

erlenbacher turnzeitung



2 / 2017

56. Jahrgang

Liebe TVE Mitglieder, Gönner und Gönnerinnen, Sportfreunde und -freundinnen

Editorial

Der Sommer hat uns alle fest im Griff. Warme Temperaturen und viel Sonnenschein bescherten den Sportlern und Sportlerinnen optimale Trainings- und Wettkampfbedingungen. Nach dem etwas harzigen, kühl-nassen Start im Frühling durchaus willkommen.

Davor wurde das Wintertraining der Leichtathleten im Trainingslager in Lido di Savio mit rekordverdächtig tiefer Teilnehmerzahl und kaltem Wetter, aber intensiven Trainings und gemütlichem Gelato und Cappuccino, abgeschlossen. Das Team der LGKE musste allerdings gleich nach dem Saisonstart an den Schweizer Vereinsmeisterschaften der Frauen in der Nationalliga B einen ersten Dämpfer einstecken: Der Abstieg in die NLC war unvermeidbar, fehlten am Ende doch einige Punkte zum Ligaerhalt. Dennoch einmal mehr ein toller Anlass im Team für die Einzelsportlerinnen.

Die Kinder der Jugendriege zeigten in Stäfa am Jugitag ihr Können. Mit einigen Bestnoten in den Einzeldisziplinen und zwei Seriensiegen in der Stafette ein rundum gelungener Tag. Auch am schnellsten Erlibacher waren die Nachwuchsathleten und -athletinnen

schnell unterwegs und sammelten erste Erfahrungen im Wettkampfschehen.

Auch die Männerriege war bereits fleissig unterwegs und erlebte auf ihrer 4-tägigen Reise durch Oberbayern und Salzburg bis hin zum Tirol einige Abenteuer.

Für die Athleten und Athletinnen der LGKE gipfelt die Saison schon bald in ihren spannenden Höhepunkt: Die Schweizermeisterschaften der Elite, im Mehrkampf und Nachwuchs werden in den kommenden Wochen ausgetragen. Da wird sich nochmals zeigen, ob die guten Trainingsbedingungen den letzten Schliff ermöglichen konnten.

Einen erholsamen Spätsommer wünscht die Redaktion.

Pascale Gränicher
Marina Müller
Luciano Pescatore

Nächste tz-Ausgabe: Nr. 3/17

Redaktionsschluss: 31.10.2017
Erscheinen: Dezember 2017

Inhalt

Damenturnverein

Rückblick 2017	3
----------------	---

Männerriege

Auslandreise	7
--------------	---

Frauenturnverein

Fitness & Gymnastik im FTVE	15
-----------------------------	----

Jugendsport

Jugitag	17
De schnällscht Erlibacher	19

LG Küsnacht Erlenbach

Von Klingler zu Pulfer	21
Trainingslagerbericht	22
„10 Dinge, die ein LA-Athlet nie sagen würde...“	24
SVM Nati B	25
Mehrkampf Landquart	29
Diverse Wettkämpfe	31
Kantonalfinal U16 und jünger	34
Regionalmeisterschaften	38

Allgemein

Traineradressen LGKE	41
Sportangebot TVE	42
Sportlicher Terminkalender	43
Kontakte TVE	44

DRUCKEREI

*ob Plotten,
Printen oder
Drucken...*

BIBER OFFSET

Bahnhofstrasse 33B

8703 Erlenbach

044 910 32 92

druckerei@comtec.ch

LCK LEICHTATHLETIK-CLUB KÜSNACHT

Erschüttert und zutiefst traurig müssen wir Abschied nehmen von unserem langjährigen Präsidenten, Vorstands- und Ehrenmitglied

Ruedi Wyss

11. Juli 1948 – 23. April 2017

Nach langjährigem, tapferen Widerstand gegen seine Krebskrankheit ist er am letzten Sonntag von seinen Leiden erlöst worden und im Kreise seiner Angehörigen eingeschlafen.

Wir verlieren einen lieben Freund und Club-Kameraden, der über viele Jahre die Geschicke unseres Vereins aufs Positivste mitgeprägt hat und den wir für die gute gemeinsame Zeit, die wir mit ihm haben durften, in dankbarer Erinnerung behalten.

Ruedi, du fehlst uns sehr!

Vorstand und Freunde vom
Leichtathletik-Club Küsnacht

Die Trauerfeier findet am Mittwoch, 3. Mai 2017, um 14.15 Uhr in der reformierten Kirche Küsnacht statt.

Rechtliches zu Fotos

Um unsere ‚erlenbacher turnzeitung‘ nicht nur informativ, sondern auch lebendig zu gestalten, werden wir wiederholt Fotos der entsprechenden Anlässe veröffentlichen. Wer keine Fotos von sich veröffentlicht haben möchte, hat aufgrund des gesetzlichen Persönlichkeitsschutzes das Recht, die Veröffentlichung der Abbildungen der eigenen Person zu untersagen. Entsprechende Anweisungen sind an pascale.graenicher@gmail.com zu richten. Geschieht dies nicht, gehen wir davon aus, dass die Verwendung der Fotos gestattet ist.



Turnen für Alle

Unkostenbeitrag: CHF 6.- (seit 2011 unverändert!)
Ort: Allmendliturnhalle
Wann: Dienstags von 19.00 bis 20.00 Uhr

Einstieg jederzeit möglich!



044 923 00 03

BURG



SCHLOSSEREI.ch

Top of Meilen - Lakeside Erlenbach

Jugitag, 20. Mai 2017 in Stäfa

Jugi

Einmal mehr verboten früh, traf sich ein Grüppchen Jugikinder mit Leiterinnen und Leitern sowie einer Handvoll Eltern in Erlenbach am Bahnhof. Obwohl noch zerknittert, waren eigentlich alle guten Dinge, da das Wetter ganz unerwartet sehr viel freundlicher war als angekündigt.

Mit dem Zug ging es nach Stäfa, wo unser Jugitag dieses Jahr stattfinden sollte. Was für ein toller Marsch hin-



Trotz etwas schwierigeren Umständen (lange Wartezeiten aufgrund mehr TeilnehmerInnen) war der Jugitag ein Riesenspass!



Mit der wiedergefundenen Fahne ausgerüstet trat die Jugi Erlenbach am diesjährigen Jugitag in Stäfa an.

auf zum Schulareal, angeführt von Raphi, der die endlich wiedergefundene Jugifahne stolz vor uns hertrug!

Der Vormittag war für die Disziplinen Hochweitsprung, 60/80m-Lauf, Zielwurf und Hindernisparcours reserviert. Alle haben vollen Einsatz gezeigt und die Aufgaben toll gemeistert, bei einigen reichte es sogar zu Bestnoten. In diesem Jahr gab es weniger Austragungsorte als sonst. Dies führte dazu, dass viel mehr Riegen in Stäfa antraten, mehr Zeit für die einzelnen Disziplinen benötigt wurde und deshalb keine Zeit für Spiele blieb. So zog sich der Morgen ziemlich in die Länge, und zwischen den einzelnen Disziplinen galt es, bis zu zwei Stunden Wartezeit zu überbrücken. Da wir es alle äusserst schade fanden, dass dieses Jahr keine Spiele stattfanden, organisier-

ten wir kurzerhand unser eigenes kleines Erlibacher Jägerballturnier in einer besonders langen Pause. Unsere Kinder sind wirklich tolle Jäger und Hasen, und das Turnier war ein Riesenspass!

Am Nachmittag erwartete uns die Stafette. Drei Mannschaften aus Erlenbach traten in verschiedenen Kategorien an, zweien gelang sogar der Seriensieg!

Am Ende des Tages reichte es nicht für eine Medaille. Trotzdem hatten alle Kinder wirklich guten Grund, stolz zu sein auf ihre Leistung.

Nach einem langen Tag fuhren 21 zufriedene Kinder wieder heim nach Erlenbach. Für einen unter ihnen war es sogar der beste Jugitag aller Zeiten.

Regine Ehrbar



Aus früheren Zeiten: am Jugitag 1998, ebenfalls in Stäfa. Bereits da verschwand die Fahne der Jugi kurz nach der Aufnahme dieses Bildes

Schnällschte Erlenbacher, 16. Juni 2017

Jugi

Bei strahlendem Sonnenschein und einem angenehm kühlenden Wind fand in diesem Jahr der Schnällschte Erlenbacher statt.

Insgesamt 17 Jugileiterinnen/-leiter sowie langjährige Helferinnen und Helfer standen schon Stunden vor dem Startschuss auf dem Sonnenfeld, um die Zelte aufzubauen, Absperrband zu befestigen, Tische und Bänke aufzustellen und das Essen und die Getränke vorzubereiten.

Dieses Jahr durften sich die Kinder der

Jahrgänge 2004 bis 2014 im Rennen um den schnellsten Erlenbach oder die schnellste Erlenbacherin messen.

Die Jüngsten boten wie jedes Jahr ein unterhaltsames Schauspiel mit Fehlstarts, Kehrtwende im Ziel und nicht ganz linientreuen Läufen. Verwirrung gab es mehrmals bei den gut besetzten Jahrgängen, welche wir in mehrere Serien aufteilen mussten. Manch ein Kind war in grosser Sorge, dass es nicht würde rennen dürfen, wenn es nicht in der ersten Serie dabei war.

Aber je älter die Läuferinnen und Läu-



Sprinten wie die Grossen: Wer sich Schnällschte Erlenbacher nennen möchte, muss sich dafür ganz schön ins Zeug legen.

Jugi

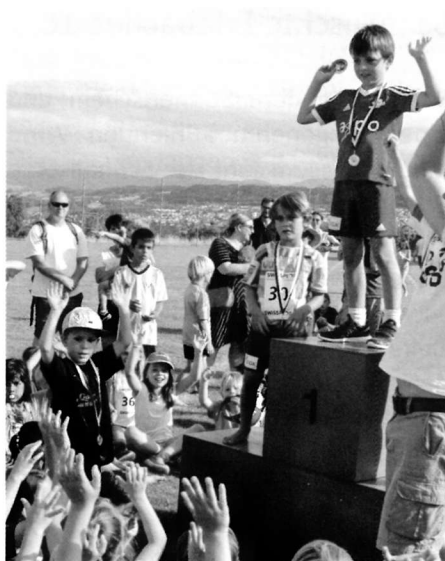
fer waren, desto gesitteter verlief der Start, und

selbstverständlich feuerten alle einander gegenseitig auch tüchtig an.

Unter grossem Beifall wurden schliesslich die Medaillen und Abzeichen verteilt. Manch ein Kind und auch der eine oder andere Erwachsene stand nicht zum ersten Mal auf dem Podest. Fazit: Total nahmen 170 Kinder sowie 15 Erwachsene teil am Schnällschie Erlebacher 2017.

Zum Schluss ein grosses Dankeschön allen Helferinnen und Helfern sowie allen Kuchenbäckerinnen und Kuchenbäckern!

Regine Ehrbar



Die Sieger am Schnällschie Erlebacher werden ausgiebig gefeiert!

VOGT STAUDEN

Roger Vogt

Staudengärtnerei
und Gartenpflege
Wannenstrasse 21
8703 Erlenbach

Tel. 01 915 33 47
Fax 01 915 24 45
info@vogtstauden.ch
www.vogtstauden.ch

- Blütenstauden
- Polsterpflanzen
- Wasserpflanzen
- Ziergräser
- Freilandfarne
- Gehölze
- Erde



RISTORANTE • PIZZERIA • ENOTECA

Echte Italienische Spezialitäten

Schulhausstrasse 37 · 8703 Erlenbach · Tel. 044 910 73 33 · Fax 044 910 11 53

Von Klingler zu Pulfer

LGKE

Am 22. April diesen Jahres haben sich die mehrmalige Schweizermeisterin (400m/400mHü) Angie und ihr langjähriger Freund Mäse das JA-Wort gegeben.

An diesem wunderschönen Frühlings-tag wurde das strahlende Paar in der zum Bersten vollbesetzten Kirche Höngg in einer musikalisch untermalten Zeremonie getraut. Im Anschluss an das Eheversprechen war es den anwesenden LGKEler eine Ehre, für das frisch vermählte Brautpaar spalierstehen zu dürfen.

Ein sportliches Hoch auf die Pulfers!



Spalierstehen fürs frisch getraute Paar: Athleten, Athletinnen und Trainer der LGKE bei der Pulfer-Klingler Hochzeit in Höngg.



Herr und Frau Pulfer, wir wünschen euch nur das Allerbeste für die Zukunft!

IGKE

Trainingslager Lido di Savio

Montag 24. April 2017

Nach der ersten, etwas kühlen Nacht im Hotel Reno in Italien kamen wir alle (sogar die Jungs (:), pünktlich zum Frühstücksbuffet. Danach fuhren wir mit dem Büssli zur Leichtathletikanlage um unser Training zu starten. Wir trainierten am Morgen Hürden und Diskus. Für das Mittagessen fuhren wir wieder zurück ins Hotel. Nach dem Essen gingen wir an den Strand und haben dort Musik gehört und Karten gespielt. Sélim, Jon, Sophie, Chiara, Nicole, Peer und Lia gingen alle ins noch etwas kühle Meer baden. Am Nachmittag standen Speer und Weitsprung auf dem Programm. Wir hatten extrem viel Gegenwind, aber haben das Training trotzdem gut gemeistert.



Blick vom Hotelzimmer aus aufs Meer.

Zurück im Hotel gingen ein paar von uns auf Pascals Behmermatte, um das Erholen der Muskeln ein wenig zu beschleunigen. Nach dem sehr leckeren, mehrgängigen Abendessen machten wir noch einen kurzen Abendspaziergang am Strand bevor wir uns ins Bett begaben.

Dienstag, 25. April

Wir fuhren ins Training und trainierten Hochsprung. Nach dem Mittagessen kauften wir im Dörfli einen Volleyball um am Strand damit zu spielen. Am Nachmittag trainierten wir Kugelstossen. Diesmal gingen Jon, Sélim und Peer auf die Behmermatte. Auch heute gab es wieder gutes italienisches Essen :) Wir hatten einen sehr gemü-

lichen Abend an dem wir im Zimmer der Jungs gejasst und Musik gehört haben.

Mittwoch, 26. April

Am Mittwoch war nur ein Training am Morgen angesagt, denn wir hatten die ersten paar Tage bereits sehr viel trainiert. Wir fuhren alle zum Sportplatz und haben dort ein Training durchgeführt. Anschliessend

haben wir alle unser Mittagessen genossen. Am Nachmittag herrschte grosse Freude, denn wir gingen in den Freizeitpark Mirabilanda. Wir haben das sehr genossen. Pascale hielt den Rekord für sechs mal auf die gleiche Achterbahn. Wir versuchten, den Rekord zu brechen. Nach den ersten zwei Runden war es Nicole und Peer schlecht. Chiara, Lia, Selim und Jon jedoch hatten keine Probleme: sie gingen neun mal auf die Bahn! Leider war der Ausflug dann bald vorbei. Am Abend spazierten wir durch das Dorf. Mit der Vorfreude auf den nächsten Tag: wir durften ausschlafen, was uns alle sehr freute!

Donnerstag, 27. April

Heute durften wir ausschlafen, worüber alle sehr froh waren. Einige gingen jedoch lieber zum Markt, an dem es hauptsächlich Stände mit Kleidern gab. Den restlichen Morgen verbrachten wir hauptsächlich mit Volleyball spielen und baden! Es war sehr amüsant! Am Nachmittag trainierten wir die Disziplinen Hürden und Speer

Freitag, 28. April

Nach dem harten Training haben wir wieder das leckere Mittagessen genossen. Am Nachmittag haben wir Sprint und Speer trainiert. Am letzten Abend haben wir uns entschieden in ein Kaffee zu gehen. Wir hatten alle Lust auf ein Glace. Während wir Glace

gegessen haben schauten wir Juventus gegen At-

lanta. Wir haben mit den Gästen im Kaffee viel gejubelt. Juventus gewann und wir gingen alle zufrieden wieder ins Hotel zurück. Wir gingen alle schlafen damit am nächsten Tag fit sind.



Geht's noch italienischer?: Gelati und Fussball

Samstag, 29. April

Am Samstag hatten wir ein letztes Training, auf dem Programm standen sehr harte Läufe. Selim und Jon mussten einen 600 Meter laufen, Nicole und Chiara war es ziemlich schlecht nach den 200 Meter Läufen. Ziemlich erschöpft konnten wir noch ein Mittagessen geniessen und haben uns in den Bus gesetzt, um die lange Fahrt nach Hause zu beginnen, die sehr ruhig und gemütlich verlief ;-).

In Erlenbach angekommen waren alle froh wieder zuhause zu sein, mit Muskelkater in den Beinen. Das Lager war sehr toll.

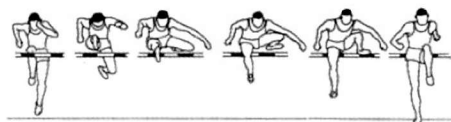
LGKE-U16-Athleten/-innen

10 Dinge, die ein Leichtathlet nie sagen würde

Auch in dieser Ausgabe finden sich 10 nicht ganz ernst gemeinte Äußerungen, die Sie von einem Leichtathlet oder einer Leichtathletin wohl niemals zu hören bekommen würden.

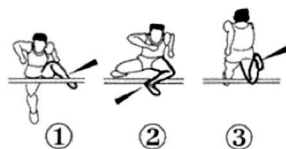
1. „Wenn ich nicht gewinne, genieße ich das Gefühl, nun nicht im Mittelpunkt stehen zu müssen.“
2. „Ich besitze nur ein Paar Laufschuhe.“
3. „Die Saison kann nie genug lange andauern.“
4. „Gegenwind weckt den Kämpfer in mir“
5. „Ich trage die Spikes lieber eine Nummer zu gross – da ist's schön gemütlich und die Zehen haben Platz.“
6. „Zum Glück schwitze ich nie im Training.“
7. „Die Stoppuhr zeigt immer den gewünschten Wert an.“
8. „Training bei 35°C fühlt sich genau richtig an.“
9. „Noch nie habe ich das Knie an der Hürde gestossen.“
10. „In den Sommerferien ist Trainingspause angesagt.“

Hürdenlauf - Technikleitbild



(aus: Haberkorn/Piaß 1992, 136)

Hürdenlauf - Fehlerbilder



(aus: Haberkorn/Piaß 1992, 142)

Frauenfeld, 13.5.201, SVM Nationalliga B

LGKE-Frauen steigen aus der Nationalliga B ab

Bei idealem Wettkampfwetter trafen sich Mitte Mai die acht Frauenteam der Nationalliga B zur Schweizerischen Vereinsmeisterschaft (SVM) der Leichtathleten in Frauenfeld.

Zum dritten Mal trat auch das Frauenteam der LG Küsnacht – Erlenbach in dieser Liga an. Zwei Jahre hatte sich der wohl kleinste Verein der zweithöchsten Liga in der Nati B halten können. Nun war der Abstieg nicht mehr zu vermeiden, fehlten doch gleich mehrere wichtige Leistungsträgerinnen wegen Auslandsaufenthaltes oder Rückzugs vom Leistungssport. Zwei Nachwuchsatletinnen kamen zwar mit neuen Bestleistungen in die Punkteränge, waren aber noch nicht soweit, die Absenzen vollständig zu ersetzen. Die Seeathletinnen gaben jedoch den Platz in der Nationalliga B nicht einfach preis, sondern kämpften bis zur letzten Disziplin um den Ligaerhalt.

Angelina Haas und Pascal Gränicher beste Punktesammlerinnen

Mit den Besten mithalten konnte Werferin Angelina Haas. Auch wenn sie mit den erreichten Resultaten, 40.04m im Diskuswerfen und 12.14m im Kugelstossen, nicht ganz zufrieden

war, erreichte sie mit einem ersten und einem zweiten Platz beinahe das Punktemaximum.

Einmal mehr gehörte auch die Langsprinterin und Schweizermeisterin über 400m aus dem Jahr 2015, Pascale Gränicher, zu den besten Punktesammlerinnen der LGKE. Sie wurde in ihrer „alten“ Lieblingsdisziplin Hochsprung



Heimste beinahe einen Doppelsieg (Kugelstossen und Diskuswerfen) ein: Angelina Haas. Trotzdem reichte die Gesamtleistung des Teams leider nicht für einen Ligaerhalt aus.

LGKE

eingesetzt und überraschte mit der Egalisierung ihrer

Bestleistung von ausgezeichneten 1.71m, was ihr den zweiten Platz einbrachte. Auch über 200m zeigte sie, dass sie in Form ist und wurde nach einem hervorragenden Kurvenlauf in der Zeit von 24.65s gestoppt. Dies ist eine deutliche Verbesserung ihrer bisherigen Bestleistung um beinahe vier Zehntelssekunden. Sie wurde gute zweite und sammelte auch hier als Zweite wertvolle Rangpunkte. Einen Disziplinsieg gab es auch für Ladina Schlumpf, welche trotz Fussproblemen zwei Sprungdisziplinen bestritt. 11.20m reichten für den ersten Platz im Dreisprung, aber auch sie hatte



Treue Punktesammlerin an Vereinswettkämpfen: Pascale Gränicher holte auch dieses Jahr viele Punkte für die LGKE.



Raiffeisen-Mitglieder erleben mehr.

Konzerte, Raiffeisen Super League, Ski-Gebiete zu attraktiven Preisen und gratis in über 470 Museen.
raiffeisen.ch/memberplus

Christian Stucki, Vorsitzender der Bankleitung
Telefon 044 922 19 14

Raiffeisenbank rechter Zürichsee
Männedorf, Küsnacht, Meilen, Stäfa
www.raiffeisen.ch/rechterzuerichsee

RAIFFEISEN

sich ein besseres Resultat erhofft. Im Stabhochsprung egalisierte sie ihre Bestmarke von 3.20m trotz minimalem Training in dieser Disziplin.

Die beiden jüngsten Teilnehmerinnen überzeugten mit neuen persönlichen Bestmarken. Die 15jährige Nicole Mioc sprang zum ersten Mal 1.50m hoch und die gleichaltrige Lia Mordasini sprintete in sehr guten 13.07s über 100m. Beide kamen in die Punkteränge.

Weitere gute Leistungen erbrachten Marina Müller im Gegenwind über 100m Hürden in 15.11s und im Weitsprung mit 5.30m, Marie-Sophie Kübler mit neuer Bestleistung im Dreisprung von 10.16m und guten 5.11m im Weitsprung, die wiedererstarkte Naomi Metting van Rijn über 800m in 2.25.55 und 400m-Hürden Läuferin Merit Kruse mit neuer Bestleistung über 800m in 2.26.26.

Trotz grossem Einsatz auch aller übrigen Teilnehmerinnen gelang es den LGKE-lerinnen nicht, sich in der Nationalliga B zu behaupten. Somit wird das Team der LG Küsnacht Erlenbach nächstes Jahr wieder in der Nationalliga B antreten müssen. Dass aber der sofortige Wiederaufstieg im nächsten Jahr ein Muss ist, darüber waren sich alle einig.

Ein Blick auf die diesjährigen Resultate der Wettkämpfe der Nati B lassen den Wiederaufstieg äusserst realistisch erscheinen. Unter anderem weil die

LGKE dann wieder auf die Mithilfe einiger Ausfälle diesen Jahres zählen können wird.



400m Hürden-Spezialistin Merit Kruse erzielte über 800m mit 2.26.26 min eine neue Bestleistung, nachdem sie bereits über 400m in 63.30s eine neue Bestzeit gelaufen war.

Redaktion LGKE

LGKE

Resultate SVM Frauen Nat.B

			Punkte
100m	Mordasini Lia 02	13.07	3
	Schmandt Cyra 97	13.76	1
	Bader Ruby 01	14.39	
200m	Gränicher Pascale 88	24.65 p.B.	15
	Olvany Sophie 99	29.07	1
	Bader Ruby 01	30.38	
400m	Kruse Merit 96	63.13 p.B.	4
	Metting v. R. Naomi 94	63.28	3
800m	Metting v. R. Naomi 94	2.25.55	5
	Kruse Merit 96	2.26.26 p.B.	3
3000m	Kallay Natalie 97	12.08.80	2
	Sigg Andrea 74	13.41.19	1
100Hü	Müller Marina 93	15.11	10
	Ritter Tanja 95	16.23	4
Hoch	Gränicher Pascale 88	1.71	15
	Mioc Nicole 02	1.50 p.B.	4
Stab	Schlumpf Ladina 94	3.20	8
Weit	Müller Marina 93	5.30	9
	Kübler Marie-Sophie 99	5.11	4
	Mioc Nicole 02	4.65	
Drei	Schlumpf Ladina	11.20	16
	Kübler Marie-Sophie 99	10.16 p.B.	8
Kugel	Haas Angelina 88	12.14	15
	Ritter Tanja 95	10.58	4
	Husmann Maren 92	10.18	
Diskus	Haas Angelina 88	40.04	16
	Husmann Maren 92	34.36	9
	Letsch Claudia 86	31.77	
Speer	Letsch Claudia 86	30.99 p.B.	3
	Schmandt Cyra 97	23.33	1
4x100m	LGKE 1 Schlumpf/Gränicher/Müller/Ritter	49.85	2
	LGKE 2 Kübler/Schmandt/Kruse/Olvany	53.15	

Landquart, 20./21.5. 2017: **Mehrkampf Meeting****LGKE****WU14 5-Kampf**

Anna gewinnt den Fünfkampf der WU14

1. Rang Anna Huber 04 2918 Punkte
60m 8.50s p.B., Weit 4.53m, Kugel 8.63m p.B.,
Hoch 1.50m p.B., 1000m 3.45.32min

MU16 6-Kampf

Peer strauchelt nach einem guten Start an der 8.Hürde und findet nacher nicht mehr in den Wettkampf. Coni liefert einen guten Wettkampf ab mit vielen p.Bs.

11. Rang Peer Zeller 02 3375 Punkte
100Hü 16.25, Weit 5.00, Kugel 9.69, Hoch 1.53,
Diskus 28.68, 1000m 3.05.75 p.B.
19. Rang Conrad Eckert 02 3139 Punkte
100Hü 15.65 p.B., Weit 4.90 p.B., Kugel 8.60 p.B.,
Hoch 1.56 p.B., Diskus 20.89, 1000m 3.16.21 p.B.



Peer Zeller



Anna Huber



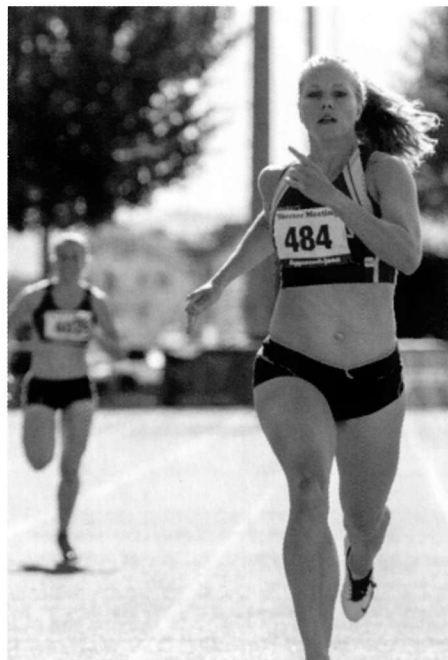
Conrad Eckert

Erfolgreiches Mehrkampfteam der LGKE am diesjährigen Mehrkampfmeeting in Landquart.

Basel, 5.6.2017, Susan Meier Memorial

Neuer LGKE-Rekord von Pascale über 400m

Am Pfingstmeeting in Basel lief Pascale Gränicher das erste 400m-Rennen der Saison. Zehn Tage zuvor hatte sie bereits den Vereinsrekord über 300m auf 38.83s verbessert, daher wusste sie, dass sie in Form ist. In einem stark besetzten Rennen gelang ihr am Pfingstmontag auch in ihrer Paradedisziplin über die Bahnrunde in 54.21s ein neuer LGKE-Rekord.



Pascale Gränicher ist seit Juni neue LGKE-Rekordhalterin über 400m



Übertraf den LGKE-Rekord im Hammerwerfen dieses Jahr gleich mehrmals: Maren Husmann

Luzern, 10.6.2017, ILV-Event

Neuer LGKE-Rekord für Maren Husmann im Hammerwerfen

Bereits am Winter Wurf Event im Februar hatte Maren mit 38.74m einen neuen Vereinsrekord mit dem Hammer erreicht. Ihr Saisonziel war nun klar: Die 40m mussten her. Mitte Mai an einem Abendmeeting in Olten blieb sie in 39.91m knapp darunter und in Luzern war es dann soweit. Maren gelang ein Wurf über 40m und der neue LGKE-Rekord steht nun auf 40.39m

LGKE

Frauenfeld, 10./11.6.2017, TG Kantonale Meisterschaften SM-Limite für Jon Maurer über 400m Hürden der U20

Nachdem Jon bereits am Auffahrtsmeeting in Kreuzlingen die SM-Limite über 110mHürden in 16.69s geschafft hatte, gelang ihm dies auch in Frauenfeld über die 400m Hürden. Mit 61.25s blieb er 75 Hunderstel unter der Limite, um an der U20-SM im September in Lausanne teilzunehmen.

Am gleichen Wettkampf verbesserte Merit Kruse ihre persönliche Bestleistung über die gleiche Distanz um knapp eine Sekunde auf 65.66s. Die Limite von 70.00s für die SM bei den Aktiven hatte sie schon zu einem früheren Zeitpunkt unterboten.

Marina Müller übertraf mit 5.41m ein weiteres Mal die 5.40m im Weitsprung, nachdem ihr am Pfingstmeeting in Zofingen bereits ein Satz auf 5.42m gelungen war.

Über 800m konnte Naomi Metting van Rijn ihre Saisonbestleistung auf 2.23.94 verbessern.



Löste sich mit 61.69s über 400m Hürden das Ticket für die U20-SM im September in Lausanne: Jon Maurer.

Jona, 18.6.2017, Oberseemeeting

Tolle Leistungen der LGKE-Athletinnen und Athleten

Lukas Blass startet mit 14.72m im Kugelstossen gut in die Saison.

Pascale Gränicher bleibt in 54.71s ein weiteres Mal unter der 55.00s Marke.

Merit Kruse erreicht über 400m Hürden in 65.03s eine neue persönliche Bestleistung.

Marina Müller läuft neue Saisonbestleistung über 100m Hürden in 14.83s.

Marie-Sophie Kübler gibt ihr Debut über 400m Hürden und verfehlt ihr Ziel, unter 70s zu bleiben, in 70.16s nur knapp.

Luzern, 11.7.2017, Spitzenleichtathletik Luzern

Pascale Gränicher beste Schweizerin über 400m

IGKE

Ein weiteres Mal durfte Pascale Gränicher am Internationalen Spitzenleichtathletik-Meeting in Luzern teilnehmen.

Über 400m lief sie das beste Rennen der startenden Schweizerinnen. Auch wenn sie mit der Zeit von 55.30s nicht ganz zufrieden war, blieb ihr die Genugtuung, dass sie mit Vanessa Zimmermann eine ihrer stärksten Gegnerinnen der kommenden Schweizer Meisterschaften im Letzigrund um ein paar Hundertstelsekunden schlagen konnte.



Inmitten von internationalen Spitzenathletinnen lief Pascale Gränicher die Bahnrunde in 55.30s.

ERLIBACHERHOF



SEESTRASSE 83, 8703 ERLENBACH ZH, TEL 044 910 55 22, FAX 044 913 30 60
 INFO@ERLIBACHERHOF.COM, WWW.ERLIBACHERHOF.COM

HOTEL RESTAURANT

Catering und
 Partyservice
 für alle Anlässe...

Breiti

Restaurant

Slavisa & Suzan Tomic
 Forchstrasse 45
 8704 Herrliberg
 Tel. 044 915 14 95

Täglich von 08.00 – 24.00 h
 Sonntags 10.30 – 23.00 h



LGKE

Zürich Sihlhölzli, 1.7.2017, Zürcher Kantonalfinal Nachwuchs 13 Medaillen für die LGKE –Athletinnen und -Athleten

Mehr als 20 unserer Nachwuchssathletinnen und –athleten haben sich an vier verschiedenen Qualifikationswettkämpfen für den Zürcher Kantonal Final, der am ersten Juliwochenende auf dem Zürcher Sihlhölzli ausgetragen wurde qualifiziert. Dreizehn Medaillen, davon fünf goldene sind die Ausbeute der Finalteilnehmer der LGKE.

Die U14 Mädchen sahnnten ab

Vier Goldmedaillen und eine bronzene Auszeichnung erkämpften sich die Mädchen der Kategorie U14. Mit neuer Bestleistung über 60m Hürden von 9.73s siegte Anna Huber mit grossem Vorsprung auf die Konkurrenz. Mit dieser Zeit kann sie auch national mithalten, belegt sie doch in der Schweizer Bestenliste den vierten Rang. Wie schon eine Woche zuvor an den Regionen Meisterschaften,

konnte sie auch das Kugelstossen am Kantonal Final mit 9.36m für sich entscheiden. Noemi Metzger erkämpfte sich über 60m die bronzene Auszeichnung. Allerdings war sie etwas enttäuscht über ihre Zeit von 8.40s, hatte sie doch eine Woche zuvor in 8,32s den Regionenmeistertitel geholt. Sie rehabilitierte sich aber im darauffolgenden Weitsprung mit einem weiten Satz auf die neue persönliche Bestleistung von 4.99m, mit welchem die Goldmedaille holte.

Die grösste Überraschung erbrachte wohl Stella Kapp. Die Zwölfjährige, mit einer Bestleistung im Hochsprung von 1.45m angereist, übersprang zur Freude aller mitfiebernden LGKE Fans die 1.50m souverän im zweiten Versuch, und wurde mit der goldenen Auszeichnung belohnt.

SCHMID CO

Inhaber: A. Helbling

Ihr Fachgeschäft für Haus und Garten

8703 Erlenbach

Bahnhofstrasse 25
www.schmid-co.ch

Telefon 044 910 40 34

Fax 044 910 40 73

E-mail: helbling@schmid-co.ch

Der erst zehnjährige Oskar Bergander konnte mit den um ein Jahr älteren Konkurrenten der Kategorie U12 mithalten. Er sprintete mit 8.91s zur Bronzemedaille über 60m und durfte später auch nach seinem dritten Rang über 60m Hürden aufs Treppchen steigen.

Den Mädchen der Kategorie U16 gelangen viele Bestleistungen. Emily Huber zeigte endlich, was sie im Ku-

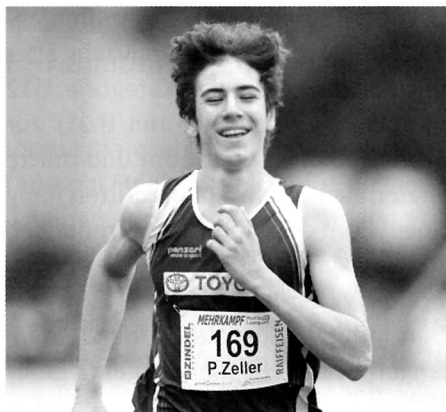
gelstossen leisten kann und siegte mit einer Weite von 11.55m. Dies brachte ihr nicht nur den Meistertitel ein, sondern auch gleich die lang ersehnte Limite um im September an den Schweizer Meisterschaften teilzunehmen. Lia Mordasini eroberte sich mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 12.06s über 80m Hürden die Bronzemedaille, damit reiht sie sich unter den besten zehn Hürdenläuferinnen in der Schweiz in



LGKE-Golden-Girls: Äusserst erfolgreiche LGKE-Nachwuchsatletinnen an den Kantonalmeisterschaften in Zürich: (v.l.): Stella Kapp (U14) holte Gold im Hochsprung, Anna Huber (U14) über 60m Hürden sowie im Kugelstossen und Emily Huber im Kugelstossen der U16.

IGKE

ihrer Kategorie ein. Gleich zweimal Bronze erkämpfte sich Nicole Mioc: Im Hochsprung überquerte sie die Latte auf der neuen persönlichen Besthöhe von 1.53m und im Speerwerfen übertraf sie mit 30.12m einmal mehr die 30m-Linie. Peer Zeller durfte sich für den dritten Rang über 100m Hürden in der Kategorie MU16 in 14.58s ebenfalls die Bronzemedaille umhängen lassen.



Weitere gute Leistungen, Finalplätze & persönliche Bestleistungen (p.B.):

WU12

Henriette Radzikowski: 4. Über 600m in p.B. von 1.55.28

WU14

Anja Bürgi: 4. Im Weitsprung mit p.B. 4.81m, 4. über 60m in 8.41s

Livia Fuchs: 5. im Kugelstossen mit p.B. von 8.55m
5. im Kugelstossen mit 8.55, neue p.B

WU16

Chiara Cocca: 5. über 80m Hürden mit p.B. von 12.90s (SM-Limite)

Sophia Matter: 7. über 80m Hürden mit p.B. von 13.02s (SM-Limite),
5. im Diskus mit p.B. von 25.65m

Emily Huber: 6. im Diskus mit p.B. von 25.63m

Tamara Cantoni: 7. im Diskus mit p.B. von 25.55m

MU12

Fabio Minder: 4. über 60m Hürden mit p.B. von 11.59s,
5. im Weitsprung mit p.B. von 4.11m

MU16

Peer Zeller: 4. über 600m in 1.35.64, 4. im Weitsprung mit 5.38m

Conrad Eckert: 6. Über 100m Hürden mit p.B. von 15.24s (SM-Limite)

Qualifikationswettkämpfe Kanton Zürich Starke Teamleistungen

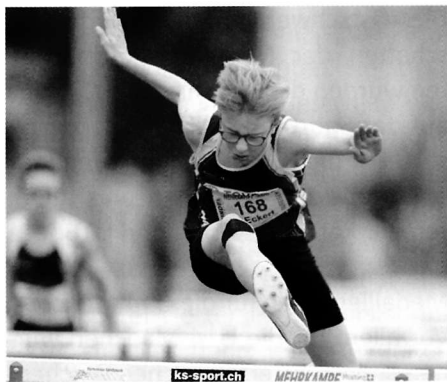
LGKE

An den vier Qualifikationswettkämpfen wird jeweils auch die Leistung der Teams in den verschiedenen Kategorien gewertet und am Kantonal Final werden die erfolgreichen Mannschaften dann geehrt. Die LGKE-Athletinnen und -Athleten waren überaus erfolgreich und durften folgende Auszeichnungen entgegen nehmen:

WU14 1. Rang

MU16 2. Rang

WU16 3. Rang



Auch Conrad Eckert trug mit seinen guten Leistungen an Qualifikationswettkämpfen zum Erreichen des 2. Ranges in der Teamleistung bei



Noemi Metzger (links), mit ihrer Vereinskollegin Anna Huber, konnte sich über 60m Hürden die Bronze- und im Weitsprung die Goldmedaille sichern

Bauen ist keine Glücksache.



Denn die seriöse, fachmännische Beratung und die professionelle Ausführung geben unseren Bauherren die Sicherheit, dass Bauen wirklich keine Glücksache ist.

giansi

Giansi + Co., Bauunternehmung
Wiesenstrasse 42, 8703 Erlenbach
Telefon 044 914 88 77

LGKE

Zürich 24./25.6.2017, Ostschweizer Regionenmeisterschaften

4x Gold für die Nachwuchsathletinnen der LGKE

Die Ostschweizer Regionenmeisterschaften der Nachwuchsleichtathleten wurden dieses Jahr vom LC Zürich auf der Sportanlage Sihlhölzli organisiert. Für die LG Küsnacht – Erlenbach starteten 16 Athletinnen und Athleten der Kategorien U14 und U16.

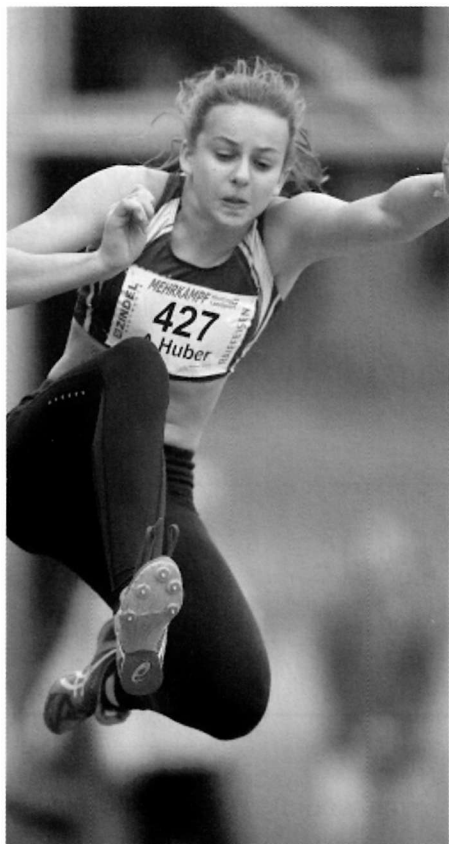
Medaillensegen für die U14 Mädchen
Vor allem für die U14 Mädchen wurde es ein sehr erfolgreiches Wochenende. Sie gewannen nicht weniger als sieben Medaillen in fünf verschiedenen Disziplinen. Mit drei Goldmedaillen etablierte sich die 13jährige Anna Huber als erfolgreichste der Seeathletinnen. Nachdem sie im Kugelstossen mit der 3kg-Kugel mit einer persönlichen Bestleistung von 9.95m den Sieg errungen hatte, gewann sie auch den 60m-Hürdenfinal in ebenfalls neuer Bestzeit von 9.84s. Am Ende des Tages besiegte sie alle ihre Konkurrentinnen

im Hochsprung mit im ersten Versuch übersprungenen 1.50m. Nicht viel nach stand ihr ihre gleichaltrige Trainingskollegin Noemi Metzger, die bereits am Samstag den 60m Sprintfinal in persönlicher Bestzeit von 8.32 für sich entschieden hatte, sich im Weitsprung mit 4.80m die Bronzemedaille sicherte und über die 60m Hürden in 10.03s ebenfalls Bronze gewann. Als dritte im Bunde durfte Anja Bürgi nach dem 60m-Endlauf, den sie mit 8.41s auf dem dritten Rang beendete, ebenfalls aufs Treppchen steigen.

Zahlreiche Finalplätze der U16

Das wertvollste Resultat der Kategorie U16 erreichte Lia Mordasini, die mit neuer persönlicher Bestzeit von 12.27s in einem stark besetzten 80m-Hürdenfinal, den fünften Platz belegte. Bereits am Samstag hatte sie angedeutet, dass sie in Form ist,

OECHSLISanitär/Heizung
Gebäudetechnik
www.oechsli.ch**SPRENGER**Schiffpländestrasse 17
8703 Erlenbach
Tel. 044 915 30 75
Fax 044 915 27 40info@oechsli.ch
www.oechsli.ch



Anna Huber (hier beim Weitsprung) räumte an den Regionenmeisterschaften im Sihlhölzli mächtig ab. Drei Goldmedallien (Kugelstossen, 60m Hürden und Hochsprung) durfte sie am Ende des Tages mit nach Hause nehmen.

als sie sich mit 10.63s im 80m-Sprint für den Halbfinal qualifiziert hatte. Chiara Cocca sprintete zur neuen Bestzeit über 80m in 10.88s und über 80mHürden in 12.90s. In beiden Disziplinen qualifizierte sie sich ebenfalls für das Halbfinale. Nicole Mioc überquerte im Hochsprung trotz Fussver-

letzung 1.51m und wurde gute fünfte. Im Diskuswerfen gelang ihr ein weiterer Wurf. Mit 25.96m belegte sie den sechsten Schlussrang. Kugelstossen ist die Paradedisziplin von Emily Huber. Sie stiess mit 10.49m eine neue Bestweite und platzierte sich damit auf Rang fünf. Peer Zeller verbesserte seine Bestzeit im 80m-Sprint auf 9.93s und erreichte den Final der besten sechs. Auch über 100m Hürden stand er im Final und wurde guter vierter. Laurin Hirs sprintete schneller denn je. Zum ersten Mal schaffte er mit 9.98s über 80m eine Zeit unter 10 Sekunden. Leider musste er nachher verletzt aufgeben und konnte nicht mehr zum Halbfinal antreten. Coni Eckert lief in 15.30s zur persönlichen Bestzeit über die Hürden, was aber leider knapp nicht für einen Finalplatz reichte.

LGKE

 Redaktion LGKE

Resultate Regionenmeisterschaften in Zürich

(Finalplätze und Bestleistungen)

WU14

60m

1. Rang Noemi Metzger 04 8.32 p.B.

3. Rang Anja Bürgi 04 8.40

60mHü

1. Rang Anna Huber 04 9.87 HF 8.84 p.B.

3. Rang Noemi Metzger 04 10.15 HF 10.05 p.B.

Hochsprung

1. Rang Anna Huber 04 1.50m p.B. eg.

Weitsprung

3. Rang Noemi Metzger 04 4.80

Kugel 3kg

1. Rang Anna Huber 04 9.95 p.B.

WU16

80m

3. HF Lia Mordasini 02 10.85 VL 10.63 p.B.

5. HF Chiara Cocca 02 10.97 VL 10.88 p.B.

80m Hürden

5. Rang Lia Mordasini 02 12.27 p.B.

6. HF Chiara Cocca 02 13.19 VL 12.90 p.B.

4. VL Nicole Mioc 02 13.80

Hochsprung

5. Rang Nicole Mioc 02 1.51

Weitsprung

22. Rang Dalia Brüscheiler 03 4.47 p.B.

Kugel

5. Rang Emily Huber 02 10.49 p.B.

Diskus

6. Rang Nicole Mioc 02 25.96 p.B.

Trainerkontakte LGKE

LGKE

Trainer U16 - Aktive

Vreny & Christian Müller
E-Mail: vcmueller@bluewin.ch

Claudia Letsch
E-Mail: claudia.letsch@gmx.ch

Hansjürg Sigg
E-Mail: hansjuerg.sigg@axpo.ch

Claudia Egli
E-Mail: c.e@gmx.ch

Trainer U14

Isa Ehmann
E-Mail: isabelleehmann@yahoo.de

Gabi Mettler
Anja Maurhofer

Trainer U12

Stefan Maurhofer
E-Mail: cmaurhofer@bluewin.ch

Agnes Bachmann
Gisela Stocker

