



# TRIBUNE 3/12

## - NEWSLETTER

### Themen in dieser Ausgabe:

- Editorial: für die Leichtathletik leben
- Wichtige Termin bis Ende Jahr
- Präsident: Fördern heisst auch fordern
- LVL-Schüler im Zürcher Letzigrund
- LA-Saison 2012 — eine erste Bilanz
- Günstig einkaufen bei INTERSPORT

Aktuelle Infos immer auch im Internet unter:  
[www.lvl.ch](http://www.lvl.ch)

**Geschäftsstelle LVL:**  
Postfach 1349  
4901 Langenthal

Büro im Stadion  
Tel. 062 / 922 51 22  
E-Mail: [buerol@lvl.ch](mailto:buerol@lvl.ch)

### Impressum

LVL-TRIBUNE  
Offizielles Vereinsorgan  
der LV Langenthal

Erscheint mindestens  
4 x pro Jahr

Redaktion:  
Marcel Hammel  
Thörigenstrasse 22  
3360 Herzogenbuchsee

Tel. 079 / 607 26 83  
[m.hammel@besonet.ch](mailto:m.hammel@besonet.ch)

LVL-TRIBUNE

Oktober 2012

### Editorial: für die Leichtathletik leben

Das Abschneiden der Schweizer Sportlerinnen und Sportler an den Olympischen Spielen in London hat den kritischen Betrachter nicht gerade vom Hocker gerissen. Medaillen und Diplome gab's nur für absolute Ausnahmeköner, zum Teil sind erwartete Erfolge ausgeblieben.

Ähnliches ist einige Stufen tiefer, auf nationalem Niveau oder beim Nachwuchs festzustellen: die letzte Konsequenz im Training, dass bedingungslose Engagement für den Sport fehlen auch hier. Dabei ist allen klar, dass der Erfolg nicht einfach so eintrifft, sondern hart erarbeitet werden muss. Ganz speziell ist dies in der Leichtathletik als Basissportart Nr. 1 der Fall. Das Leistungsniveau ist besonders hoch und der Aufwand, um an die Spitze zu gelangen entsprechend gross. Da reicht in unserer verwöhnten Konsum-Welt ein Bisschen „Plausch“

im Training nicht - es braucht effektiv etwas mehr...

Mit dem Beginn des Wintertrainings ist wieder einmal der Moment gekommen, sich solche Gedanken zu machen und sich den berühmten Ruck zu geben. Das Wintertraining in der LVL bietet nämlich vielfältige Möglichkeiten, sich die sportlichen Träume zu erfüllen: Stadion und Hallen stehen zur Verfügung, motivierte Trainingsleiter sind für Euch da, ein vielfältiges Wettkampfangebot wartet - Also nicht mehr zögern und auf, ins Wintertraining als Basis für gute Leistungen im 2013. Den Entscheid, für den Sport zu leben, muss jedes für sich selber fällen und dann auch konsequent umsetzen. Wir freuen uns, wenn möglichst Viele in den kommenden Wochen und Monaten aktiv mit dabei sind.

Euer Redaktor: Marcel Hammel

### Wichtige Termine bis Ende Jahr

Mo., 15. Oktober	Beginn Wintertraining für alle Gruppen
Sa., 17. November	Langenthaler Stadtlauf im Stadtzentrum
Sa., 1. Dezember	Kidscup Team in Herzogenbuchsee
Sa., 8. Dezember	Oberaargauer Cross im Stadion
So., 3. Febr. 2013	Kidscup Team Regionalfinal in Langenthal

**Bitte vor allem die Termine für den Kidscup Team reservieren; wir möchten mit möglichst vielen Teams antreten.**

Der Präsident hat das Wort

## Fördern heisst auch fordern !

Liebe Vereinsmitglieder,

Schon wieder sind wir am Ende einer erfolgreich verlaufenen Leichtathletiksaison angelangt. Unsere vorwiegend jugendlichen Athletinnen und Athleten haben, sowohl im Training, wie auch an den Wettkämpfen mit einer guten Präsenz und mit vielen persönlichen Bestleistungen gegläntzt. Besonders stolz sind wir auf unsere Medaillengewinnerinnen und -gewinner. Spätestens im Jahresbulletin 2012 bzw. an der Vereinsversammlung vom 14. März 2013 werden wir die vielen tollen Leistungen gebührend würdigen können.

Hinter all diesen guten Leistungen in Einzel-, Team- und Mannschaftswettkämpfen stehen unsere Trainerinnen und Trainer. Sie sind es, die den Jugendlichen die attraktiven und technisch oft anspruchsvollen Disziplinen der Leichtathletik vermitteln und sie zur Teilnahme an Wettkämpfen motivieren. Ihnen gebührt für die stete Präsenz im Training und für die Betreuung ihrer Schützlinge an den Wettkämpfen ganz besondere Anerkennung.

In meinem letzten Jahresbericht habe ich mich kritisch zu den Austritten hoffnungsvoller Athletinnen und Athleten, die an der Schwelle zum Erwachsenenalter stehen, geäussert. Auch in dieser Saison blieben wir leider von unerwarteten Rücktritten nicht verschont. Glücklicherweise können wir die entstandenen Lücken mit begeisterungsfähigen Schülern und Jugendlichen immer wieder schliessen. Den Trainerinnen und Trainern geht es damit wie den Lehrpersonen: Alle paar Jahre fangen sie mit neuen Jugendlichen wieder von vorne an.

Eine Regel bleibt jedoch bestehen: Wer im Sport Kinder und Jugendliche erfolgreich fördern will, muss etwas fordern! Leitende, die deshalb nicht konsequent bedingungsloses Engagement verlangen, werden ihre Schützlinge nie an die Spitze bringen. Den richtigen Weg zwischen „Zuckerbrot und Peitsche“ zu finden, ist für die Leitenden sehr anspruchsvoll geworden, da Autorität und Fachkenntnisse allein nicht mehr ausreichen, Jugendliche bei der Stange zu halten. Trainerinnen und Trainer müssen gute Psychologen sein, müssen den Jugendlichen in der schwierigen Zeit der Pubertät,

wo halt oft alle vernünftigen Argumente nichts fruchten, die erforderliche Selbstdisziplin beibringen, ihnen aber auch Freiräume lassen. Sie lehren Athletinnen und Athleten aber auch, mit Erfolgen und Misserfolgen, mit Hochs und Tiefs umzugehen, sich zu behaupten, sich zu konzentrieren und sich im Wettkampf durchzusetzen. Wer das kann, wird sich auch im späteren Leben bewähren.

Eltern, die uns ihr Kind im Leichtathletik-Training anvertrauen, träumen wohl kaum davon, dass dieses später wie Shakiri oder Rodriguez zum Sport-Grossverdiener werden wird. Die besondere Problematik, in der unsere jugendlichen Athletinnen und Athleten ab dem Übertritt in die 7. Klasse stehen, ist uns wohl bekannt. Schafft mein Kind den Eintritt in die Sekundarschule oder ins Untergymnasium? Ist ihm mit dem Verbleib in der Realschule der Schritt in anspruchsvolle Lehrberufe verwehrt? Darum kann ich persönlich gut nachvollziehen, dass die Schule für die Eltern oft eine höhere Priorität geniesst als der Sport, obwohl erwiesenermassen sportlich aktive Jugendliche Schule, Lehre und andere Ausbildungen meist leichter bewältigen.

Mit dem Förderprojekt „Top Youngsters LVL“ versuchen wir, leistungsbereite Jugendliche Schritt für Schritt an die nationale Spitze heran zu führen. Wie hart der Weg dorthin ist und wie gross bereits im Jugendalter die nationale Konkurrenz ist, haben unsere Athletinnen und Athleten an den Schweizer Meisterschaften in Basel und Genf erfahren. Weil es zu unseren Vereinszielen gehört, werden wir im Vorstand erneut über die Teilnahme der LVL am Projekt „Talents“ der Schulen in Langenthal diskutieren. Dank treuer Sponsoren ist es uns zudem möglich, unseren Leistungsträgerinnen und -trägern jedes Jahr Beiträge an Trainingslager und Regenerationsmassnahmen auszuschütten. Mit diesen Massnahmen hoffen wir, unserem Nachwuchs den Weg zum sportlichen Erfolg ebnen zu helfen.

Allen Eltern, die ihre Kinder zum regelmässigen Besuch des Wintertrainings anleiten, wo die Basis für die nächste erfolgreiche Wettkampfsaison erarbeitet wird, danke ich schon heute herzlich.

Euer Präsident HR. Wyss

## Der grosse Tag im Zürcher Letzigrund !

### 4 LVL-Teams starten an der Puzzle Biathlon Stafette 2012

Als Rahmenveranstaltung des UBS Kids Cup Schweizer Finals vom 1. September luden die Organisatoren von Weltklasse Zürich Schüler-Teams aus der ganzen Schweiz zur Puzzle Biathlon Stafette ins Letzigrund ein. Die Trainerinnen und Trainer der LVL Schülergruppen ergriffen spontan die Initiative und reisten mit 28 Kindern nach Zürich. Hier der Bericht von Schüler-Trainerin Nicole Rickli:

„Wir sind mit 28 Kindern/Jugendlichen, 4 Trainer und diversen Eltern mit dem Zug nach Zürich gereist. Im Stadion wurden die U12 in drei gleichwertige Gruppen aufgeteilt, bei den U16 gab es eine Gruppe. Jeweils zwei Teilnehmende (meist die Jüngsten) wechselten sich ab, da wir anfänglich zu wenige, am Schluss doch zu viele Teilnehmer hatten.“

Wir Trainer/innen konnten die Kinder bis zum Callroom begleiten und danach mussten die Gruppen selber für sich sorgen. Selbständig bestimmten sie die „Puzzlers“ und mussten vor

der Siegerehrung miteinander den Podestplatz „auschäsen“, also ein Team sein. Das haben sie super gemacht. Der Zeitplan war eng. Wir hatten kaum Zeit, in Ruhe die Essensstände zu geniessen und die dort angebotenen Spiele zu absolvieren sowie Autogramme zu holen, denn die meisten Stars vom Diamond League-Meeting waren noch anwesend!

Statt wie so oft an den Wettkämpfen gegeneinander, musste in der Stafette im Team miteinander gekämpft werden! Alle waren gut gelaunt und immer dort, wo sie sein mussten!

Und es hat sich gelohnt. Alle drei U12 Manschaften haben den Final erreicht! Gruppe 2 erreichte Platz 1, Gruppe 2 klassierte sich auf Platz 3. Leider gelang der Wettkampf der Gruppe 3, die im Vor- und Zwischenlauf dominiert hatte, im Final nicht ganz. Die U16 Gruppe schlug sich gegen zum Teil ältere Konkurrenten wacker! Wir gewannen sogar 8 Tickets für's nächste Weltklassemeeting in Zürich.

### Vanessa und Jorell im „richtigen“ Wettkampf

Für den eigentlichen Wettkampf im Letzigrund, den CH-Final im UBS-Kidscup hatten sich aus der LVL Vanessa Fust als Zweite am Berner Kantonalfinal und Jorell Jackson über die „Lucky-Looser“-Regel qualifiziert. Beide boten einen guten Wettkampf und belegten schliesslich unter jeweils 25 Finalisten ihres Jahrgangs die guten Plätze 9 (Vanessa Fust) und 4 (Jorell Jackson). Dabei genossen sie vor allem die super Ambiance mit Live-Fernsehen und vielen Leichtathletik-Stars.



*Gruppenfoto der LVL-Schülerteams im Zürcher Letzigrund. Einige LVL'er fehlen, nachdem sie den Betreuern kurz vor dem Foto-Termin „entwischt“ sind. Weiter Fotos von den Plausch-Stafetten unter [www.ubs-kids-cup.ch](http://www.ubs-kids-cup.ch) sowie unter [www.lvl.ch](http://www.lvl.ch)*

## LA-Saison 2012 - eine erste Bilanz

Mit den Schweizermeisterschaften der Mehrkämpfer und der Halbmarathon-Läufer ist Ende September die Leichtathletik-Saison 2012 zu Ende gegangen. Sie hat uns international mit den Olympischen Spielen in London, mit der Europameisterschaft in Finnland und mit der Junioren-WM in Barcelona viele spannende Wettkämpfe vor dem Bildschirm gebracht - Anschauungsunterricht, den hoffentlich möglichst Viele nicht nur genossen, sondern auch zu lehrreichen Studien benutzt haben.

Aus Sicht der LVL dürfen wir von einer guten Saison sprechen - in den Bereichen Training und Breitensport sogar von einem sehr guten Jahr. Das Training ist nämlich während des ganzen Jahres gut gelaufen, obwohl wir dringend noch weitere engagierten Leiter und Leiterinnen benötigen, und auch der Betrieb in der erfreulich grossen Laufgruppe als Breitensport-Abteilung entwickelt sich erfreulich. Hinzu kommt eine äusserst positive Bilanz im organisatorischen Bereich, wo wir einmal mehr viele Wettkämpfe erfolgreich durchgeführt und unseren guten Ruf, den wir in der ganzen Schweiz als Veranstalter geniessen, festigen konnten.

Im Bereich Leistungssport hat sich die regionale Zusammenarbeit im LZ Oberaargau äusserst positiv entwickelt: drei Staffelmedaillen, zwei Podestplätze an der Team-SM und viele gute Klassierungen in der SVM, darunter der überraschende und sehr erfreuliche Klassenerhalt der beiden Aktiv-Teams (Männer und Frauen) in der Nationalliga A, sind absolut top.

Etwas weniger gut lief's in den Einzel-Wettkämpfen, wo wir einerseits bei den Aktiven einige Ausfälle wegen Verletzungen zu beklagen hatten und sich andererseits beim Nachwuchs das bekannte Problem des fehlenden Engagements zum konsequent betriebenen Leistungssport halt einfach auf die Leistungen auswirkt. So fällt für einmal die Medaillenbilanz an Schweizermeisterschaften recht mager aus. International und national am besten abgeschnitten hat einmal mehr Martina Strähl mit Team-Bronce an der Berglauf-WM und SM-Silber im Halbmarathon, obwohl auch sie im Frühling verletzt ausgefallen ist. Auf guten Wegen befinden sich auch unsere drei Mittelstreckler Michael Geissbühler, Adrian Lehmann und Raphael Salm, die sich weiterhin berechtigten Hoffnungen machen können, in zwei Jahren an der EM 2014 im eigenen Land aktiv mit dabei sein zu dürfen.

Für die ausführliche Saison-Bilanz mit allen Statistiken und Bestenlisten verweisen wir auf das LVL-Jahresbulletin, welches Ende Januar erscheint.

---

## Günstig einkaufen bei INTERSPORT

Einmal mehr bieten unsere langjährigen Partner, die beiden INTERSPORT-Geschäfte Ingold-Sport in Herzogenbuchsee und Schumacher in Langenthal günstige Einkaufsmöglichkeiten. Im Rahmen der traditionellen Herbst-Einkaufswochen gewähren die beiden Geschäfte für LVL-Vereinsmitglieder bis zum 10. November 2012 auf dem gesamten Sortiment einen Sonder-Rabatt von 20 Prozent !

Alle Post-Empfänger des LVL-Newsletters erhalten beigefügt einen entsprechenden Gutschein, alle übrigen können den Gutschein auf unserer Homepage unter [www.lvl.ch](http://www.lvl.ch) herunterladen.

## LVL-News

### Tobias Lüthi: Bronce über 800 m

Die einzige SM-Medaille für die LVL beim Nachwuchs geht auf das Konto von Tobias Lüthi. In der Kat. U23 qualifizierte er sich in Basel souverän für den Final und holte dort in einem guten Rennen Platz 3 und damit die Bronce-Medaille. Wir gratulieren. Bei der Jugend (U18/16) in Genf mussten die ange-tretenen LVL'ler zur Kenntnis nehmen, dass auch die gleichaltrige Konkurrenz nicht schläft und national die Trauben recht hoch hängen. Hoffen wir, dass der „Anschauungs-Unterricht“ seine Wirkung nicht verfehlt und Motivation zu noch konsequenterem Training und vollem Engagement ist.

### Starke Langstreckler

Stark in Szene gesetzt haben sich unsere Langstreckler an der Halbmarathon-SM in Uster: 5.Rang für Adi Lehmann, 17. und 21. Rang für Fabian Kuert und Christian Ackeret - das ergibt Platz 2 im inoffiziellen Team-Klassement (!) Dazu liefen auch noch Marie-Therese Frey und Sandro Aeschli-mann neue pB's.

### [www.lvl.ch](http://www.lvl.ch)

Die neusten Nachrichten und aktuellen Resultate, sowie den Trainingsplan findest Du immer auf unserer Homepage. Dazu Berichte und Resultate von allen Team-Wettkämpfen ebenfalls unter [www.lzoberaargau.ch](http://www.lzoberaargau.ch)