hans Seeholzer entschuldigt.

1. Appell, Wahl des Wahlbüros

Die Versammlung stimmt dem Ablauf der Geschäfte entsprechend der im Vereinsorgan publizierten Traktandenliste zu.

Der Bericht der Revisoren wurde an die Präsidenten verschickt und liegt auf. Es sind 22 Delegiertenstimmen vertreten, das einfache Mehr beträgt somit 12 Stimmen. Von den Revisoren hat sich Ernst Tanner (LAC) entschuldigt.

Der Mitgliederbestand hat sich um 22, von 968 auf 990 Mitglieder erhöht.

Dem ältesten Versammlungsteilnehmer Armin Caspari wird ein Blumenstrauss überreicht und der jüngsten Teilnehmerin Karin Vetterli originell verpackte Schokolade.

Genesungswünsche und baldige Gesundung werden an kranke, abwesende Kameraden weiter geleitet.

Anschliessend gedenken die Delegierten der im abgelaufenen Vereinsjahr verstorbenen Kameraden, darunter das Ehrenmitglied Willi Vogel sowie den Veteranen Jakob Greuter, Edwin Stutz, Max Bryner, Jörg Argast, Guido Borner und Theo Dietrich (Mat-Chef LAC). Alle erheben sich zum Gedenken an die Verstorbenenen von ihren Sitzen.

Als Wahlobmann werden Adi Lenz sowie als Stimmenzähler Noldi Callura vorgeschlagen und gewählt.

2. Abnahme des Protokolls der letzten DV

Ohne Einwendungen und mit dem Dank an den Verfasser Ruedi Kern wird das Protokoll einstimmig angenommen.

3. Abnahme der Jahresberichte

Der Jahresbericht des Zentralpräsidenten wurde im Vereinsorgan 1/09 publiziert und durch den Präsidenten noch kurz kommentiert. Anschliessend wird der Bericht von der Versammlung mit Applaus genehmigt.

Administration
Denise Leuenberger hat mit Datum vom 26. Juni 2008 ihren Auftrag per 31. Dezember 2008 gekündigt. Darin erwähnte sie (Zitat), «dass sie leider festellen musste, dass in den Vereinen immer noch nur eine halbherzige Bereitschaft für eine effiziente und gefreute Zusammenarbeit mit der zentral geführten Administration besteht». Die anschliessende Zeit war für den Präsident unerfreulich, daher möchte er sich dazu nicht weiter äussern. Für allfällige Frage steht er jedoch gerne zur Verfügung.
Mit dem Dank an Denise und Kurt Andermatt kann er anschliessend mit Freude eine Lösung präsentieren. Gaby Fäh-Spieler, Handballerin stellt sich zur Verfügung. Die administrativen Abläufe werden nun überprüft und neu wird die Adressierung des Organs in Zukunft bei Ernst Jaberg erfolgen. Da Gaby heute nicht anwesend sein kann, hat sich ihr Mann Martin als Blumenüberbringer zur Verfügung gestellt. Wir alle wünschen Gaby Befriedigung im neuen Amt und eine angenehme Zusammenarbeit mit den Vereinen.

Sekretariat
Den Dank für die Leistungen im Sekretariat darf Corinne Meier (krankheitshalber abwesend) entgegen nehmen.

Internet
Ebenfalls in Abwesenheit gedankt wird Erich Bucher für seine Arbeit bei der WEB-Seiten Betreuung.

Rechenschaft zu Zielen im 2008
Statutenrevision gem. DV-Beschluss 2008.
Die Statuten wurden zur Prüfung an den ZTV frist- und formgerecht per 30. Juni 2008 abgegeben. Im November 2008 fand eine Besprechung auf dem Sekretariat des ZTV statt und dannzumal die Anliegen des TVU anerkannt, mit Korrektur einer formellen Umsetzung gem. Vorschlag des ZTV.

Gemäss dem Delegierten des TVU, Ruedi Clerici wurden die Austritte Handball und Ski an der DV des ZTV bestätigt, wobei eine Mitgliedschaft des TVU (nur Führungsstruktur, ohne Mitglieder) erwünscht ist.

Im weiteren werden die STV-Beiträge per 1. Januar 2009 erhöht. Mitglieder eines Fachverbandes zahlen Fr. 17.– Jahresbeitrag plus Fr. 3.– Sport-Versicherung.

Das Ziel «ein fitter TVU im Jubiläumsjahr 2014» ist noch lange nicht erreicht. Überlegungen dazu sind im «Liebe Untersträssler» Januar 2009 erwähnt. Anregungen sind erwünscht.

Karl Kübler schlägt vor, den Jahresbericht des Präsidenten abzunehmen und würdigt dabei die grosse Arbeit von Reto. Zudem stellt er sich für die Mitarbeit am Jubiläum zur Verfügung, da er ab 1. Juli pensioniert und daher arbeitslos wird. Reto bedankt sich und ist sichtlich froh, dass der TVU auch Arbeitslosen noch etwas bieten kann.

4. Finanzen

Die Rechnung liegt schriftlich vor. Zentralkassier Thomas Zudrell erläutert die Jahresrechnung, welche eine Vermögensabnahme von Fr. 6709.72 ausweist. Dabei ist anzumerken, dass wir seit mehreren Jahren Verluste verbuchen müssen.

Der Revisorenbericht wird von Werner Wildschek verlesen. Die saubere und ordnungsgemässe Arbeit des Kassiers wird anschliessend mit der Genehmigung der Rechnung einstimmig und mit Applaus verdankt. Alfi Christen wird für die Revisorentätigkeit gedankt und zugleich alles Gute für die bevorstehende Operation gewünscht.

Die Mitgliederbeiträge für 2009 betragen wie folgt: Fr. 40.– aufgeteilt auf Zentralkasse und -sekretariat Fr. 15.50 plus Vereinssorgan Fr. 24.50. Die anschliessende Diskussion betr. VO wird mit einem Votum beschlossen, indem Bruno Hiestand klipp und klar der Versammlung kundtut, dass jeder die Möglichkeit hat, neue Inserenten zu bringen, welche das VO in den Kosten entlasten. Wenn dies halt keine Wirkung zeigt, muss jedes Mitglied dafür zahlen.

Das Budget 2009 liegt vor und sieht einen Verlust von Fr. 130.– vor. Ohne Fragen dazu, wird es einstimmig genehmigt.

Thomas Zudrell kann anschliessend für seine fristgerechte, ohne besondere Aufregungen, saubere Arbeit, den verdienten Dank entgegennehmen.

5. Décharge-Erteilung

Der Präsident bedankt sich bei den Mitgliedern des Zentralvorstandes für die sachliche und gute Arbeitsatmosphäre sowie die Loyalität und Solidarität im Vorstand. Die Décharge wird von den Delegierten einstimmig erteilt.

6. Wahlen

Heute Abend endet die TVU-Karriere von Armin Caspari als Mitglied des Zentralvorstandes. Armin sah sich gezwungen, aus gesundheitlichen Gründen Ende 2008 sein Amt als Präsident des SC TVU abzugeben. Reto bedankt sich bei ihm für seine langjährige Tätigkeit im ZV und im Skiclub mit einem grossen Blumenstrauss.
Nach der Übergabe an den Wahlobmann wird der Präsident Reto Caminada mit grossem Applaus für ein weiteres Jahr gewählt und der übrige ZV in globo bestätigt. Dies

sind Vizepräsident Ruedi Lehner, Zentralkassier Thomas Zudrell, Vereinsorgan Ruedi Kern und die Delegierten der Veteranen Peter Tobler sowie des Ski Clubs Hans Seeholzer. Als 1. Revisor wird Werner Wildschek und als 2. Revisor Ernst Tanner bestätigt. Neu wird Christian Zingg (HB) für Alfi Christen vorgeschlagen und einstimmig gewählt.

7. Behandlung von Anträgen zH. der DV

Es sind keine Anträge eingegangen. Betr. Statutenrevision wird voraussichtlich erst an der DV 2010 abgestimmt, es ist keine ao. DV geplant.

8. Verschiedenes

Die nächste Delegiertenversammlung ist am Donnerstag, 28. Januar 2010.

9. Ehrungen

Als neues Ehrenmitglied wird vom SILA TVU Arnoldo Callura vorgeschlagen. In der Laudatio, gehalten von Bruno Lafranchi, werden seine Verdienste gewürdigt.
Anschliessend darf er aus den Händen des ZV-Präsidenten den obligaten Ehrenteller sowie einen grossen Blumenstrauss entgegennehmen. Noldi bedankt sich für die Ehre und freut sich sichtlich darüber.

Um 20.45 Uhr schliesst der Präsident die Delegiertenversammlung 2009 in Erwartung einer guten Zusammenarbeit und einem Dank an die Teilnehmer für die Aufmerksamkeit.

Der Protokollführer: Ruedi Kern

TVU-Schaufenster

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

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

04.12.	Hermann Halbstadt	91 Jahre
28.12.	Werner Kuster	50 Jahre

Handball

Nachwuchs-Trainingslager 2009 in Zuchwil

In der ersten Herbstferienwoche weilte die Nachwuchsabteilung im Trainingslager im solothurnischen Zuchwil. Vom frühen Montagmorgen (Treffpunkt 7.00 Uhr, Sporthalle Fronwald) bis am späten Samstagnachmittag hielt sich ein Grossteil der TVU-Juniorinnen und -Junioren im Sportzentrum Zuchwil auf. Nebst den durchschnittlich zwei Trainingseinheiten pro Tag bot das Camp vielerlei Highlights.
Aus sportlicher Sicht stechen die Testpartien gegen die «Locals» vor Ort hervor. Besonders gefordert war die dezimierte U18/U20-Mannschaft, die gleich zu drei Trainingsbegegnungen kam. Schon am Starttag mass sich das von Michael Senn gecoachte mit dem U17-Elitenteam vom TV Solothurn.
Nach starkem Beginn (6 Tore-Führung nach 30 Minuten), liess sich die Equipe in der zweiten Halbzeit noch abfangen und verlor knapp mit 34:35. Am Dienstag wurden die gleichen TVU-Vertreter vom TV Zuchwil gefordert. Eine regionale U19-Mannschaft wurde problemlos abgefertigt, beim Kräftemessen mit einer 2./3. Liga-Mannschaft wurden die Junioren von einigen Trainern unterstützt und gewannen alsdann ebenso.
Am Mittwoch waren schliesslich die Mädchen und jüngsten Junioren gegen Herzo-

genbuchsee im Einsatz. Gegen die FU15-Intermannschaft hatte unsere regionale U16-Mannschaft erwartungsgemäss keine Chance, zeigte beim 30-minütigen Einsatz aber einen vernünftigen Auftritt. Die U14-Junioren, die das FU16 zur Pause ersetzten, vermochten die Partie noch zu wenden. Gefordert wurden auch die U18-Mädchen gegen den gleichen Verein. Nach einer starken ersten Hälfte, musste das Team dem körperbetonten und schnellen Spiel in Halbzeit 2 Tribut zahlen und verlor schliesslich klar.

Am Donnerstagnachmittag folgte dann der Ausflug in den Hochseilpark Balmberg. Per Postauto gings ins Abenteuerland, wo die Lagerteilnehmer von einem Experten instruiert wurden. Bei nass-kaltem Wetter wurden zunächst einfachere Parcours ausprobiert bevor sich einige Mutige an den Kräfte raubenden und schwierigen roten und schwarzen Strecken versuchten. Nach drei Stunden verzog sich bei allen die Schwindel-Angst und manch einer musste seine Mutproben daraufhin umgehend der halben Welt erzählen.

Am Abend vergnügte, respektive entspannte, sich ein Grossteil der Jugendlichen im Wellness-Bereich des Sportzentrums, während sich der Rest als Zocker beim Pokerspielen versuchte.

Der Freitag brachte schliesslich Dani Bapst als haushoher Sieger beim Leiterinternen Mini-Golf-Turnier hervor. Handballerisch stand das teamübergreifende Abschlussturnier auf dem Programm. Matthias Inderbitzin sicherte sich die Auszeichnung als auffälligster Spieler und gewann nebst der Siegprämie in Form eines kräftigen Applauses auch einen neuen Handball.

Nach fünfeinhalb intensiven Tagen traten die TVU-Gefährten am Samstagnachmittag schliesslich wieder die Heimreise an. Ein weiteres aussergewöhnlich tolles Lager war Geschichte. ch

Zwischenbericht U13

Seit dieser Saison wird auch in der U13-Kategorie eine Meisterschaft ausgetragen. Dabei treten die Teilnehmenden an Spieltagen gegeneinander an, die dort eingefahrenen Punkte werden in der Saisonrangliste addiert. Theres Stropnik, Leiterin des U13-Bereiches, berichtet von den bisherigen Spielen.

1. Turnier vom 12. September 2009

Die ersten zwei Spiele konnten wir für uns verbuchen. Danach waren wir in der Tabelle zwischenzeitlich an 1. Stelle platziert. Zum einen sind wir mit unserer Mannschaft gegen eine reine Mädchenmannschaft des TV Thalwil 2 angetreten, und zum anderen haben wir mit dem HC Wädenswil 1 eine Mannschaft besiegt, die noch kleinere Spieler als wir hatten.

TVU : TV Thalwil 2	27 : 03
TVU : HC Wädenswil 1	20 : 17

2. Turnier vom 26. September 2009

Nach diesen Spielen sind wir in der Tabelle auf den angestrebten 4. Zwischenrang zurückgefallen. Mit der Mannschaft vom HC Wädenswil 2 hatten wir von Anfang an ziemlich Mühe. Mit einer guten zweiten Halbzeit konnten wir dann noch ein Unentschieden herausspielen. Im zweiten Spiel gegen die Jungs vom TV Thalwil 1 sah die Sache schon viel besser aus, obwohl auch hier zunächst im Rückstand, konnten unsere Jungs den Sieg noch nach Hause bringen. Besonders erwähnenswert sind die Leistungen von Silvan Ochsner, der eines der ersten Turniere für uns im Tor stand und als einziger Goalie massgeblich zu unseren guten Resultaten beitrug.

TVU : HC Wädenswil 2	17 : 17
TVU : TV Thalwil 1	24 : 17

3. Turnier vom 25. Oktober 2009

Für unser erstes von zwei Heimturnieren hatten wir am Samstagabend (einmal mehr eine Feuerwehrübung!!!) den Hallendienst organisiert. Die Mannschaft des HC Horgen ist in unserer Meisterschaft der absolute Favorit. Seit den ersten Spielen auf dem ersten Platz in der Tabelle, ist sie für uns ein harter Brocken. Das Spiel ging klar an Horgen.
Der HC Wädenswil 2 trat mental ziemlich stark auf und unsere Jungs hatten wirklich Mühe den knappen Vorsprung noch über die Runden zu bringen.

TVU : HC Horgen	12 : 24
TVU : HC Wädenswil 2	16 : 15

4. Turnier vom 15. November 2009

Immer noch belegen wir den 3. Platz in der Tabelle, allerdings mit einem deutlich schlechteren Torverhältnis als Stäfa (Platz 4). Ab diesem Turnier spielen auch wieder Mädchen im U13. Toll! Wieder ist zu erwähnen,

dass wir auf Moritz und Silvan als Goalis verzichten mussten. Roman in der ersten Halbzeit, und vor allem Noah Ducret in den weiteren drei Halbzeiten haben die beiden Abwesenden aber super ersetzt.
Eigentlich sollte die Sache gegen den TV Uster klar sein, aber nachdem man geschlafen hatte, mussten die 2 Punkte ziemlich hart erkämpft werden. Das Spiel gegen Wädenswil 1 ging aber diesmal relativ deutlich an uns. Die tolle Leistung des einerseits sehr starken Noah im Tor und der andererseits schön zusammen spielenden Mannschaft vorne gaben den Ausschlag.

TVU : TV Uster	16 : 13
TVU : HC Wädenswil1	22 : 13

Ausblick bis zu den Play-Offs

Bis im Januar stehen noch vier Turniere an (29.11.09 in Stäfa Obstgarten, 13.30h, 5.12.09 (Horgen Waldegg, 13.00h, 13.12.09 Sihlhölzli, 09.00h und 16.01.10 (Thalwil Sonnenberg, 14.45h).

An diesen Turnieren werden wir sicher zu kämpfen haben. Wir werden gegen unsere direkten Konkurrenten spielen müssen. Es fehlen uns noch beide Spiele gegen GAN und Stäfa. Gegen Horgen werden wir noch einmal antreten müssen. Und zur Entlastung der Trainer-Nerven werden wir noch einmal gegen Uster und gegen Thalwil 1 spielen dürfen. Ganz sicher sind die Mannschaften weder über zu bewerten noch zu unterschätzen, aber mit Sicherheit sind das die acht Spiele, die die Qualifikationsrunde der U13 Meisterschaft entscheiden.

Anschliessend kämpfen die Teams auf den Rängen 1 bis 3 um die Schweizer Meisterschaft, die 4.- bis 6.-Platzierten spielen um den Regionalmeistertitel und Teams auf den Rängen 7 bis 9 bestreiten Platzierungsspiele. Theres Stropnik schaut voraus: «Der vierte Platz und damit der Regionalmeistertitel ist realistisch. Im Falle einer Top 3-Platzierung würden wir den Viertplatzierten vorlassen. Weil viele Handballer im nächsten Sommer ins U15 wechseln müssen, wäre das ein toller Abschluss für sie.»

MIZUNO®
www.mizuno.ch
WAVE NIRVANA 5
Leichter Trainingsschuh mit guter Stabilität und Dämpfung im Vor- und Rückfuss. Gute Stützfunktion vom Fersen- bis Vorfussbereich durch Doppelwellen-System. Neu mit Dynamotion Fit.
gender engineering
pebax
VS-1
SensorPoint
MIZUNO INTERCOOL
AIRmesh.
SmoothRide
SOCKLINER
OUTSOLE
X10
Mizuno Schweiz
M • ZERO AG, CH-4133 Pratteln
mzero@bluewin.ch
MIZUNO

Leichtathletik Club

Einladung

zur ordentlichen Generalversammlung der Leichtathletik-Abteilung des TV Unterstrass im Sihlhölzli (Vortragssaal, 1. OG)

Donnerstag, 4. Februar 2010

20.15 Uhr

Ab 19.00 Uhr Apéro und kleiner Imbiss

Die Teilnahme für alle Aktiven ist Ehrensache, darum hoffen wir auf Euer zahlreiches Erscheinen.

Abmeldungen bitte an den Präsidenten christoph.widmer@tvunterstrass.ch senden.

Anträge zuhanden der Generalversammlung 2010 bitten wir 14 Tage, also bis zum 21. Januar 2010 ebenfalls schriftlich an den Präsidenten zu senden. Folgende Traktanden werden wir dieses Jahr behandeln:

Traktanden

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmenzähler
3. Protokoll der GV vom 5. Februar 2009
4. Abnahme der Jahresberichte
   – Präsident
   – Technische Leiterin
5. Abnahme Jahresrechnung 2009, Budget 2010 und Revisorenbericht
6. Décharge-Erteilung an die GL
7. Wahlen
8. Jahresprogramm 2010
9. Festlegung der Mitgliederbeiträge
10. Mitglieder-Mutationen
11. Anträge
12. Ehrungen
13. Verschiedenes

GL LAC TV Unterstrass

SILA 2009

33. Zürcher Silvesterlauf – Vorschau auf das Lauffest

Mit einem der Vereinshöhepunkte des Jahres wird am Sonntag 13. Dezember mit dem 33. Zürcher Silvesterlauf das sportliche Jahr 2009 abgeschlossen.
Wie jedes Jahr werden viele als Helfer/innen, aber auch als Läufer/innen an diesem Lauffest dabei sein und dieses zu einem unvergesslichen Erlebnis machen. Hier eine kleine Vorschau auf die Aktivitäten:

Über 100 Athleten/innen des LAC TVU waren 2008 am Start. Auch dieses Jahr freuen sich möglichst viele über zahlreiche Unterstützung an der Strecke. Sei auch Du, wenn nicht als Läufer, als Fan an der Strecke dabei und geniesse die einmalige Atmosphäre.

12.00 Familien/Kinder
12.10 I'M fit = Schülerinnen B1 (Jg. 2000 und jünger)
12.20 I'M fit = Schüler B1 (Jg. 2000 und jünger)
12.30 I'M fit = Schülerinnen B2 (1999)
12.40 I'M fit = Schüler B2 (1999)
12.50 I'M fit = Schülerinnen A (1998/1997)
12.50 I'M fit = Schüler A (1998/1997)
12.55 Knaben B (1996/1995)
12.55 Mädchen B (1996/1995)
12.55 Knaben A (1994/1993)
12.55 Mädchen A (1994/1993)
13.15 MUKI/VAKI (2001/2002)
13.25 MUKI/VAKI (2003 und jünger)
13.35 Sie und Er (schneller als 30 Minuten)
14.00 Sie und Er (über 30 Minuten)
14.35 Elite Männer (1990 und älter)
14.36 Elite Frauen (1990 und älter)

15.05 Züri Fit
(unter 40 Minuten, 1992 und älter)
15.45 Premium
(40 bis 48 Minuten, 1992 und älter)
16.35 Medium
(48 bis 55 Minuten, 1992 und älter)
17.30 Happy Runners
(über 55 Minuten, 1992 und älter)
18.30 Run for Fun
(Jg. 1992 und älter, 4.4 km)

Der LAC TVU betreibt auch dieses Jahr die Festwirtschaft im Hauptzelt auf dem Münsterplatz. Komm auch Du vorbei und lass Dich verwöhnen.
Die Donatoren und Ehrenmitglieder treffen sich um 11 Uhr im Restaurant Metropol gemäss separater Einladung zum Brunch.
Am 15.12.09 um 21.30 wird eine Zusammenfassung des Anlasses im Schweizer Sportfernsehen ausgestraht.

Nachwuchs

Mille Gruyère

Zum dritten Mal fand der Schweizer Final über 1000 m unter dem Namen Mille Gruyère statt. Mit vier Athleten reiste der LAC TV

Unterstrass nach Delémont. Mit super Wetter aber auf einer grauen Anlage wurden wir empfangen. Als erstes gingen Lars Widmer und Bjarne Kölle auf die zweieinhalb Bahnrunden. Mit dem 7. Rang Lars Widmer (3:22.29) und dem 10. Rang Bjarne Kölle (3:23.18), liefen die beiden bei den M10 ein hervorragendes Rennen mit zwei super Zeiten.
Laurent Salzgeber gab seinen Konkurrenten keine Chance, in einem sehr schnellen Rennen nahm er dem zweitplatzierten Läufer gleich 1,5 Sekunden ab. In 2:44.56 lief er eine phantastische Zeit. Er kontrollierte das ganze Rennen von A bis Z und zeigte wer der Chef auf den zweieinhalb Bahnrunden ist.
Sehr müde von der Saison reiste auch ich nach Delémont. Nicht konkurrenzfähig lief

ich in einem sehr knappen Rennen auf den 4. Rang. Leider konnte ich nicht zeigen was ich kann und lief in 2:40.93 eine für mich enttäuschende Zeit.
Für das nächste und letzte Jahr für Laurent, kündigte er einen weiteren Sieg an. Lars und Bjarne dürfen noch weitere 5 Jahre ihr Können am Mille Gruyère beweisen. Viel Glück!

Jonas Raess

Sponsorenlauf der Nachwuchsathleten

Im Rahmen des Finance Forum Laufes starteten am Sonntag, 1. November 2009, nebst den über 1400 Teilnehmenden auch 17 LAC TVU-Nachwuchsathlet/innen, um möglichst viele 800 m-Runden während 60 Minuten zu absolvieren. Zuvor sammelten sie bei Verwandten und Bekannten für jede Runde einen Sponsorenbeitrag oder einen Pauschal-

Die LAC TVU-Nachwuchsathleten führen das über 1400 grosse Läuferfeld nach dem Startschuss an.

Manuela Fontanive und Marietta Lengen fassen sich nach jeder Runde ein Gümmeli, um die Runden zu zählen.

Cyrill Merten holt sich auch eine Zählhilfe – am Ende legte er 11 Runden zurück.

Lynn Vaaler und Nika Rordorf holen sich für jede Runde ein Gümmeli, beide total 7 Stück.

betrag. Total wurden 184 Runden zurückgelegt und es kamen knapp 3000 Franken zusammen. Die finanzielle Unterstützung fliesst vollständig an die jungen Athletinnen und Athleten in Form von Material, Startgeldern, Trainingslagerbeiträgen, Turnhallenmieten und Ausbildung zurück.
Belohnt wurden alle Startenden mit wunderschönem Herbstwetter und diversen Preisen aus der Verlosungsbox.
Der LAC TV Unterstrass bedankt sich bei allen Sponsoren und teilnehmenden Athleten ganz herzlich für ihr Engagement!

Petra Loser

Laufgruppe – Resultate

Impressionen aus der «Neuen Welt»

Hallo alle zusammen, endlich habe ich es auch noch geschafft etwas von mir hören zu lassen und euch ein paar Zeilen zu mailen. Mittlerweilen habe ich mich hier im mittleren Westen an der Kansas-State University gut eingelebt. Ich teile mir eine kleine Wohnung mit meiner ungarischen Teamkollegin, nicht weit von der Uni entfernt.
Seit ich hier bin fokussiert sich mein Training auf die derzeitige Cross Country Saison. Unser Cross Country Team besteht aus 7 top-motivierten Ladys und 2 Coachs, die uns immer gut betreuen.
Seit Anfang September bin ich nun fünf Rennen für meine Uni gelaufen. Angefangen bei kleinen Rennen, sogenannten Dualmeets mit «nur» 50 Läuferinnen über 4 km sind wir nun schon bald am Ende der Saison und die Rennen haben teils weit über 200 Ladys am Start und sind 6 km. Das ist schon ganz schön anstrengend.
Zu Beginn der Saison machte ich mich immer ein wenig über die schönen respektive schnellen Cross-Kurse hier lustig. Oh ja manche sind ziemlich schnell, kurzes Gras, flach und kein bisschen Dreck. Seit dem letzten Rennen sage ich nichts mehr, dieser Kurs war eine Tortur. Hügelig, schlammig und das härteste Rennen, welches ich jemals gelaufen bin. Und doch hat es unglaublich Spass gemacht. Es war unser Conference Race und wir haben uns mit dem sechsten Platz unter 12 Schulen nicht schlecht geschlagen. Ein Tag frei hätten wir uns redlich verdient, doch hier ist nichts mit Pause, es wird schön fleissig weiter trainiert, mit einer Intensität die ich mir von zu Hause nicht gewohnt war. Es ist schon ein wenig etwas anderes, aber die Motivation eines Tages mit diesen Mädels mithalten zu können, macht sogar die müdesten Beine wieder munter.

Martina Tresch

Transalpine Run 2009

240 km und 15’000 Hm
von Oberstdorf (D) nach Latsch (I)

Bericht von Ursi Gassmann

Vor rund 5 Jahren ist mir die Ausschreibung vom ersten Transalpine Run 2005 in die Finger gekommen und seit damals war der Wunsch da, einmal bei diesem Abenteuer dabei zu sein. Im letzten Spätherbst haben Philippe und ich uns dann entschieden, dass wir bei der fünften Austragung vom 5. bis 12. September 2009 mitmachen wollten. Anfangs Jahr haben wir uns schliesslich für den Event angemeldet.
Am Freitag, 4. September war es dann so weit und wir reisten mit Sack und Pack (u.a. mit je drei Paar Turnschuhen, Liegematte, Schlafsack, Regenjacke, Laufbekleidung, Tele-

skopstöcken und Laufrucksack) mit dem Zug nach Oberstdorf. Dort gab es anlässlich der Pasta-Party ein Briefing, wo wir informiert wurden, wie das Ganze abläuft, was verboten und erlaubt ist sowie welche Zeitlimiten eingehalten werden müssen. Anschliessend richteten wir uns im Camp (Turnhalle) zum Schlafen ein. Im Camp schliefen jeweils etwa 40% der rund 500 Teilnehmer, die restlichen Leute übernachteten in Hotels oder im Camper. Im Camp ist man näher am Geschehen und lernt mehr Leute kennen, dachten wir uns, weshalb wir uns für diese «Hardcore»-Variante bezüglich Schlafkomfort entschieden haben.

Am Samstag erfolgte pünktlich um 10 Uhr der Startschuss bei eitlem Sonnenschein. Rund 240 Zweier-Teams wurden auf die anspruchsvolle erste Etappe von Oberstdorf nach Lech mit 2500 Hm und 35 km geschickt. Es gab auch schon zwei «Dangerous Sections» zu bewältigen, welche jeweils mit «Begin» und «End» markiert waren. Der erste Abstieg war recht technisch und wir mussten schon mal die Hinterteilbremse testen. An gewissen Stellen war es sehr rutschig und matschig, da es am Vortag noch stark geregnet hatte, entsprechend haben am Abend unsere Schuhe ausgesehen.

Die Etappen zwei und drei vom Sonntag und Montag von Lech nach St. Anton und von St. Anton nach Galtür waren technisch anspruchsvoll, an gewissen Stellen sogar seilgesichert. Einmal musste ein Schneefeld im steilen Anstieg passiert werden, an welchem nicht alle Teilnehmer Freude hatten. Es war oft ein Alpine Walking oder sogar ein Alpine Climbing statt einem Alpine Running. Zum Glück hatten wir immer die Teleskopstöcke dabei, welche uns gute Dienste sowohl in den Aufstiegen als in den Abstiegen leisteten. Die Dienstagsetappe von Galtür nach Scuol mit 40 km und ebenfalls über 2000 Hm kam uns wieder eher entgegen.

Auf Scuol freuten wir uns: Erstens war hier «Ruhetag» – es gab am Mittwoch nur einen Bergsprint von 936 Hm und knapp 6 km, zweitens hatten wir einen Gutschein für einen vergünstigten Eintritt ins Bad Scuol und drittens hatten wir ebenfalls einen Gutschein für die Gelateria. Die Zweier-Teams mussten zum Bergsprint in umgekehrter

Reihenfolge antreten, wie sie klassiert waren und wurden immer in Abständen von 30 Sekunden auf die Strecke geschickt. Das bestklassierte Team lief also zuletzt. Nach dem Bergsprint ging es dann ins Bad und anschliessend zur besagten Gelateria. Die zwei Nächte in den dreistöckigen Betten der Zivilschutzanlage Scuol, in welcher die ganze Nacht die laute Lüftung lief, haben uns weniger gut gefallen.

Am Donnerstag ging es von Scuol über das Val d'Uina in Vinschgau nach Mals. Auch diese Strecke war wieder 40 km lang und hatte 1300 Hm. Dies war unsere Lieblingsstrecke. Landschaftlich sehr schön, längere Passagen berg hoch und runter, welche wir joggend zurücklegen konnten sowie ein wunderschöner mehrere Kilometer langer Singletrail, auf welchem wir ebenfalls sehr zügig vorwärts kamen. Eine Strecke, auf welcher eben unsere «Rollerqualitäten» mal zur Geltung kamen. Dieses Mal verbrachten wir die Nacht in einer Tennishalle. Die Freitagsetappe von Mals nach Schlanders hat von den Teilnehmern nochmals alles abverlangt. Die Etappe war 35 km lang und hatte 2200 Hm. Wir überquerten die Rappenscharte auf über 3000 m.ü.M, welche der höchste Punkt des Transalpine Run 2009 war. Der Anstieg war steil, technisch und wollte vor allem kein Ende nehmen. Der Abstieg war ebenfalls gnadenlos, mussten doch 2400 Hm am Stück vernichtet werden.

Die Schlussetappe von Schlanders nach Latsch war dann wieder eher nach unserem Geschmack, auch wenn wir uns nicht mehr ganz taufrisch fühlten. Die letzten 1800 Hm und 29 km legten wir in 4:40h zurück, so dass wir um 13:40h im Ziel waren. Bei der «Flamme Rouge» (1 km vor dem Ziel) hätte es Sekt gegeben, doch wir verzichteten und genossen nach der Finishline unser wohlverdientes Gelati.

Am Abend wurde anlässlich der letzten Pasta-Party noch das Finisher-Shirt übergeben, welches wir nicht ohne Stolz tragen werden. Es ist nicht selbstverständlich, dass man so eine Woche gesund und unfallfrei übersteht. Auch unsere Knie und Füsse haben den Strapazen gut standgehalten, jedoch haben wir andere Teilnehmer gesehen mit blauen oder abgefallenen Zehennägeln, blutunterlaufenen Blasen oder Knieproblemen. Ebenfalls gab es einige Leute, welche sich einen Fuss übertraten und deshalb aus dem Rennen ausgeschieden sind. Es war auch wichtig, die Kräfte gut einzuteilen. Im jeweiligen Etappenziel verspürten wir nicht sehr grosse Lust anderntags schon wieder so eine lange Strecke in Angriff zu nehmen, doch

am anderen Tag waren wir unter anderem dank genügend Schlaf immer wieder einigermassen fit. Insgesamt konnten in der Mixed-Kategorie 57 von 69 gestarteten Teams finishen. Mit unserem 28. Rang sind wir mehr als zufrieden, war das Leistungsniveau doch recht hoch.
Wir haben noch selten einen Anlass erlebt, welcher so gut organisiert war. Vom Gepäcktransport, über die Verpflegung auf der Strecke und am Abend, der Streckenmarkierung und Streckensicherung, der Unterkunft bis zum funktionellen Starter- und Finishershirt in der richtigen Grösse war alles perfekt. Im Camp und auf der Strecke hatten wir immer eine lockere und fröhliche Stimmung unter den Teilnehmern. Dass das Wetter noch so gut mitspielte, machte den Anlass schlichtweg einmalig. Wir waren eine Woche in einer anderen Welt und konnten viele Eindrücke von den sieben überquerten Gebirgsketten mitnehmen, so dass Alltagssorgen schlicht keinen Platz mehr in unseren Köpfen hatten. Ja, dieses Erlebnis wird uns noch lange in schöner Erinnerung bleiben. Mehr Infos zum Event unter:
http://www.transalpine-run.com

RESULTATE

ZLC Uetliberglauf
Samstag, 17. Oktober 2009

Männer (14 km)

6	Beat Blättler	0:51:26.2
31	Jürg Störi	0:56:04.1
51	Olivier Quittard	0:58:12.5
168	Christian Kölle	1:05:38.2
252	Ruedi Wicki	1:09:45.8

Junioren (6.6 km)

4	Tobias Nussbaum	24:28.2

Juniorinnen (6.6 km)

6	Seraina Glaus	33:42.2

Männliche Jugend U16 (2.1 km)

2	Laurent Salzgeber	7:27.4
3	Denton Widmer	7:44.1

Männliche Jugend U14 (2.1 km)

9	Torben Kölle	10:09.9

Männliche Jugend U12 (2.1 km)

4	Bjarne Kölle	8:03.3

Männliche Jugend U10 (2.1 km)

5	Malte Kölle	8:28.6

Amsterdam
18. Oktober 2009

MARATHON

10	Thoma Rolf	M55	3:04:03
158	Egger Philippe	M40	3:06:36
38	Keller Ruedi	M55	3:20:20
281	Schoch Pascal	M40	3:23:29
60	Etter Paul	M55	3:29:15
28	Gassmann Ursi	W35	3:33:22
52	Pietsch Claudia	W40	3:41:09
52	Di Cristo Susanne	W50	4.07:56

Total klassiert: 6899

HALBMARATHON

56	Althaus Daniel	1:19:16
63	Kägi André	1:19:54
185	Kuster Matthias	1:26:46

Restaurant
GRAN SASSO
Familia Varela
José & M. Cruz
Spanische und italienische Spezialitäten
Fleisch vom Holzkohlengrill
Aegertenstrasse 2 8003 Zürich Tel. 044 463 80 11
Samstag ab 18 Uhr geöffnet Sonntag geschlossen

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 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 23. Januar 2010, 8.00-16.00 Donnerstag 28. Januar 2010, 18.30-21.30
Was:	Samstag 23. Januar Theorie und Praktischer Teil Donnerstag 28. Januar Prüfung
Wo:	Sportanlage Sihlhölzli, 1. Stock
Wer:	Alle mit Interessen an Kampfrichtereinsätzen in der Leichathletik
Leitung:	Hugo Ammann (Schieds- und Kampfrichterwesen zuerich athletics)
Verpflegung:	Am Samstag 23. Januar wird ein Mittagessen offeriert. Für den Abendkurs wird eine kleine Verpflegung und Getränke offeriert.

Anmeldetalon Kampfrichter Grundkurs

☐ **Grundkurs 23./28. Januar 2010**

☐ **Vegetariar**

Name: _____ **Vorname:** _____

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

Unterschrift: _____

Anmeldung bis zum 8. Januar 2010 an LAC TV Unterstrass, Manessestrasse 1, 8036 Zürich oder per Mail an lac@tvunterstrass.ch

461	Sutter André	1:31:53
281	Zurkirchen Fabienne	1:47:08
424	Sutter Monika	1:50:25
1272	Hunziker Ursi	2:01:45
1840	Thoma Marlies	2:09:52

Total klassiert: 9011

7,5 km

816	Bensow Kerstin	34:54
37	Di Cristo Franco	41:50

Total klassiert: 2930

Luzern-Marathon
Sonntag, 25. Oktober 2009

Marathon

158	Svendsen Anne, 1975	3:56.57,7
10	Riederer Sven, 1981	2:35.40,5
103	Koller Markus, 1973	2:58.17,8
399	Visholm Steffen, 1975	3:23.56,3

Halbmarathon

8	Maag Ana, 1975	1:27.19,7
140	Widmer Beatrice, 1965	1:42.13,4
297	De Faveri Marisa, 1978	1:48.03,6
721	Betz Eveline, 1963	1:58.00,2
17	Blättler Beat, 1976	1:16.03,8
132	Peter Adrian, 1967	1:24.42,4
485	Stadler Reto, 1965	1:33.45,9
1097	Widmer Christoph, 65	1:42.13,8
1715	Zehnder Peter, 1960	1:49.16,1
1898	Brühlmann Roy, 1955	1:51.15,9
2146	Grausgruber Johannes	1:54.20,7

Kyburgerlauf
Samstag, 7. November 2009

Distanz 10 km: Claudia Pietsch 59.47.2

Resultate vom Wochenende
7. / 8. November 2009:

Weltcup-Rennen im Triathlon

2. Ruedi Wild
(1. Podestplatz an einem Weltcup Rennen)

Tenero Halbmarathon

1:15 Marc Widmer
1:16 Roland Peer
1:17 Florian Wagner

Augusta Raurica Lauf

5. Junioren	Tim Otto
2. Jugend	Denton Widmer
3. Elite / Overall	Marc-Yvan de Kaenel

Neumitglieder

Luis Praxmarer	U12
Matias Taverna	U12
Olivia Schwarz	U10
Laurin Süess	U12
Femi Onamade	U12
Hajrije Jasari	U10

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

Zudem begrüssen wir ganz herzlich Hansruedi Mattmann als 23. Donator sowie Denise Gmür-Lüthi als 24. Donatorin und erste Frau in unserem Donatorenclub !

Christoph D. Widmer, Präsident

Ski Club

Langlaufkurs 2009/2010

für Hobby-Sportler und Anfänger

(4 Samstage)

Schüler-Training
jeden Mi Nachmittag (Details sh. nachstehend)

Wer kennt das nicht, die ersten Kilometer anfangs Winter sind beschwerlich. Hab ich nun tatsächlich alles verlernt, was Ende letzter Saison noch so spielerisch ging? Wo bleibt denn meine Koordination? Einiges kann wohl zutreffen, das Meiste hat jedoch damit zu tun, dass Langlauf ein technisches Vergnügen ist, bei dem Auffrischung sinnvoll ist. Spielst du mit dem Gedanken, zusammen mit Laufkollegen unberührte, tief verschneite Winterlandschaften mit den Langlaufskis zu durchstreifen? Dann ist der Besuch dieses Langlaufkurses das Richtige.

Bitte berücksichtigt bei Euren Einkäufen unsere Inserenten !

WIRTSCHAFT NEUBÜHL
Im Irchelpark

8057 Zürich
Winterthurerstrasse 175
Telefon 044 363 55 14
www.wirtschaftneubuehl.ch
restaurant.neubuehl@gmail.com
Täglich geöffnet von 10.00 – 24.00 Uhr

NIE VERGELT
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

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

Kurstage

Samstag, 19. Dezember 2009
10.00 – 12.00 Uhr

Samstag, 16. Januar 2010
10.00 – 12.00 Uhr

Samstag, 30. Januar 2010
10.00 – 12.00 Uhr

Samstag, 13. Februar 2010
10.00 – 12.00 Uhr

Ort
Studen (Loipe Studen – Unteriberg).
Besammlung bei Schaad Nordic-Sports.

Unterricht durch
Langlauflehrer Kurt Schaad und weitere ausgebildete Trainer

Die Langlaufausrüstung
kann bei Bedarf bei Schaad Sport gemietet werden.

Kosten / Preis
Für alle TVU-Mitglieder und Jugendliche unter 15 Jahren ist der Kurs gratis. Übrige Teilnehmer bezahlen einen Unkostenbeitrag von Fr. 10.– pro Kurstag.

Anmeldungen
Provisorische Voranmeldung zwecks Organisation bis Mitte Dezember 2009 und dann spätestens 3 Tage vor Kursbeginn bei Hans Seeholzer, Pächterriedstr. 50, 8105 Watt (Tel. 044 870 21 76) hasee@bluewin.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

Schüler und Jugendliche im JO-Alter können mit gleichaltrigen vom Langlaufclub Drusberg (Unteriberg) jeden Mittwoch unter kundiger Leitung trainieren. Mit viel Spass und Freude üben die Kinder das Langlaufen. Weitere Auskünfte erteilt Hans Seeholzer.

Schnee- und Wetterbericht vom Langlauf-Zentrum Studen 055 414 14 44 oder www.studen-sz.ch

Der Ski Club TV Unterstrass Zürich freut sich ausserordentlich auf viele Teilnehmer.

Termine

Dezember

10. Vet.-Gruppe: Schlusshock mit Mittagessen im Rest. Neubühl um **12.00 Uhr**
13. LA: Silvesterlauf
13. Vet.-Gruppe: SILA Apéro
19. SC: 1. Langlaufkurs Studen
23. SfA: Samichlaus-Essen

2010

Januar

16. SC: 2. Langlaufkurs Studen
28. ZV TVU: 21. Delegierten-Versammlung, 19 Uhr, Sihlhölzli
30. SC: 3. Langlaufkurs Studen

Februar

4. LAC: Generalversammlung 20.15 Uhr, Sihlhölzli
13. SC: 4. Langlaufkurs Studen

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

Bitte an die Riegenleiter:
Umgehend Terminliste für das Jahr 2010 an die Redaktion senden. Besten Dank!

Adressen

			Telefon P	Tel. G / Natel	Fax
Zentralvorstand					
Zentralpräsident	**CAMINADA** Reto		E-mail: caminadareto@bluewin.ch		
	Rebbergstrasse 64	8049 Zürich	044 342 14 97	044 340 28 33	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		044 208 43 38	044 208 47 18
Vereinsorgan	**KERN** Ruedi		E-mail: kedrusa@bluewin.ch		079 222 25 26
	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	**Seeholzer** Hans		hasee@bluewin.ch		
	Pächterriedstrasse 50	8105 Watt	044 870 21 76	041 268 44 39	079 755 15 80
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	
Fähnrich	**HORBER** Otto				
	Schaffhauserstr. 139	8057 Zürich		076 365 38 88	