



Clubnachrichten 2024

Leichtathletik-Vereinigung Zürcher Oberland

www.lvzo.ch

Inhalt

Club-Nachrichten

Inhalt

Inhalt/ Impressum	2
Protokoll der 73. Generalversammlung	4
Jahresberichte der Trainer	16
Berichte und Wettkämpfe	24
LVZO in der Schweizer Bestenliste	50
LVZO-Clubrekorde	53
LVZO-Adressen	54
Mitgliederkodex	56
Tenübestellung	58
LVZO-Termine	60

Impressum:

Produktion: Roman Jauch

Redaktionsschluss Ausgabe 2025:
Mitte November 2024





73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

Protokoll der 73. ordentlichen Generalversammlung der LVZO

Datum: 24. März 2023
Ort: Schulhaus Walenbach
Teilnehmende: 47 Personen, davon 33 Mitglieder und 14 Gäste



1. Begrüssung durch den Präsidenten

Der Präsident Michael Jauch begrüsst die Anwesenden zur heutigen Generalversammlung, welche nach dem letzten Jahr wieder «live» durchgeführt wird.

Gemäss Präsenzlisten sind 47 Mitglieder anwesend. Davon sind 33 Personen stimmberechtigt.

2. Wahl der Stimmzähler/in

Für die drei Tischreihen werden Minou Strumpf, Dave De Vylder und

Christoph Steiner als Stimmzählende vorgeschlagen.

Beschluss der Generalversammlung:

Die vorgeschlagenen drei Vereinsmitglieder Minou Strumpf, Dave De Vylder und Christoph Steiner werden je Tischreihe als Stimmzählende ohne Gegenstimmen gewählt.

3. Genehmigung des Protokolls der 72. Generalversammlung vom 23. März 2022

Das Protokoll der letzten 72. Generalversammlung vom 23. März 2022 war

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

auf der Homepage der LVZO einsehbar.

Beschluss der Generalversammlung:
Das Protokoll der 72. Generalversammlung vom 23. März 2022 wird ohne Gegenstimmen genehmigt und der Erstellerin verdankt.

4. Abnahme der Jahresberichte

a) des Präsidenten
Michael Jauch verliest seinen Jah-

resbericht, welcher demnächst auf der Webseite der LVZO veröffentlicht wird.

Beschluss der Generalversammlung:
Der Jahresbericht des Präsidenten für das Vereinsjahr 2022 wird mit Applaus verdankt und abgenommen.

b) des Kassiers
Der Kassier Markus Hertig präsentiert die Jahresrechnung 2022.

Erfolgsrechnung

	Rechnung 2022		Budget 2022	
	Aufwand	Ertrag	Aufwand	Ertrag
Administration	1'859		2'000	
GV Elternab. Helferessen	3'984		4'000	
Zeitmessanlage	295		500	
Beiträge Verband	2625		4'000	
Trainer/in	27'717		25'000	
Vorstand Spesenentsch.	4'000		4'000	
Sozialversicherung	0		1'000	
Weiterbildung	1'360		2'000	
Infrastruktur	7'789		6'000	
Sportmaterial	477		2'000	
Sportbekleidung / Tenüs	360		0	
Geschenke	3'033		2'000	
Versicherung	742		1'000	
Trainingslager/-weekend	6'154		4'000	
Wettkämpfe / Reisespesen	5'345		5'000	
Mitgliederbeiträge, Passive		15'540		17'000
Diverse Erträge		10'000		10'000
Verkauf Sportbekleidung		1'245		1'000
Vermietung von Anlagevermögen		0		500
Unterstützung, Sponsoren		4'151		4'000
Beiträge Jugend&Sport		7'292		9'000
Subventionen ZKS		136		500
Anlässe		22'585		18'000
Helferbeitrag		1800		1'000
Zinsertrag		3		0
Total	65'740	62'752	62'500	61'000
Gewinn / Reinverlust		-2'989		-1'500
Total	65'740	65'740	62'500	62'500

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

Bilanz

	Aktiven Fr.	Passiven Fr.
Flüssige Mittel	129'055.48	
Forderungen	3'465.00	
Aktive Rechnungsabgrenzung	1'691.45	
Sachanlagen	4.00	
Aktiven	134'215.93	
Sonstige Verbindlichkeiten		8'897.00
Passive Rechnungsabgrenzung		4'900.00
Rückstellungen		28'418.40
Vereinskapital		94'990.44
Total Passiven		137'205.84
Reinverlust 2022		2'989.91
Vereinskapital neu		92'000.53

Bemerkungen zur Erfolgsrechnung

Nach dem Corona-Virus-Jahr haben sich Aufwand und Ertrag wieder weitgehend normalisiert bzw. die Zahlen sind wieder ungefähr auf dem Level wie vor Corona. Eine grosse Herausforderung sind die steigenden Aufwendungen gegenüber dem Ertrag. Im Wesentlichen sind dies folgende Positionen:

Aufwand

- Reduzierte Verbandsbeiträge Swiss Athletics
- Geringere Infrastruktur-Unterstützung Stadt Wetzikon
- Ausbau Trainingsangebot (Trainer / Trainingslager)
- Sportlicher Erfolg: Auszeichnungen und Teilnahme an Meisterschaften

Ertrag

- Anlässe: Gutes Resultat dank riesigem Engagement
- Auflösung von Rückstellungen und Trans. Passiven (Diverse Erträge)
- Letztmalige Auflösung Rückstellungen über Fr. 10'000.00 (Covid-Unterstützung)

Beschluss der Generalversammlung:

1. Die Jahresrechnung mit Bilanz des Vereinsjahres 2022 bei einem Aufwand von Fr. 65'741.89 und Ertrag von Fr. 62'751.98 und einem Reinverlust von Fr. 2'989.91 wird genehmigt und einstimmig angenommen.

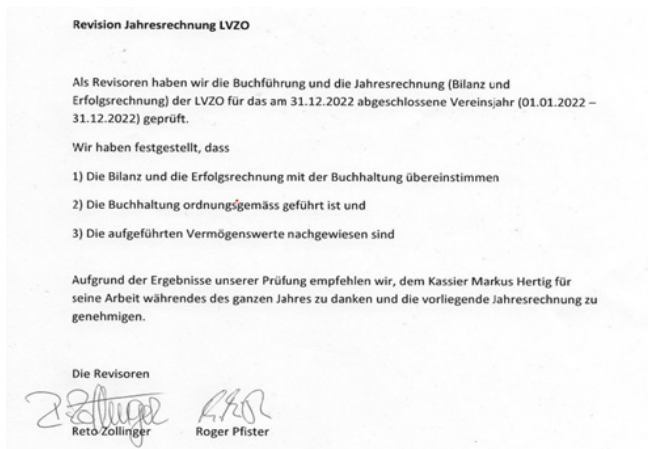
2. Der Verlust von Fr. 2'989.91 aus dem Vereinsjahr 2022 wird zulasten des Vereinsvermögens ausgeglichen, welches sich per 31. Dezember 2023 bereinigt auf Fr. 92'000.53 beläuft.

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

c) der Kassarevisoren

Roger Pfister erwähnt, dass er zusammen mit Reto Zollinger die Jahresrechnung 2022 der LVZO geprüft hat und diese in Ordnung ist. Der Revisorenbericht lautet wie folgt:



d) der Trainer

Die Trainerinnen und Trainer präsentieren ihre Jahresberichte, welche nach der heutigen Generalversammlung 1:1 auf der Webseite der LVZO veröffentlicht werden.

Beschluss der Generalversammlung:

Die Jahresberichte der Trainerinnen und Trainer für das Vereinsjahr 2022 werden bestens verdankt und abgenommen.

Beschluss der Generalversammlung:

1. Der Revisorenbericht über die Rechnungsführung des Vereinsjahres 2022 wird einstimmig verdankt und genehmigt.

2. Dem Vorstand wird bezüglich der Jahresrechnung 2022 Entlastung erteilt.

5. Beschlussfassung über die Mitgliederbeiträge 2023

Der Vorstand beabsichtigt, die Mitgliederbeiträge der Kategorien U16 und Älter ab 2023 anzupassen. Ziel ist es, die Kosten nach Trainingseinheiten pro Woche gerechter zu verteilen. Die Änderungen führen nicht zu Mehreinnahmen zugunsten der Vereinskasse.

Neu werden in den Kategorien U16, U18 und U20 zwischen «Basis» und «Leistung» je nach Trainingseinheiten unterschieden. Zu Beginn der Saison

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

entscheiden sich die Athleten/innen entweder für «Basis» oder eben für «Leistung». Die Einteilung erfolgt für ein ganzes Jahr, was bedeutet, dass kein Wechsel während des Trainingsjahres möglich ist.

Beschluss der Generalversammlung:

1. Die Aufteilung nach «Basis» und «Leistung» in den Kategorien U16, U18 und U20 mit unterschiedlich hohen Mitgliederbeiträgen wird genehmigt.

2. Die Mitgliederbeiträge für Basis betragen Fr. 300.00 und für Leistung Fr. 400.00.

3. Die Einführung der beiden Unterkategorien bei U16, U18 und U20 werden rückwirkend ab Beginn der Trainingsaison 2023 eingeführt.

Kategorie	Bisher Fr.	Neu ab 2023 Fr.
U10	200.00	200.00
U12	200.00	200.00
U14	200.00	200.00
U16	250.00	
Neu U16 Basis		300.00
Neu U16 Leistung		400.00
U18	400.00	
Neu U18 Basis		300.00
Neu U18 Leistung		400.00
U20	400.00	
Neu U20 Basis		300.00
Neu U20 Leistung		400.00
U23	400.00	400.00
PA	40.00	40.00

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

6. Beschlussfassung über das Budget 2023

Markus Hertig präsentiert das Budget für das Vereinsjahr 2023 mit einem möglichen Reinverlust von Fr. 7'000.00. Das Budget lautet wie folgt:

	Rechnung 2022		Budget 2023	
	Aufwand	Ertrag	Aufwand	Ertrag
Administration	1'859		2'500	
GV Elternab. Helferessen	3'984		4'000	
Zeitmessanlage	295		500	
Beiträge Verband	2625		4'000	
Trainer/in	27'717		25'000	
Vorstand Spesenentsch.	4'000		4'000	
Sozialversicherung	0		1'000	
Weiterbildung	1'360		1'000	
Infrastruktur	7'789		6'000	
Sportmaterial	477		2'000	
Sportbekleidung / Tenüs	360		0	
Geschenke	3'033		2'000	
Versicherung	742		1'000	
Trainingslager/-weekend	6'154		4'000	
Wettkämpfe / Reisespesen	5'345		5'000	
Mitgliederbeiträge, Passive		15'540		18'000
Diverse Erträge		10'000		0
Verkauf Sportbekleidung		1'245		500
Vermietung von Anlagevermögen		0		500
Unterstützung, Sponsoren		4'151		5'000
Beiträge Jugend&Sport		7'292		9'000
Subventionen ZKS		136		500
Anlässe		22'585		20'000
Helferbeitrag		1800		1'500
Zinsertrag		3		0
Total	65'740	62'752	62'000	55'000
Gewinn / Reinverlust		-2'989		-7'000
Total	65'740	65'740	62'000	62'500

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

Bemerkungen zum Budget

Nach Aussage von Markus Hertig geht der Vorstand von einem weitgehend normalen Vereinsjahr aus. Basis für das Budget 2023 bildet die Rechnung 2022. Neu kommt die Stadt Wetzikon für die Kosten von nicht städtischen Liegenschaften in Wetzikon (z. B. KZO) auf. Dies entlastet das Budget. Auf Seiten der Einnahmen erhofft sich der Vorstand namhafte Gewinnzahlungen in die Vereinskasse (SZO, UBS Kids Cup kant. Final, Pfäffikersee-Lauf). Die neue Beitragsstruktur des Mitgliederbeitrages wirkt sich nur geringfügig auf den Ertrag aus. Für die Vereinsbuchhaltung wird eine Vereinssoftware mit der Bezeichnung «Fairgate» angeschafft. Der Mehrwert dieser Vereinssoftware liegt darin, dass die Mitgliederverwaltung, die Buchhaltung, der Zahlungsverkehr, die Administration und weitere Bereiche optimal vereint und aufeinander abgestimmt abgedeckt sind. Die Kosten für Fairgate sind im Budget 2023 berücksichtigt.

Beschluss der Generalversammlung:

Das Budget der LVZO für das Vereinsjahr 2023 mit einem mutmasslichen Defizit von Fr. 7'000.00 wird genehmigt.

7. Wahl des Präsidenten

Als Präsident der LVZO stellt sich Michael Jauch für eine weitere Amtsdauer von einem Jahr zur Verfügung. Er orientiert die Anwesenden darüber,

dass er auf die Generalversammlung 2024 als Präsident zurücktreten werde. Deshalb sei es wichtig, bereits heute mit der Suche nach einer Nachfolge zu beginnen.

Beschluss der Generalversammlung:

Als Präsident der LZVO wird Michael Jauch für ein weiteres Jahr mit grossem Applaus und dem bestens Dank für seine Mitwirkung wiedergewählt.

8. Wahl der Vorstandsmitglieder

Als Vorstandsmitglieder stellen sich die nachfolgenden Personen zur Neu- bzw. Wiederwahl

- Bisher: Meli Hindermann, Technische Leitung
- Bisher: Andreas Sprenger, Aktuar
- Bisher: Michelle Santmann, Webmasterin/Clubnachrichten
- Bisher: Markus Hertig, Kassier
- Bisher: Alexandra Pfister, Events
- Bisher: Karin Landolt, Events
- Neu: Christoph Steiner, Technische Leitung

Der Präsident dankt den Kandidatinnen und Kandidaten für die Bereit-

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

schaft, im Vorstand mitzuarbeiten. Gleichzeitig erwähnt Michi Jauch, dass Markus Hertig und Alexandra Pfister die Absicht haben, ebenfalls per Generalversammlung im Jahr 2024 zurückzutreten. Der Präsident ruft die Vereinsmitglieder auf, sich ein Vorstandsamt zu überlegen und sich bei einem Vorstandsmitglied zu melden.

Der Präsident schlägt vor, die Vorstandsmitglieder in globo zu wählen.

Beschluss der Generalversammlung:

Als Vorstandsmitglieder der LZVO werden Meli Hindermann, Andreas Sprenger, Michelle Santmann, Markus Hertig, Alexandra Pfister, Karin Landolt und neu Christoph Steiner für ein weiteres Jahr mit grossem Applaus und dem besten Dank für die Mitwirkung wieder- bzw. neu gewählt.

9. Wahl der Kassarevisoren

Der Revisor Roger Pfister hat seinen Rücktritt eingereicht und möchte sein Amt abgeben. An seiner Stelle konnte Lucian Cafilisch gewonnen werden. Er ist willens und bereit, zusammen mit Reto Zollinger die Kasse bzw. die Vereinsbuchhaltung zu revidieren. Reto Zollinger stellt sich für eine weitere Amtsdauer zur Verfügung.

Beschluss der Generalversammlung:

Als Kassarevisoren der LZVO werden neu Lucian Cafilisch und der bisherige Reto Zollinger für ein Jahr mit Applaus und dem besten Dank für die Mitwir-

kung wieder- bzw. neu gewählt.

10. Ehrungen

Mit Freude hat der Vorstand von den zahlreichen Medaillen und besonderen Leistungen sowie von den Clubrekorden der Athletinnen und Athleten Kenntnis genommen. Es sind insbesondere diese Ehrungen vorzunehmen:

Medaillen an Meisterschaften

RM:

- Marc Pfister: Goldmedaille Weitsprung & 600 m, Silbermedaille 100 m Hürden
- Levin Züst: Silbermedaille Kugelstossen, Bronzemedaille Speer
- Timon Wyss: Silbermedaille 400 m
- Janic Deschmann: Silbermedaille Hochsprung

SM U16/U18:

- Marc Pfister: Goldmedaille 600 m

SM 10'000m und Steeple:

- Lea Pfister: Bronzemedaille 2000 m Steeple

Medaillen an Meisterschaften

Mille Gruyère Regionalfinal:

- Michelle Heusser: Goldmedaille
- Marc Pfister: Silbermedaille
- Livio Cafilisch: Bronzemedaille

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

UBS Kids Cup Team Regionalfinal:

- Lia, Marc, Mia, Raphael, Severin: Goldmedaille U16 Mixed
- Andri, Cyril, Elina, Ladina, Livio, Mya: Silbermedaille U12 Mixed

Clubrekorde

Laura Auer, Weibliche U12/U14:

- Hochsprung: 1.45 m

Angelina Keiser, Weibliche U12/U14:

- Drehwurf: 24.88 m

Levin Züst, Männliche U12/U14:

- 60 m: 7.96 s

Marc Pfister, Männliche U16/U18:

- 60 m: 7.60 s
- Ball: 71.03 m
- Diskus (1 kg): 34.41 m

Janic Deschmann, Männliche U16/
U18:

- Dreisprung: 12.78 m

Die geehrten Vereinsmitglieder erhalten je ein Geschenk.



11. Verabschiedungen

Leider hat der Verein drei Verabschiedungen vorzunehmen, welche in den letzten Jahren wertvolle Dienste zugunsten des Vereins und des Vereinslebens geleistet haben.

Marco Hindermann

Jasmin Holzinger und Stephan Peyer ehren Marco Hindermann für seine 25-jährige Vereinstätigkeit und erinnern sich daran, wie Marco als Athlet mit den Trainings gestartet hat (Aktivmitglied als Athlet 1997-2009). Er war und ist bis heute ein beliebter Athlet. Marco war ein talentierter und vorbildlicher Athlet und ist bei allen Personen «gut» angekommen.

Seine Leistungsbilanz lässt sich mit Stolz zeigen, weil Marco sehr viele äusserst gute Resultate erzielen konnte. Mit den Jahren hat sich Marco zu einem Trainer (2008-2022) weitergebildet und konnte sein Wissen den jüngeren Athleten/innen gewinnbringend für Alle weitergeben.

Marco war ein pflichtbewusster Trainer und konnte die Mannschaft optimal motivieren. So nahmen sicherlich auch viele Athleten/innen motiviert an den Trainings und Wettkämpfen teil, weil sie Marco sehr geschätzt und bewundert haben. Er hat die Trainingsphilosophie mitgestaltet, sich an den Wettkämpfen um das A und O gekümmert, Wettkampfteilnahmen organisiert, Berichte geschrieben und vieles

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

mehr geleistet. Marco war und ist ein Energiemensch und Dritte konnte er mit seiner Energie anstecken.

Sowohl die Trainer/innen, die Athleten/innen und die Vorstandsmitglieder danken Marco herzlichst für seine Vereinstätigkeit, für sein Mitdenken und Mitlenken im Verein, für seine positiv Ausstrahlung und für seine Fähigkeit, Dritte zu motivieren. Als Dankeschön wird ihm ein Geschenk überreicht. Marco verabschiedet sich von Allen mit herzlichen Worten und zeigt sich von der Verabschiedung gerührt.



Daniela Züst

Das Vorstandsmitglied Daniela Züst ist aus privaten Gründen aus dem Vorstand ausgetreten. Michi Jauch dankt Daniela Züst bestens für ihre Mitwirkung und überreicht ihr als Dankeschön ein Geschenk.



Roger Pfister

Der Revisor Roger Pfister hat sein Revisorenamt abgegeben. Michi Jauch dankt Roger Pfister für die Arbeit zugunsten des Vereins und überreicht ihm als Dankeschön ein Geschenk.



73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

12. Anträge der Mitglieder (einzu-reichen bis 3. März 2023 an den Präsidenten)

Es sind keine Anträge der Mitglieder eingereicht worden.

13. Verschiedenes

Helferanererkennung

Die Helfer/innen mit mehr als drei Einsätzen im Vereinsjahr 2022 werden je ein Ticket für Weltklasse Zürich 2023 erhalten. Der Vorstand dankt den Helfenden für ihre Einsätze und überreicht den nachstehenden Personen je 1 Ticket.

Landolt	Philipp	11.5	Kniess	Lia	5
Hindermann	Familie	8.5	Ramsauer	Mia	5
Nigg	Vania	7.5	Steiner	Jana	5
Oriet	Géraldine	7.5	Pulver	Nadine	4.5
Pfister	Marc	7.5	Hess	Jonas	4
Hertig	Janina	7	Kühnis	Maris	4
Jauch	Familie	7	Lechner	Mika	4
Gut	Lenny	6	Pfister	Anna	4
Keller	Severin	6	Pfister	Lea	4
Steiner	Eric	6	Staubert	Lea	4
Caflich	Livio	5	Wyss	Timon	4
Deschmann	Sarina	5	Züst	Levin	4
Guggenberger	Fiona	5	Neukomm	Selina	3.5

Helfereinsätze

Der Präsident verweist bezüglich der Helfereinsätze auf den Mitgliederkodex, welcher für die Vereinsmitglieder verbindlich ist. Es wird erwartet, dass die Vereinsmitglieder Helfereinsätze leisten, damit bei den Anlässen genügend eigene Helfende zur Verfügung stehen und nicht Dritte für Helfereinsätze «eingekauft» werden müssen.

Pfäffikersee-Lauf – OK

Mit der ZKB wurde der Vertrag für weitere 5 Durchführungen des Pfäffikersee-Laufes verlängert. Dieser Lauf ist eine grosse und wichtige Einnah-

menquelle für die LVZO. Es braucht jedoch viele Helfende, damit ein möglichst hoher Gewinn erzielt werden kann. Alle sind aufgefordert, sich beim Pfäffikersee-Lauf für Helfereinsätze zu melden.

Ferner sucht das OK Pfäffikersee-Lauf neue Kräfte, welche bei der Organisation des Grossanlasses mitwirken. Es sind pro Jahr 2 OK-Sitzungen geplant. Am Wettkampftag ist die Anwesenheit erforderlich. Als Entschädigung dürfen einige OK-Mitglieder am ZKB Zürilauflauf-Cup Gala sowie am OK-Essen

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

teilnehmen. Wer an einer Mitwirkung im OK Pfäffikersee-Lauf interessiert ist, darf sich bei einem Vorstandsmitglied oder direkt bei Sacha Sternmick melden.

Tauschbörse

Die Tauschbörse im Web wird kaum genutzt, weshalb die Tauschbörse neu an der Generalversammlung stattfinden wird. Die Mitglieder werden mit der Einladung zur Generalversammlung über die Tauschbörse orientiert.

Clubnachrichten

Die Clubnachrichten werden neu online zur Verfügung stehen. Es wird auf

eine Printversion verzichtet.

LVZO-Anlässe

Die diesjährigen LVZO-Anlässe sind:

- De schnällst im Züri Oberland: 4. Juni 2023
- UBS Kids Cup Kantonalfinal: 26. August 2023
- Pfäffikersee-Lauf ZKB Zuerilauf-Cup: 1. Oktober 2023
- Helfer-/Chlausabend: 24. November 2023

Trainingsprogramm

Das Trainingsprogramm für 2023 präsentiert sich wie folgt:

Montag	U14 & Basisgruppe	18.30 - 20.00	Meierwiesen	Sprint/Hürden	Sarina W/Lea S
	Leistungsgruppe	18.30 - 20.30	Meierwiesen	Sprint/Hürden	Egon
Dienstag	Leistungsgruppe	18.30 - 20.30	Kraftraum	Kraft	offen
Mittwoch	Basisgruppe	18.00 - 20.00	Meierwiesen	Sprung/Lauf/Wurf	Géri
	Leistungsgruppe	18.00 - 20.00	Meierwiesen	Sprung/Lauf	Stephan
Donnerstag	U12-U14	18.00 - 20.00	Meierwiesen	Mehrkampf	Jasmin/Minou/Meli/1418Coach
Freitag	U10-U12	18.00 - 20.00	Meierwiesen	Mehrkampf	Katja/Nadine/Lea S/1418Coach
	Leistungsgruppe	18.00 - 20.00	Meierwiesen	Wurf	Minou
Samstag	Leistungsgruppe	10.00 - 12.00	Meierwiesen	Kraft	offen

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

Laufgruppe LVZO

Für die Eltern, ehemalige und aktive Athleten/innen oder wer Lust hat, darf an den wöchentlichen Lauftreffs teilnehmen. Treffpunkt ist jeweils Donnerstag, 19.00 Uhr, Tribüne Meierwiesen. Die Leitung hat Michael Jauch. Mehr Informationen dazu finden sich auf der Vereinswebseite.

Vereinsjubiläum

Im Jahr 2025 feiert die LVZO das 75-jährige Vereinsjahr. Die Vorbereitungen für Festivitäten sind in Vorbereitung.

Der Präsident Michael Jauch schliesst um 21.35 Uhr die Generalversammlung mit dem besten Dank für die Teilnahme.

Für das Protokoll:
Andreas Sprenger
Aktuar

Dieses Protokoll hat der Vorstand am 18. September 2023 zuhanden der Generalversammlung im Jahr 2024 verabschiedet.

8634 Hombrechtikon, 29. August 2023

Trainerbericht U10 - U14

UBS Kids Cup Team

Die LVZO startete im Dezember in Winterthur in die UBS Kids Cup Team Saison. Bereits im ersten Wettkampf konnten sich das U14 Mixed Team und das U10 ZOA Mixed Team die Qualifikation für den Regionalfinal sichern. Dasselbe gelang dem U12 Mixed Team im Februar in Buttikon. Die LVZO war somit mit je einem Mixed Team in der U10, U12 und U14 am Regionalfinal in Amriswil am Start. Früh am Morgen startete das U14 Mixed Team (Andri, Cyril, Jana, Janina, Livio) in den Wettkampf. Nach starken Leistungen und einem langen, anstrengenden Teamcross beendeten die Fünf den Wettkampf auf dem dritten Platz. Eine super Leistung! Am



Nachmittag bestritten die U10 und U12 Mixed Teams ihren Wettkampf. Mit von der Partie war auch Leo-Löwe, unser Maskottchen. Stark wie Löwen startete das U12 Mixed Team (Hannah, Ladina, Leon, Mila, Mya, Noel) in den Wettkampf. Sie beendeten die UBS Kids Cup Team Saison nach einem schwierigen Wettkampf, aufgrund gesundheitlich angeschla-

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

genen Teammitgliedern, auf dem fünften Rang. Das U10 Mixed Team (Fiona, Lenya, Matteo, Michelle, Samuel, Tim) startete ebenfalls super in den Wettkampf, musste dann aber für den Teamcross einen Ausfall hinnehmen und zu fünft weitermachen. Trotzdem oder gerade deswegen gaben die verbliebenen Teammitglieder nochmals alles und durften sich am Schluss ebenfalls über den fünften Rang freuen.

Trainingslager

Das Trainingslager fand auch dieses Jahr wieder auf unserer Heimanlage statt. Trotz durchgezogenem Wetter trainierten die Athletinnen und Athleten während vier Tagen top motiviert und voller Freude. Die Motivation und Freude fehlten auch an den Abenden nicht, wo bis zur Nachtruhe viele verschiedene Spiele gespielt wurden. Am Montagnachmittag starteten wir in die UBS Kids Cup Wettkampfsaison. Um richtig locker zu sein, wärmten wir uns am Morgen schon mal mit dem Green Green Grass TikTok-Tanz auf. Wie jedes Jahr blicken wir auf ein Lager voller strenger Trainings, lustiger Abende und leckerem Essen zurück.

Q-Wettkämpfe & Kantonale Meisterschaften

Auch dieses Jahr hatten die U12 und U14 Athletinnen und Athleten wieder die Möglichkeit sich über die vier Q-Wettkämpfe für die Kantonalen Meisterschaften zu qualifizieren. Nach



73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

vielen tollen Resultaten und neuen PBs in den Q-Wettkämpfen, gelang die Qualifikation für die Kantonalen Meisterschaften vier Mädels aus der U12 Gruppe und zwei Jungs aus der U14. Hannah, Ladina, Mila und Mya standen bei den WU12 im Drehwurf am Start, damit waren 1/3 des Starfelds Athletinnen der LVZO. Mya durfte sich mit einer neuen PB die Bronzemedaille umhängen lassen. Mya und Ladina standen ausserdem im Ballwurf am Start, wo beide aber nicht ganz an ihre Bestleistungen heranwerfen konnten. Ladina trat zudem im Hochsprung und über 600 m an. Im Hochsprung konnte sie sich mit einer neuen PB die Silbermedaille sichern und über 600 m wurde sie ihrer Favoritenrolle gerecht und durfte sich am Ende eines langen Tages die Goldmedaille umhängen lassen. Cyril und Livio traten in der Kategorie MU14 an. Cyril konnte sich im Speer auf dem guten fünften Rang klassieren und durfte sich über eine neue PB freuen. Livio trat über 60 m und 600 m an. Über 60 m bedeutete der Halbfinal für ihn Endstation, im 600 m Lauf lief er auf den neunten Rang.

UBS Kids Cup

Nach vielen absolvierten Quali-Wettkämpfen standen am Kantonalfinal in Wetzikon sechs LVZO Athletinnen und Athleten (Emily, Hannah, Ladina, Leon, Mila, Noel) am Start. Bei durchgezogenem Wetter zeigten sie alle tolle Wettkämpfe und sammelten wichtige

Erfahrungen. Die Brüder Noel (M10) und Leon (M11) vertraten die Farben der LVZO am Schweizerfinal im Letziggrund. Beide waren in der Woche zuvor krank und waren auch am Wettkampftag noch nicht bester Gesundheit. Dennoch waren sie motiviert und parat ihr Bestes zu geben. Dies taten sie sehr erfolgreich und erreichten jeweils in zwei von drei Disziplinen neue PBs. So resultierten am Schluss auch in den Gesamtpunktzahlen neue PBs und für beide Jungs ein neuer Vereinsrekord in ihrer Kategorie. Noel landete auf dem fünften Rang und durfte sich ein Diplom überreichen lassen, Leon erreichte den tollen 11. Schlussrang.



Visana Sprint

Beim, durch die LVZO ausgetragenen Wettkampf, „De / Die Schnällst im Zürcher Oberland“ durften sich viele der jüngsten LVZO Athletinnen und Athleten über eine Medaille oder ein Di-

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

plom und damit über die Qualifikation für den Kantonalfinal freuen. Am Tag nach den Kantonalen Meisterschaften stand Anfang Juli, an einem heissen Sommertag, der Kantonalfinal im Sihlhölzli an. Die LVZO war mit einer Delegation von 15 Athletinnen und Athleten vertreten. Den Anfang machten die Jüngsten, vertreten durch Eva (W08) und Matteo (M09). Für beide war nach dem Vorlauf der Wettkampftag bereits zu Ende. So auch für Mila, die in der Kategorie W10 startete und erneut vom Hundertstel-Pech verfolgt wurde. Anders verlief der Wettkampf für Noel in der M10, er durfte sich trotz Schmerzen am Ende die Goldmedaille umhängen lassen. In der Kategorie M11 sprintete Leon auf den dritten Schlussrang, bei den W11 hielten Alessia, Hannah, Ladina und Mya die Farben der LVZO hoch. Hannah und Ladina sprinteten in die nächste Runde, wo für Hannah leider Endstation war. Ladina erreichte den Final, wo sie sich den 6. Platz und ein Diplom erkämpfte. Anina, Emily und Lynn standen in der Kategorie W12 am Start. Emily und Lynn sprinteten bis in den Halbfinal vor. Bei den M12 stand Livio am Start, er holte sich in einem hart umkämpften Finalrennen schlussendlich die Silbermedaille.

Die Leistungen von Livio und Noel führten die beiden im September an den Schweizerfinal in Fribourg. Dort war für Livio im Vorlauf bereits Endstation, er konnte aber wichtige Erfahrungen sammeln und durfte nach

einer Verletzung umso stolzer auf seine Leistung sein. Noel trat als klarer Favorit an, er hatte die schnellste Qualifikationszeit. Nach Krankheit in der Woche vor dem Wettkampf und Schmerzen im Finallauf durfte er sich in einem knappen Rennen die Silbermedaille umhängen lassen.

Mille Gruyère

Unsere Athletinnen und Athleten rannten auch über die längeren Distanzen wieder schnell. Am Regionalfinal des Mille Gruyère rannte Michelle über 600 m bei den W09 auf den tollen vierten Rang. Ladina (W11) und Livio (M12) hatten eine Runde mehr, also 1000m zu absolvieren. Ladina erreichte den dritten, Livio den vierten Rang, beide konnten sich für den Schweizerfinal qualifizieren. Am Schweizerfinal lief Ladina mit einer neuen PB auf den siebten Rang und holte sich damit ein Diplom. Livio schloss das Rennen, nach Verletzung im Sommer, auf dem 23. Rang ab.



73. Generalversammlung

Club-Nachrichten



Uster Mehrkampf Meeting

Als Abschluss einer langen Saison absolvierten zwölf Athletinnen und Athleten aus der U12 und der U14 das traditionelle Mehrkampf Meeting in Uster. Dieser Wettkampf wurde zugleich als Kantonalmeisterschaft im Mehrkampf gewertet. Mit Wetterglück und grosser Motivation, nochmals einen tollen Wettkampf zu zeigen, standen die Athletinnen und Athleten der LVZO am Start. Sie alle erzielten viele tolle Resultate und durften sich nochmals über PBs freuen. Hervorzuheben sind bei diesem Wettkampf die Vize-Kantonalmeister Titel von Ladina

(U12W) und Noel (U12M).

Bounce Lab

Nebst vielen sportlichen Highlights durften sich die Athletinnen und Athleten der Gruppen U10 - U14 über einen Besuch im Bounce Lab in Rüti freuen. An einem heissen Sommerabend, als Abschluss vor den Sommerferien, begab sich die Gruppe nach Rüti. Die Kids und das Trainerteam konnten zwei Stunden lang springen, lachen, Saltos schlagen und zum Abschluss verschwitzt und ausser Atem leckeren Kuchen geniessen.

Das Trainerteam blickt zufrieden und stolz auf eine weitere tolle Saison mit vielen neuen PBs, glücklichen Gesichtern nach erfolgreichen Wettkämpfen und Trainings voller guter Stimmung und Kinderlachen zurück. Wir sind stolz auf unsere Athletinnen und Athleten und freuen uns auf die nächste Saison!

-Katja

Trainerbericht U16+ (Leistungsgruppe)

Eine muntere und motivierte Gruppe stellte sich voller Tatendrang dem Wintertraining der Saison 22/23. Nach den Herbstferien fiel der Startschuss für eine verheissungsvolle Saison.

An den verschiedenen Trainingsstätten wurde geschwitzt, gekämpft, Gewichte gestemmt und an den verschiedenen Disziplinen gefeilt. Jedes absolvierte Training war ein wichtiger

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten

Grundstein für die Basis, welche so wichtig ist für die kommende lange Saison.

Zur Auflockerung des harten Trainingsalltages gab es dann auch diverse Winterwettkämpfe. Einmal mehr konnte sich die LVZO von ihrer besten Seite präsentieren. Beim UBS Kids Cup Teamwettkampf konnten wir mit dem Mixed Team ganz vorne mitmischen und stiessen einmal mehr bis in den Schweizerfinal vor! Bravo!

Qualifikation (1x Sieg und 1x 2. Rang)
Regionalfinal (Sieg)
Schweizerfinal (9. Rang)

Ein kleiner Teil der älteren Athletinnen und Athleten zeigten im Hallenmeeting in St.Gallen, wo ihre Stärken liegen aber auch, an welchen Stellen der Trainer Staff noch «schrauben» muss. Also zurück in den Trainingsalltag und weiter konsequent trainieren!



Der Abschluss des Wintertrainings machte das Trainingslager in Lana. Nach einigen Jahren Absenz im Südtirol konnten wir endlich wieder von den tollen Bedingungen profitieren. Das Wetter war mehrheitlich gut und warm, Kost und Logis einmalig, die Trainings intensiv, abwechslungsreich und zielführend und das Abendprogramm mit diversen Spielen unterhaltsam und lustig. Eine tolle Woche, in der wir uns optimal auf die Freiluftsaison vorbereiten konnten. Jetzt waren alle gespannt auf die ersten Aussenwettkämpfe.



Der Start in die Freiluftsaison war vielversprechend. Es wurden diverse neue PBs erreicht, SM-Limiten geknackt oder einfach tolle technische Fortschritte gemacht.

Bei den U16 war es das Ziel sich über die Q-Wettkämpfen für die Kantonalen Meisterschaften zu qualifizieren. Dies erreichten in dieser Saison Angelina Keiser im Diskus, Marvin Graber in 4 Disziplinen (100m Hürden, Hoch, Weit und Kugel) und Mia Ramsauer sogar in 7 Disziplinen (80 m, 80 m Hürden, Hoch, Weit, Kugel, Diskus, Speer).

73. Generalversammlung

Club-Nachrichten



Leider gab es für die genannten Athletinnen und Athleten keine Medaillen, dennoch waren einige gute Resultat (SM Limite, PBs) darunter.

Ein weiterer Gradmesser für die U16 und U18 Athletinnen und Athleten war die RM in Winterthur. Diese Meisterschaft war ein auf und ab der Gefühle. Dies ging von Verletzungen, über Missgeschicke bis hin zu tollen Leistungen und Medaillen. Unter den Medallenträgern waren Timon Wyss (400 m) mit der bronzenen Auszeichnung und Philipp Landolt (400 m Hürden) mit der Silbermedaille und der erreichten EYOF-Limite!! Herzliche Gratulation!

An weiteren Meetings, UBS Kids Cups und Visana Sprints kamen tolle Resultate und beachtliche Leistungen zustande. Viele konnten die Anfangseuphorie mitnehmen und steigerten sich stetig. Andere stagnierten, gaben aber nie auf und trainierten fleissig weiter.

Der Saisonhöhepunkt ist und bleibt aber die SM. Und an dieser konnten

die Athletinnen und Athleten der LVZO mächtig überzeugen:

- Marvin Graber (U16) / 100 m Hürden mit neuer PB
- Timon Wyss (U18) / 400 m
- Marc Pfister (U18) / 400 m mit neuer PB, Vereinsrekord und Bronzemedaille
- Philipp Landolt (U18) / 400 m Hürden mit neuer PB, Vereinsrekord und Silbermedaille
- Lea Pfister (U20) / 1500 m mit neuer PB, Vereinsrekord und 5. Rang

Auch an der Staffel SM konnten wir mit zwei ZOA Teams trumpfen:

- 4x100 m U18 / 5. Rang
- Olympische Staffel U18 / Silbermedaille und neuer Vereinsrekord

Über die ganze Saison sind folgende Resultate hervorzuheben:

- Anna Pfister / 4 Vereinsrekorde und EYOF-Limite
- Lea Pfister / 3 Vereinsrekorde



- Marc Pfister / 5 Vereinsrekorde / SM-Bronzemedaille
- Philipp Landolt / 2 Vereinsrekorde und EYOF-Limite / SM Silbermedaille

Rückblickend war das Jahr 2023 eine sehr starke Saison der LVZO! Wir hoffen, dass der Flow in die nächste Saison mitgenommen werden kann. Auch an alle, die nicht namentlich erwähnt wurden, gilt: Herzliche Gratulation für jede erkämpfte PB, jede erreichte Limite und jeden technischen Fortschritt, welcher ein persönlicher Erfolg ist. Weiter so!

Für das Trainerteam
-Stephan



UBS Kids Cup Team Regionalfinal

Morgen

Wieder einmal startete der Wettkampftag für die U14 und U16 früh. Diesmal war es der UBS Kids Cup Team Regionalfinal in Amriswil. Der Tag startete mit den Disziplinen Sprung und Sprint. Das U16 Mixed Team, bestehend aus Marvin, Johanna, Mia, Lia und Lenny, durfte als erstes im Stabweitsprung antreten. Die fünf Teammitglieder zeigten hervorragende Sprünge, die teilweise haarscharf an einer höheren Punktzahl vorbeischrämten. Nichts-

destotrotz konnten sie im Stabweitsprung den Disziplinsieg ergattern. Der Risikosprint verlief ebenfalls sehr gut. Fast alle konnten sich im zweiten Versuch verbessern, was auch hier bedeutete: Disziplinsieg. So ging das Team mit nur zwei Rangpunkten und einem grossen Vorsprung in den Biathlon.

Das U14 Mixed Team, bestehend aus Andri, Jana, Cyrill, Janina und Livio, wurde vom 1418 Coach Philipp begleitet. Auch sie konnten trotz gewissen Startschwierigkeiten in der

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



Sprungchallenge noch einige Punkte sammeln, so reichte es in dieser Disziplin für den sechsten Rang. Die Hürdenstafette verlief reibungslos, was für den vierten Rang reichte. Somit belegte das Team vor dem Biathlon Zwischenrang drei.

Der Biathlon lief dem U16 Mixed Team besonders gut. In den letzten Sekunden konnte der allerletzte Töggel getroffen werden. Dies bedeutete den zweiten Rang. Das Team lag somit vor der letzten Disziplin noch immer in Führung. Auch das U14 Mixed Team schlug sich gut im Biathlon. Zwar wurden nicht alle Töggel getroffen, dennoch reichte es zu Rang vier. Dies bedeutete Zwischenrang drei vor der letzten Disziplin.

Der Teamcross war besonders lang, was allen Teams zu schaffen machte. Trotzdem schlugen sich beide Teams hervorragend und klassierten sich auf Rang 4 (U16 Mixed) und Rang 3 (U14 Mixed). In der Endabrechnung hiess das: 1. Rang und Schweizerfinalein-

zug für das U16 Mixed Team und 3. Rang für das U14 Mixed Team. Hier sollte noch erwähnt werden, dass das U14 Mixed Team gleich viele Rangpunkte wie das zweitplatzierte Team erreicht hat. Der Finaleinzug wurde haarscharf verpasst!

Herzliche Gratulation an alle Teammitglieder!

-Géri

Nachmittag

U12

Am Nachmittag trafen die Jüngeren ausgeschlafen, topmotiviert und etwas nervös in Amriswil ein. Auch Leo der Löwe, unser neues Maskottchen hatte den Weg nach Amriswil gefunden, um die Kids zu unterstützen. Die LVZO wurde von zwei Mixed Teams vertreten. Ein U12 Mixed Team, bestehend aus Noel, Leon, Mya, Ladina, Hannah und Mila und ein U10 Mixed Team, bei dem Tim, Samuel, Michelle, Matteo, Fiona, Lenya und Samuel an den Start gingen.

Trotz strengen Bewertungen in den ersten zwei Disziplinen und zwei angeschlagenen Kids, gelang es dem U12 Mixed Team sich in der Zwischenrangliste auf dem hervorragenden ersten Platz einzureihen. Auch beim Biathlon wurden viele Runden gerannt und massenhaft Töggeli abgeworfen. Ohne weitere Zwischenresultate ging das Team an den Start des langge-

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



setzten Teamcross und kämpfte sich durch. Mit Hoffnung und Zuversicht freuten wir uns auf die Siegerehrung. Jedoch hatte sich das Blatt gewendet und wir mussten einigen Teams den Vortritt lassen. Das U12 Mixed Team beendete den Regionalfinal auf dem exzellenten fünften Platz.

U10

Das jüngste Team der LVZO machte den «Weltklasse Sprung» wortwörtlich Weltklasse, denn sie sprangen alle über ihre Erwartungen hinaus. Ohne Fehler gaben sie auch beim Sprint Vollgas. Nach diesen beiden Disziplinen reiten sie sich auf dem fünften Zwischenrang ein.

Ab diesem Zeitpunkt fing unsere Pechsträhne an. Der Biathlon lief gut und viele Töggeli wurden getroffen, jedoch gab es einen Zusammenstoss und eine Platzwunde an der Lippe war die Folge für eines unserer Kids. Nach langem Kühlen entschied sich

die Athletin den Teamcross nicht zu bestreiten. Mit einer Umstellung des Teams gingen wir schlussendlich zu fünf an den Start. Doch das Pech verfolgte uns weiter und ein Athlet verlor seinen Schuh während des Laufes. Total ausgepowert und ohne weitere Unfälle überquerten wir die langersehnte Ziellinie. Nicht nur das Pech verfolgte uns, sondern auch die Zahl fünf. Das U10 Mixed Team platzierte sich wie das U12 Mixed Team auf dem hervorragenden fünften Schlussrang. Nach diesem turbulenten Tag mit vielen Hochs und Tiefs nehmen wir die beiden fünften Plätze mit und sind stolz auf all unsere Kids und natürlich auch auf Leo, welcher uns immer unterstützt hat.

Hiermit verabschieden wir uns von der Hallensaison und freuen uns auf die Wettkämpfe im Sommer.

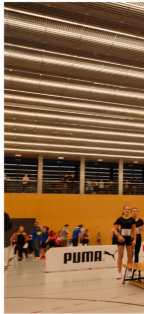
-Nadine



Berichte und Wettkämpfe

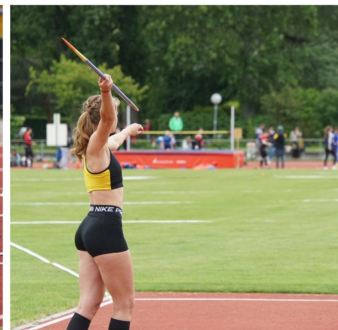
Club-Nachrichten

LVZO 2023 Impressionen



Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



UBS Kids Cup Team Schweizerfinal



Für das Team U16 Mixed Power (Lia, Lenny, Marvin, Johanna, Mia) ging es nach Yverdon-les-Bains (VD) an den UBS Kids Cup Team Schweizerfinal. Die Athletinnen und Athleten fuhren schon einen Tag früher nach Yverdon-les-Bains. Am Samstagmorgen haben wir uns um 7:30 Uhr mit den Coaches Géri und Stephan getroffen. Sie waren am Freitagabend an der GV und sind erst am Morgen früh in Wetzikon losgefahren.

Die Nervosität der Athletinnen und Athleten war spürbar, das Einspringen beim Stabweitsprung ging nicht reibungslos. Ok, jetzt hiess es Nerven behalten und ruhig bleiben. Unsere

erste Disziplin war der Risikosprint. Wir gingen im ersten Durchgang auf Nummer sicher. Bei allen wurde die grüne Tafel angezeigt. Das war ein guter Einstieg. Leider gab es bereits die erste Verletzung, eine schmerzende Schulter. Wir haben alles gegeben für eine bessere Punktzahl beim zweiten Durchgang und wurden 3x mit «grün» belohnt. Wir konnten uns gegenüber dem Regionalfinal steigern und erkämpften uns 16 Punkte (Angabe in der Rangliste ist leider falsch). Die zweite Disziplin war der Stabweitsprung. Wir waren glücklich mit den fünf gültigen Sprüngen im ersten Durchgang (1x3, 4x4) und die Motivation gross, uns im zweiten Durchgang zu steigern, da die nächste höhere Limite bei allen in Reichweite lag. Super, dreimal gelang eine Verbesserung und zweimal leider nicht (Endresultat: 3x4 und 2x5 Punkte). Auch in dieser Disziplin haben wir uns um zwei Punkte verbessert. In der anschliessenden Pause haben wir Blessuren versorgt und uns verpflegt. Eine Premiere erlebten wir beim Biathlon. Wir mussten den Start-/Wurfplatz mit keinem anderen Team teilen. Leider hat uns das kein zusätzliches Glück gebracht. Die Anzahl absolvierten Runden war gut, jedoch haben wir

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



für eine bessere Platzierung zu wenig Pylonen getroffen. Der Start im abschliessenden Teamcross verlief alles andere als gut. Es war inmitten vieler grossen und rempelnden Athletinnen und Athleten schwierig, sich durchzukämpfen. So musste das Feld von hinten aufgeholt werden. Das gelang auch, es konnten vier Positionen gutgemacht werden. Leider gab es zwei Stürze, weil unsere Athletinnen und Athleten angerempelt wurden. Johanna konnte aufgrund ihrer Verletzung nicht mehr zum zweiten Durchgang antreten. Schnell und hektisch musste sich die Gruppe neu organisieren und orientieren, damit das Ziel erreicht werden konnte. Mit dem neunten Schlussrang waren wir nicht so recht zufrieden. Wir hatten uns aufgrund der Leistungssteigerung eine bessere Rangierung erhofft. Aber trotzdem waren wir froh, dass niemand ernsthafter verletzt wurde.

Zwei Familien blieben noch einen weiteren Tag in Yverdon, die anderen nahmen müde die Heimreise unter die Räder. Yverdon war eine Reise wert – wir sind stolz, die LVZO in der Westschweiz vertreten zu haben!

-Johanna und Mia



Regionenmeisterschaften Ost

Auch an der diesjährigen Ausgabe der RM standen wieder mehrere Athletinnen und Athleten in Schwarz-Gelb am Start. Das Wetter war sehr schön, doch fast etwas zu heiss. Leider gab es einige nicht zufriedenstellende Leistungen für die Athletinnen und Athleten, eine Verletzung und Schwierigkeiten mit dem Zeitplan.

Nach einer etwas knappen Anreise trat Levin im Kugelstossen an. Nach nur einem Stoss war schon Schluss, denn der Sprint war genau zeitgleich. Dementsprechend wenig aufgewärmt trat Levin an die Startlinie und holte sich im Rennen eine Zerrung am hinteren Oberschenkel. Wir wünschen gute Besserung!

Auch Tobias konnte sich nicht mit der Konkurrenz messen, denn er hatte muskuläre Probleme und wollte gar nicht erst antreten.

Eine weitere bittere Erfahrung musste Marc machen. Voll ready für den Wettkampf hat er die Callroom-Zeit im Speer verpasst und durfte nicht antreten. Dafür holte er sich im Weitsprung eine solide Weite ab, die knapp nicht für drei weitere Sprünge reichte. Im Sprint zündete er aber den Turbo und lief in einer Zeit von 11.54 Sekunden zur SM-Limite. Gratulation!



Im Weitsprung startete auch Philipp in der Kategorie U18. Er konnte eine solide Sprungserie zeigen, die zwar nicht ganz an die PB herankam, doch sehr konstant war. Er erreichte mit einer Weite von 6.14 Metern den 5. Rang.

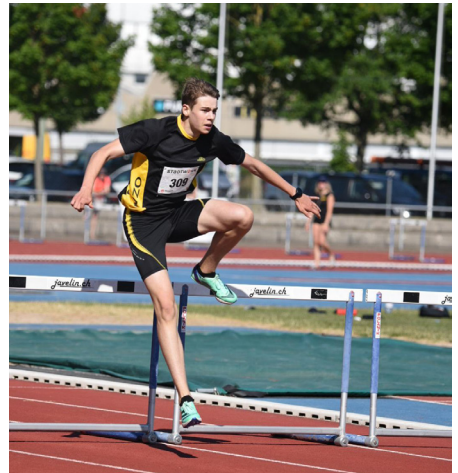
Freuen durfte sich auch Marvin, der im Sprint und in den Hürden eine PB erreichte und auch die Kugel auf eine zufriedenstellende Weite stiess.

Auch Mia hätte sich vom ganzen Wettkampf mehr erhofft. Sie trat im Sprint, Weitsprung, Hochsprung, Kugel und Diskus an und hatte eines der längsten Programme aller LVZO Athleten. Im Sprint lief sie verdient zu einer neuen PB und auch mit dem Kugelwettkampf war sie ganz zufrieden.

Am Sonntag standen auch noch die Läufe an. Da waren Timon im 400m und Philipp im 400m Hürdenlauf vertreten. Timon zeigte ein sehr gutes Rennen und lief sehr kontrolliert auf seiner Bahn. Auf den letzten 100m spürte er dann aber das Laktat und seine Beine wurden müde. Trotzdem konnte er sich als Dritter über die Zielinie werfen und gewann Bronze!

Philipp war kurz darauf an der Reihe. Der Rhythmus zwischen den Hürden passte und er konnte alle zehn Hürden sauber überqueren. Am Schluss reichten die Kräfte sogar noch für eine kleine Tempoverschärfung und er fing den Führenden beinahe noch ab. Er gewann die Silbermedaille und die Zeit bedeutete sogar noch EYOF-Limite!

Ein Wochenende mit Hochs und Tiefs und zwei Medaillen geht zu Ende. Am



Schluss können wir aber trotzdem auf einen lehrreichen Wettkampf zurückschauen und freuen uns die zweite Hälfte der Saison in Angriff zu nehmen!

-Philipp

Kantonale Einkampfmeisterschaften

Am Samstag, 08. Juli, fanden die Kantonalen Einkampfmeisterschaften der Q-Wettkampfsreihe der U12-U16 auf der altbekannten Anlage im Sihlhölzli statt. Nach und nach trafen neun unserer LVZO-Athletinnen und Athleten bei sonnigen, fast schon zu heissen Temperaturen ein. Mit im

Gepäck ein Camping Stuhl und ein Wasserzerstäuber für die kühle Erfrischung zwischendurch. Unsere neun Athletinnen und Athleten standen in insgesamt 23 Einsätzen am Start, bei denen sie um Medaillen kämpften und etliche PBs erzielten. Bemerkenswert war die Leistung von Mia, sie hat sich

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



in sieben von acht Disziplinen qualifiziert und bestritt all diese Finals am selben Tag. Auch Marvin beeindruckte mit seinem nicht makellosen 100 m Hürden Lauf und stellte eine neue persönliche Bestleistung auf, die für ihn die SM-Limite bedeutete.

An den diesjährigen Meisterschaften holte sich der LVZO einen ganzen Medallensatz von zwei U12 Mädels. Die Bronzemedaille gewann Mya mit etwas Gegenwind und Zentimeter-Glück im Drehwurf. Die



Silbermedaille ging an Ladina im Hochsprung, bei dem sie wortwörtlich hochhinaus sprang und ihre PB um 12 cm verbesserte. Nach diesem Erfolg, einer Kaltwasserdusche und einem sensationellen Schlusssprint gewann Ladina im 600 m Lauf die Goldmedaille und wurde ihren Erwartungen gerecht.

Die Athletinnen und Athleten haben bewiesen, dass sie auch bei heissen Temperaturen ihre Leistungen abrufen können. Wir gratulieren allen zu ihren erbrachten Leistungen und freuen uns auf die zweite Saisonhälfte.

Medallensatz:

Gold:

Ladina Heusser: (WU12): 600 m
(1:54.79 min)

Silber:

Ladina Heusser: (W12): Hoch
(1.32 m)

Bronze:

Mya Scheurer: (WU12): Drehwurf
(21.04 m)

Weitere Resultate:

MU16: Marvin Graber:

- Weit (12./ 4.66 m)
- Hoch (9./ 1.50 m)
- Kugel (8./ 10.02 m)
- 100 m H (HF/ 15.51s)

WU16: Mia Ramsauer:

- Weit (12./ 4.40 m)
- Hoch (6./ 1.45 m)
- Diskus (9./ 19.72 m)
- Speer (11./ 26.41 m)
- Kugel (6./ 9.22 m)
- 80 m (HF/ 10.91 s)
- 80 m H (HF/ 13.66 s)

WU16: Angelina Keiser:

- Diskus (6./ 23.12 m)

MU14: Livio Caflisch:

- 60 m (HF/ 8.83 s)
- 600m (9./ 1:47.42 s)

MU14: Cyril Grob:

- Speer (5./ 29.41 m)

WU12: Rauber Hannah:

- Drehwurf (5./ 19.83 m)

WU12: Rauber Mila:

- Drehwurf (12./ 14.94 m)

WU12: Mya Scheurer:

- Ball (12./ 26.36 m)

WU12: Ladina Heusser:

- Drehwurf (4./ 21.00 m)
- Ball (7./ 29.74 m)

-Nadine



Visana Sprint Kantonalfinal



Am Sonntag, 9. Juli bei über 30° Grad stand auf der Sportanlage Sihlhölzli der Kantonalfinal des Visana Sprints an. Mit einer Delegation von 15 LVZO Athletinnen und Athleten waren unsere Farben stark vertreten. Die meisten Athletinnen und Athleten hatten bereits die Kantonalen Einzelkampfmeisterschaften vom Samstag in den Beinen.

Den Start machten unsere Jüngsten mit Eva in der Kategorie W8 und Matteo in der Kategorie M9. Für beide ist es ihre erste Leichtathletik-Saison und auch der erste Kantonalfinal, was natürlich mit viel Nervosität verbunden war. Nach dem Vorlauf war zwar für beide Schluss, aber sie zeigten beide eine super Leistung.

Weiter ging es mit den Kategorien W/M10, vertreten durch Mila und Noel. Zum zweiten Mal in Folge fehlten Mila nur wenige Hundertstel für den Halbfinal, aber sie darf trotzdem stolz auf

ihre Leistung sein. Noel stand nach sehr starken Zeiten im Vorlauf und Halbfinal als klarer Favorit im Final. Dort konnte er sich, obwohl er von Schmerzen geplagt wurde, durchsetzen und durfte sich die goldene Medaille umhängen lassen.

In der Kategorie M11 startete Leon, welcher sich ebenfalls bis in den Final vorkämpfte und sich dort die bronzenne Medaille umhängen lassen durfte. Die Kategorie W11 war mit Hannah, Mya, Alessia und Ladina gleich vierfach vertreten. Der Vorlauf bedeutete für Mya und Alessia leider Endstation. Hannah schaffte es bis in den Halbfinal und Ladina erkämpfte sich mit dem 6. Rang im Final ein Diplom.

Emily, Lynn und Anina starteten bei den W12. Für Anina war trotz solider Zeit nach dem Vorlauf Endstation. Emily und Lynn durften im Halbfinal nochmals an den Start. Bei den M12 startete Livio über 60 Meter. Er sprin-

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



tete bis in den Final und holte sich dort in einem engen Rennen die Silbermedaille.

Am Nachmittag starteten die älteren über 80 Meter. Den Anfang machte Mika in der Kategorie M14. Eine Kategorie ohne Vorläufe, weshalb direkt der Halbfinal anstand. Aufgrund wenigen Hundertstel war dort aber bereits Endstation.

In der Kategorie W15 war Mia am



Start und kämpfte sich über Vorlauf und Halbfinal bis in den Final. Dort konnte sie sich mit dem 5. Rang und einer tollen Zeit ein Diplom abholen.

Herzliche Gratulation an Livio und Noel für die Qualifikation zum Visana Sprint Schweizerfinal.

Mit sieben Halbfinalqualifikationen, fünf Finalqualifikationen, zwei Diplomen und drei Medaillen war es ein erfolgreicher Sonntag für die LVZO. Wir sind stolz auf euch alle!

Geniesst nun eure Sommerferien und tankt viel Kraft und Energie für die zweite Saisonhälfte.

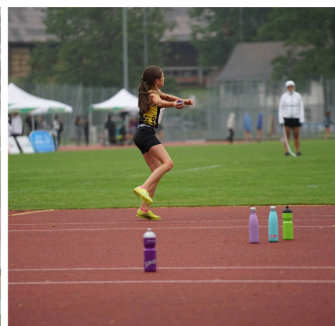
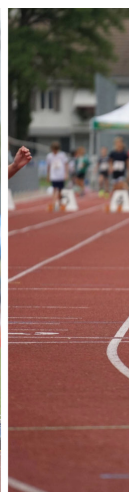
-Lea



Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten

UBS KidsCup Kantonalfinal Bilder



Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten

Staffel Schweizermeisterschaften Bilder





UBS Kids Cup Schweizerfinal



Nachdem am Donnerstag die Stars der Leichtathletik im Letzigrund am Diamond League Meeting Höchstleistungen zeigten, war am Samstag der Schweizer Leichtathletiknachwuchs an der Reihe und durfte sein Können zeigen.

Die Farben der LVZO wurden dabei von Leon (M11) und Noel (M10) vertreten. Beide waren in der Woche zuvor krank und auch am Samstag noch nicht wieder im Vollbesitz ihrer Kräfte. Trotzdem freuten sich die beiden auf den Wettkampf und waren motiviert ihr Bestes zu zeigen.

Den Anfang machte Noel im 60 m Sprint. Mit 8.81 s sprintete er zur viertbesten Zeit des Tages. Trotzdem war er etwas enttäuscht, da er im Vorfeld die schnellste Zeit aller Qualifizierten hatte. Im Anschluss stand für ihn der Ballwurf an. Mit 33.22 m warf er den Ball auf eine neue Bestweite und konnte mit neuem Schwung zum Weitsprung antreten. Dort ging sein weitester Satz auf 4.84 m, was ebenfalls eine neue PB ist und ihm sogar den Tagessieg einbrachte. Schlussendlich erreichte Noel den 5. Schlussrang und mit total 1429 Punkten auch eine neue PB und einen neuen Vereinsrekord in der Kategorie M10.

Kurz nach Noel startete Leon in seinen Wettkampf, ebenfalls mit dem 60 m Sprint, wo die Uhr für ihn bei 9.01 s stoppte. Eine gute Zeit, nach zwei Fehlstarts in seiner Serie und einem Stolperer auf den ersten Metern. Im Ballwurf schaute mit 46.51 m auch für ihn eine neue PB und der vierte Disziplinenrang raus. Die dritte Disziplin war auch für ihn der Weitsprung, wo er mit 4.52 m ebenfalls weiter als je zuvor sprang.

Mit 1494 Punkten landete Leon auf dem 11. Schlussrang (punktgleich mit dem 10. Platzierten). Das ist eine neue PB für ihn und ein neuer Vereinsrekord in seiner Kategorie. Beide Jungs haben ihr Bestes ge-

geben, tolle Resultate erzielt und vor allem wichtige Erfahrungen für die Zukunft gesammelt. Wir Trainerinnen sind stolz auf euch!

-Katja



SM U16/U18 Frauenfeld und SM U20/U23 Lausanne

Samstag

An diesem Wochenende fand der Saisonhöhepunkt statt. Die LVZO war mit einer kleinen aber starken Truppe am Start. Davon vier Athleten in Frauenfeld und eine Athletin in Lausanne. Die Wettervorhersage liess auf gute Bedingungen schliessen, es stand guten Leistungen nichts im Weg.

Dies nutzte Philipp, der als erster beim 400 m Hürdenvorlauf seinen Finalplatz sichern wollte. Dank gutem Rhythmus und einer körperlich guten Verfassung konnte er sich souverän über den Rang für den Final qualifizieren. Für ihn hiess es nun gut auslaufen und Beine hochlagern.

Am Nachmittag stiegen die Temperaturen rasant an und die Schatten-

plätze waren heiss begehrt. Marc und Timon mussten mit dieser Hitze im 400 m Vorlauf klarkommen. Marc lief leichtfüssig nahe an seine PB heran und konnte sich über den Rang den Finalplatz sichern. Auch Timon schoss aus dem Startblock und lief sehr konstant, obwohl seine Beine auf den letzten 100 Metern zu kämpfen hatten. Er wurde dritter in seiner Serie und konnte sich leider nicht für den morgigen Final qualifizieren, jedoch schliesst er mit einem Top Ten Platz ab.

Marc startete auch noch über die Königsdisziplin, den 100 m. Wohl gemerkt nach dem Laktatangriff während der 400 m. Die Zeit auch dementsprechend mässig, jedoch galt nun die ganze Aufmerksamkeit dem Sonntag! Währenddessen lief Lea in Lausanne ihren 1500 m Vorlauf. Die Stimmung

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



war ausgezeichnet und die Athletinnen heiss auf die Finalplätze. Lea konnte sich in einem taktischen, unruhigen Feld durchsetzen und sich einen Finalplatz ergattern.

Sonntag

Frisch und munter stand Marc an der 110 m Hürdenstartlinie. Fokus nicht verletzten für das 400 m Finale. Er lieferte sich ein packendes Rennen mit seinem Kontrahenten auf der Bahn 1. Mit 16.01 s verlor er das Rennen um eine Hundertstelsekunde. Abhaken und Konzentration auf den Final über die ganze Bahnrunde.

Marvin schwebte im 100 m Hürdenvorlauf mit einer wunderschönen Technik zu einer neuen PB. In seiner ersten Saison hat er sogleich den Sprung auf die nationale Bühne geschafft. Gratulation!

Bei Lea ging es in Lausanne zur Sa-

che. In einem stark besetzten Feld wollte sie ihre PB senken. Dieses Ziel konnte sie erreichen und lief so schnell wie noch nie. Sie verbesserte ihre Zeit um satte fünf Sekunden und platzierte sich in den Top Five. Herzliche Gratulation zu dieser fantastischen Leistung!

Für Marc galt nun Time to shine! Der letztjährige 600m-Schweizermeister war voller Adrenalin und hungrig auf einen weiteren Erfolg. Mit einem Blitzstart und einer sauberen Beschleunigung befand er sich nach der ersten Hälfte auf Podestkurs. Die Kurve nahm er mit Schwung und schoss auf die Zielgerade zu. Zu diesem Zeit-



Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



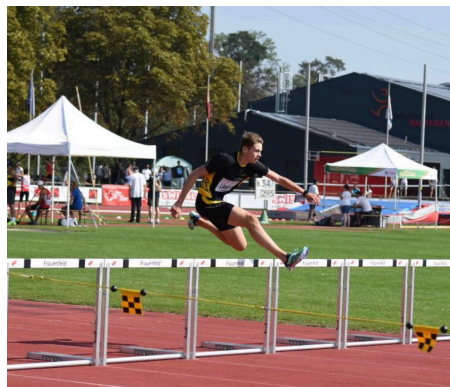
punkt war nur ein Gedanke präsent: «Bisse, bisse, bisse!». Mit grossen Schritten überquerte er jubelnd die Ziellinie, denn es hatte zum dritten Rang gereicht! Als Achter angereist ging er mit Bronze und einer Zeit von 50.37 s nach Hause. Diese Zeit zerschmetterte den 45-jährigen Clubrekord! Was für ein Erfolg als jüngerer Jahrgang in der U18!

Vor kurzer Zeit noch am Anfeuern wartete Philipp mit Tunnelblick auf seinen grossen Einsatz. Die Nervosität war kaum aushaltbar und die Hitze ebenfalls. Der Startschuss fiel und Philipp attackierte sein erstes Hindernis. Er fand rasch in seinen Rhythmus und nahm Fahrt auf. Nach der ersten Rennhälfte konnte er sich dank konstantem Rhythmus von der Masse lösen. Auf der Zielgerade fand er sich im direkten Duell um den zweiten Rang. Bis zur letzten Hürde war noch nichts entschieden, doch Philipp konnte mit starkem Willen seine letzte Kraftreserve mobilisieren und warf sich auf

den Vizeschweizermeistertitel! So kaputt war er, dass es weniger ein Jubeln war, als ein höchstzufriedenes, ungläubiges Daliegen. Mit 54.29 s schraubte er den Clubrekord nochmals deutlich nach unten und platzierte sich als neunter in der U18-Allzeitbestenliste!

Eine SM mit grossartigen Leistungen ging zu Ende. Viele schöne Erinnerungen und Medaillen wurden gesammelt. Wir bedanken uns bei allen Trainern, Fans und sonstigen Unterstützern.

-Marc und Philipp



Visana Sprint Schweizerfinal



Noel und Livio vertraten die LVZO am Visana Sprint Schweizerfinal in Fribourg. Aufgrund einer Lungenentzündung zwei Wochen zuvor und einem gebrochenen Arm im Sommer waren beide leider nicht hundertprozentig fit. Dennoch waren die beiden motiviert ihre schnellsten Sprints auf der extra ausgelegten Bahn mitten in Fribourg zu zeigen.

Den Start machte Noel in der M10. Er war als schnellster Sprinter seiner Kategorie angereist und hatte sich dementsprechend hohe Ziele gesteckt. Seinen Vorlauf konnte er, trotz Problemen am Start, für sich entscheiden. Über seine Zeit war er dennoch etwas enttäuscht. Nach Rücksprache mit

seinen Trainerinnen stellte er seinen Start für den Halbfinal um und lief sogleich eine schnellere Zeit, die ihn als Sieger seiner Serie in den Final brachte. Trotz Schmerzen in der Leiste trat er nochmals voller Motivation an. In einem knappen Rennen ersprintete er sich mit 8.67 s die Silbermedaille. Nachdem die erste Enttäuschung verfliegen war, der Rückstand auf den Sieger beträgt nur fünf Hundertstel, konnte er sich bald über diese tolle Leistung freuen.

Kurz nach Noel stieg Livio bei den M12 in den Startblock. Die Zeit stoppte bei 9.20 s, was deutlich über seiner PB liegt, was angesichts der langen Trainingspause im Sommer aber immer noch eine tolle Leistung ist. Für ihn war im Vorlauf bereits Endstation, dennoch konnte er wichtige Erfahrungen sammeln.

Herzliche Gratulation euch beiden!

-Katja



Mille Gruyère Schweizerfinal

Ladina (W11) und Livio (M12) standen in Regensdorf am Mille Gruyère Schweizerfinal über 1000 m am Start. Zuerst nahm Ladina die 2.5 Bahn-runden unter die Füsse. Nach einem schnellen Start ihrer Serie konnte sie sich in der Mitte des Feldes einreihen. Über die nächsten Runden konnte sie kontinuierlich Plätze gut machen und ergatterte sich in einem beherzten Schlussspurt und Zieleinwurf den tollen siebten Rang. Mit einer Zeit von 3:22:24 min gabs zudem eine PB mit dazu.

Kurze Zeit später trat Livio seinen Wettkampf an. In einem sehr schnellen Rennen konnte er mit den vor-dersten Läufern leider nicht ganz mit-halten. Er beendete den Wettkampf auf dem 23. Schlussrang und einer Zeit von 3:27:34 min, womit er nicht ganz an seine PB herankam.

Herzliche Gratulation euch beiden!

-Katja

Kantonales Mehrkampfmeeting

U12W

Im 60 m Sprint fiel der Startschuss und drei U12 Mädels sprinteten ein allererstes Mal durchs Ziel. Mit dabei waren Ladina, Yana und Alessia. Mit den ersten gewonnen Punkten ging es direkt zum Weitsprung. Bei einigen passte der Anlauf perfekt, bei anderen brauchte es etliche Korrekturen und Nerven, bis der Absprung innerhalb der Zone war. Trotz wenigen Tränen und einem, vor kurzer Zeit gestauchten Fuss, sprangen die drei nahe an ihre persönlichen Bestleistungen heran oder toppten diese im heutigen Wettkampf. Kurze Pause und

und weiter ging der Wettkampf für die drei mit Kugelstossen. Ohne Millimeterglück stiess Yana ihre Kugel im ersten Versuch auf 3.99 m. Leider konnte sie die 4 Meter nicht knacken, trotzdem ist diese gemessene Weite für sie eine neue persönliche Bestleistung. Auch beim ersten Versuch von Ladina flog die Kugel weit und löste eine PB aus. Doch das war nicht alles. Mit der gewonnenen Energie und zwei Liegestützen stiess sie die Kugel beim zweiten und dritten Versuch nochmals weiter und schloss das Kugelstossen mit einer PB und einer Weite von 6.77 m ab. Alessia stiess ihre Kugel mit einem Standstoss und schloss ihren

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten

Wettkampf mit einer Weite von 4.76 m ab.

Als Abschluss des Vierkampfes stand der 600 m Lauf auf dem Zeitplan. Alle drei kamen sicher im Ziel an und schlossen mit einem letzten Zieleinlauf ihren Vierkampf ab. Von 60 Athletinnen war Ladina die schnellste im 600 m Lauf und erreichte zusätzlich noch eine persönliche Bestleistung. Mit diesen drei PBs im Gepäck und einer Differenz von 32 Punkten durfte sich Ladina die verdiente Silbermedaille umhängen lassen und sich zur Vizekantonalmeisterin mit 2082 Punkten im Mehrkampf künden lassen.

Alessia schloss ihren Wettkampf auf dem 44. Rang ab und Yana auf dem 60. Rang.



U12M

Bei den U12 männlich wurde die LVZO durch die Geschwister Leon und Noel vertreten. Noch ohne Verspätung starteten sie in ihren Vierkampf mit dem 60 m Sprint. Im Weitsprung sprangen sie nahe an ihre Bestleistungen heran und im Kugelstossen stießen sie die Kugel mit einer schönen Technik ziemlich weit. Mit 50 Minuten Verspätung durften sie endlich ihren 600 m Lauf, und somit die letzte Disziplin, in Angriff nehmen.

Leon schloss seinen Mehrkampf auf dem hervorragenden 7. Rang mit 1476 ab und Noel gelang der Schritt unter die besten drei. Er durfte sich die Silbermedaille mit starken 1680 Punkten umhängen lassen.

U14W

Am Sonntag standen fünf U14 Athletinnen mit Nervosität am Start. Mit von der Partie waren Louise, Lynn, Anina, Jana und Emily. Nach einem chaotischen Einstieg und 100 Gegnerinnen sprinteten die fünf über die 60 m ins Ziel. Die einen erreichten eine neue PB, die anderen waren etwas enttäuscht von ihrer gelaufenen Zeit. Nach kritischen Untersuchungen der Gesamtergebnisse ging es weiter mit Kugelstossen. Auch in dieser Disziplin stiessen sie die Kugel weit und so kam es zu zwei neuen PBs. Aufgrund einer Verspätung erhielten die fünf im Hochsprung nur einen Probesprung, was den Entscheid mit der Anfangs-

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten



höhe erschwerte. Doch sie liessen sich nicht beirren, sprangen zu drei neuen PBs und setzten die Verbesserungsratschläge ausgezeichnet um. Ohne Pause ging es direkt weiter mit Weisprung. Wie bei den weiblichen U12 passte der Anlauf nicht bei allen und es brauchte viele Korrekturen, um gültige Sprünge zu springen. Der nicht so beliebte 600 m Lauf machte den Abschluss des Fünfkampfes. Jedoch wurde der Start des Laufes aus technischen Gründen um 60 Minuten nach hinten verschoben, was für alle Athletinnen nervenaufreibend war. Trotz dessen und den warmen Temperaturen schlossen alle fünf ihren Fünfkampf mit Stolz und vielen persönlichen Bestleistungen ab.

Resultate:

Emily: Rang 22, 2431 Punkte

Jana: Rang 52, 2093 Punkte

Lynn: Rang 66, 1916 Punkte

Anina: Rang 77, 1795 Punkte

Louise: Rang 78, 1769 Punkte

-Nadine

U14M

Am Sonntagmorgen eröffneten die U14 Jungs den Wettkampftag. Mit dabei bei diesem Fünfkampf waren Cyril und Andri. Die 60 m, noch bei kühleren Temperaturen, wurden von beiden mit soliden Zeiten hinter sich gebracht. Ohne Pause ging es direkt weiter zum Weitsprung. Cyril sprang nach anfänglichen Anlaufschwierigkeiten und Oberschenkelschmerzen 4 cm an seine persönliche Bestleistung heran. Nicht ganz so zufrieden mit dem Weitsprung war Andri, da sein wohl bester Versuch knapp ungültig war. Nach leichter Verzögerung,



Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten

was gut dazu diente Cyril's Ober-schenkelschmerzen weg zu zaubern, stand auch bereits der Hochsprung an. Beide durften sich mit der starken Höhe von 1.35 m am Ende zufrieden-geben. Nun mit Verspätung ging es weiter beim Kugelstossen. Andri ver-besserte seine persönliche Bestlei-tung auf 7.44 m und auch Cyril stoss die Kugel in die Nähe seiner Bestmar-ke. Zum Widerwillen der einen stand zum Schluss noch der 600 m auf dem Programm. Beide Jungs dürfen zufried-ten sein mit ihren 600 m, wobei Andri sogar noch eine PB nach Hause neh-men darf. Und nun dürfen beide die Saison mit einem gelungenen Wett-kampf abschliessen.

-Lea

U16M

Auch für die U16 stand an diesem Wochenende der letzte Wettkampf der Sommersaison an. Früh morgens ging der Sechskampf der U16M los mit Hürden. Nach einem Fehlstart und kurzer Wartezeit waren Lenny und Marvin über die Hürden unterwegs. Beide, trotz schwierigem Start, mit einer super Zeit. So kann ein Sechs-kampf begonnen werden. Der folgen-de Weitsprung und das Kugelstossen blieben ohne Exploit. Dafür ist der Hochsprung umso besser gelungen. Für Lenny gab es eine neue PB und Marvin konnte seine PB egalisieren. Leider war der Diskus nach 2.5 Stun-



den Wartezeit dann nicht mehr perfekt gelungen.

U16W

Mia, die einzige U16 Athletin musste erst später auf den Wettkampfplatz kommen. Für sie stand ein Fünf-kampf an. Gestartet mit dem 80 m Sprint ging es weiter zu Weitsprung und Kugelstossen. Im Kugelstossen hatte sie ihr Ziel nur knapp verpasst. Der folgende Hochsprung war wieder-um ein Kampf. Nach einem perfekten Einspringen und langer Wartezeit, da viele schon bei einer tieferen Höhe ei-gestiegen waren, lief der Hochsprung überhaupt nicht nach Plan.

Berichte und Wettkämpfe

Club-Nachrichten

Der abschliessende 1000 m Lauf war für alle drei U16 Athletinnen und Athleten ein Kampf, sie sind jedoch alle zufrieden im Ziel angekommen.

Für den letzten Wettkampf der Saison sind nochmals einige super Zeiten, Weiten und Höhen erreicht worden.

-Géri

Die Saisonpause haben sich diese Athletinnen und Athleten nun definitiv verdient.

Wir gratulieren allen Athletinnen und Athleten zu ihren erreichten Resultaten und wünschen allen eine etwas erholsamere Wintersaison.

Ich mache auch mit!



Ich möchte der LVZO beitreten als:

- Aktivmitglied Leistungssport/Jugendспорт
- Aktivmitglied Breitensport
- Passivmitglied

Vorname, Name:

Strasse:

PLZ / Ort:

Geb.-Datum: Telefon:

Datum und Unterschrift:

(bei Minderjährigen Unterschrift der Eltern)

Ich bin einverstanden, dass Fotos von mir/unserem Kind in den Club-Nachrichten und auf der Homepage www.lvzo.ch veröffentlicht werden.

Einsenden an: kassier@lvzo.ch

LVZO in der Schweizer Bestenliste

Club-Nachrichten

Herren / Männlich

Männlich U12

60 m	11. Noel Onuchukwu	8.53 s
6x frei	12. Noel Onuchukwu / Eric Steiner / Matteo Russo / Nicola Zollinger / Florian Vogt / Leon Onuchukwu	61.29 s
Weitsprung Zone	6. Noel Onuchukwu	4.84 m
Kugel 2.5 kg	13. Noel Onuchukwu	7.75 m
Ball 200 gr	9. Leon Onuchukwu	46.51 m
UBS Kids Cup	14. Leon Onuchukwu	1494 Punkte
UBS Kids Cup	25. Noel Onuchukwu	1429 Punkte

Männlich U14

Drehwurf	14. Andri Ruf	26.03 m
----------	---------------	---------

Männlich U16

5x 80 m	22. Lenny Gut / Severin Keller / Mika Lechner / Marvin Graber / Levin Züst	48.90 s
---------	-------------------------------------------------------------------------------	---------

Männlich U18

80 m	20. Marc Pfister	9.52 s
300 m	22. Philipp Landolt	37.92 s
300 m	25. Timon Wyss	38.09 s
400 m	5. Marc Pfister	50.37 s
400 m	11. Timon Wyss	51.44 s
400 m	15. Philipp Landolt	51.68 s
300 m Hürden	3. Philipp Landolt	40.21 s
400 m Hürden	3. Philipp Landolt	54.29 s
4x100 m	6. ZOA mit Marc Pfister / Philipp Landolt / Julian Brunner / Kimi Raphael Eugster / Timon Wyss	44.04 s
Staffel olympisch	3. ZOA mit Marc Pfister / Timon Wyss / Julian Brunner / Kimi Raphael Eugster / Philipp Landolt	3:30.69 min
Weitsprung	21. Philipp Landolt	6.40 m
Zehnkampf	10. Marc Pfister	5966 Punkte
Zehnkampf	16. Philipp Landolt	5382 Punkte

LVZO in der Schweizer Bestenliste

Club-Nachrichten

Männlich U20

400 m	20. Marc Pfister (U18)	50.37 s
4x100 m	18. ZOA (U18) mit Marc Pfister / Philipp Landolt / Julian Brunner / Kimi Raphael Eugster / Timon Wyss	44.04 s
Staffel olympisch	9. ZOA (U18) mit Marc Pfister / Timon Wyss / Julian Brunner / Kimi Raphael Eugster / Philipp Landolt	3:30.69 min

Männlich U23

400 m Hürden	3. Philipp Landolt (U18)	54.29 s
4x100 m	20. ZOA (U18) mit Marc Pfister / Philipp Landolt / Julian Brunner / Kimi Raphael Eugster / Timon Wyss	44.04 s
Staffel olympisch	9. ZOA (U18) mit Marc Pfister / Timon Wyss / Julian Brunner / Kimi Raphael Eugster / Philipp Landolt	3:30.69 min

LVZO in der Schweizer Bestenliste

Club-Nachrichten

Frauen / Weiblich

Weiblich U12

60 m	30. Ladina Heusser	8.80 s
600 m	5. Ladina Heusser	1:52.12 min
1000 m	7. Ladina Heusser	3:22.24 min
60 m Hürden	4. Ladina Heusser	12.04 s
6x frei	28. Hannah Rauber / Yana Achermann / Mila Rauber / Michelle Heusser / Mya Scheurer / Ladina Heusser	62.5 s
Hochsprung	7. Ladina Heusser	1.35 m
Weitsprung	15. Ladina Heusser	4.46 m
Kugel 2.5 kg	17. Ladina Heusser	6.77 m
Drehwurf	4. Ladina Heusser	21.56 m
Drehwurf	6. Mya Scheurer	21.04 m
Drehwurf	7. Hannah Rauber	20.90 m
Drehwurf	18. Mila Rauber	18.70 m

Weiblich U18

80 m	14. Anna Pfister	10.27 s
150 m	5. Anna Pfister	19.05 s
200 m	25. Anna Pfister	25.86 s
600 m	10. Anna Pfister	1:35.72 min
800 m	13. Anna Pfister	2:17.49 min
100 m Hürden 76.2	15. Anna Pfister	14.56 s
Hoch	30. Anna Pfister	1.58 m
Weit	23. Anna Pfister	5.36 m
Kugel 3 kg	16. Anna Pfister	12.21 m
Speer 500 gr	4. Anna Pfister	45.20 m
Siebenkampf U18 W	2. Anna Pfister	5342 Punkte

Weiblich U20

150 m	28. Anna Pfister (U18)	19.05 s
600 m	13. Anna Pfister (U18)	1:35.72 min
800 m	21. Anna Pfister (U18)	2:17.49 min
800m	26. Lea Pfister	2:18.32 min
1500 m	14. Lea Pfister	4:41.36 min
2000 m Steeple	3. Lea Pfister	7:08.06 min

Weiblich U23

600 m	17. Anna Pfister (U18)	1:35.72 min
1500 m	27. Lea Pfister (U20)	4:41.36 min
100 m Hürden 76.2	15. Anna Pfister (U18)	14.56 s
2000 m Steeple	5. Lea Pfister (U20)	7:08.06 min

LVZO-Clubrekorde

Herren / Männlich

Männliche U12/14

Kids Cup M10	Noel Onuchukwu	1429 Punkte
Kids Cup M11	Leon Onuchukwu	1494 Punkte

Männliche U16/18

400 m	Marc Pfister	50.37 s
110 m Hürden (U18)	Marc Pfister	15.78 s
400 m Hürden	Philipp Landolt	54.29 s
Stab	Marc Pfister	3.20 m
Diskus 1.5 kg	Philipp Landolt	32.83 m
Zehnkampf	Marc Pfister	5966 Punkte
Staffel olympisch	Pfister / Wyss / Brunner / Eugster	3:30.69 min

Frauen / Weiblich

Weibliche U16/U18

800 m	Anna Pfister	2:17.49 min
100 m Hürden	Anna Pfister	14.56 s
Speer	Anna Pfister	45.20 m
Siebenkampf	Anna Pfister	5342 Punkte

Juniorinnen/Frauen

800 m	Lea Pfister	2:18.32 min
1500 m	Lea Pfister	4:41.36 min
2000 m Steeple	Lea Pfister	7:08.06 min

LVZO-Adressen

Club-Nachrichten

LVZO-Adressen

Vorstand

Michael Jauch	Präsident praesident@lvzo.ch / 079 248 41 06
Markus Hertig	Kassier kassier@lvzo.ch / 079 608 83 12
Andreas Sprenger	Aktuar aktuare@lvzo.ch / 079 824 48 86
Melanie Hindermann	Sportliche Leiterin sportliche_leitung@lvzo.ch / 079 774 82 78
Christoph Steiner	Sportlicher Leiter sportliche_leitung@lvzo.ch / 079 417 20 60
Michelle Santmann	Webmasterin webmaster@lvzo.ch / 079 351 65 28
Alexandra Pfister	Events / Beisitzerin events@lvzo.ch / 078 734 75 54
Karin Landolt	Events / Beisitzerin events@lvzo.ch / 079 471 88 47

Trainerinnen und Trainer

Stephan Peyer	Trainer Leistungsgruppe U16+ stephan.peyer@kzo.ch / 079 568 78 80
Leandra Fontana	Trainerin Leistungsgruppe U16+ fontana.leandra@gmail.com / 079 948 64 28
Minou Strumpf	Trainerin Leistungsgruppe U16+ und U12 - U14 minoustrumpf@bluewin.ch / 079 199 37 89
Géraldine Oriet	Trainerin Basisgruppe geraldine@oriet.ch / 078 858 35 76
Sarina Deschmann	Trainerin Basisgruppe sarina@jamaira.net
Sarina Wenger	Trainerin Basisgruppe und U14 silvry.sw@hotmail.com
Lea Stauber	Trainerin Basisgruppe und U10 - U12 lea.a.stauber@gmail.com / 079 887 32 93
Jasmin Holzinger	Trainerin U12 - U14 j.holzinger@bluewin.ch / 044 994 19 39
Melanie Hindermann	Trainerin U12 - U14 meli_h92@hotmail.com / 079 774 82 78
Katja Widmer	Trainerin U10 - U12 katja.widmer@gmx.net / 079 174 35 93
Nadine Pulver	Trainerin U10 - U12 nadine.pulver02@gmail.com / 079 469 71 36

Mitgliederkodex

Club-Nachrichten



Mitgliederkodex

Wir bieten

- Regelmässige Trainings ab U10 durch qualifizierte und motivierte Trainer/innen
- Übernahme der Startgebühren für Teilnahme an Teamwettkämpfen, Q-Wettkämpfe, Kantonal-/Regional Meisterschaften und an der Schweizer Meisterschaft in Absprache mit Trainer/in
- Begleitung an die Wettkämpfe durch Trainer/in und/oder 1418Coaches
- Vereinsinformationen (Clubnachrichten, Wettkämpfe, Events, Termine usw.) auf www.lvzo.ch
- Jährliches Trainingslager mit finanzieller Unterstützung des Vereins
- Förderung Teamgeist, Selbstständigkeit und Eigenverantwortung, Gruppenerlebnis
- Engagement im Bereich der Sucht- und Gewaltprävention
- Teamanlässe wie Helferessen/Chlaushöck, Generalversammlung
- Social Media Präsenz

Wir erwarten von dir

- Regelmässige und engagierte Trainingsteilnahme, obligatorische Abmeldung im Verhinderungsfalle in der Regel 24 Stunden vorher
- Wettkampfteilnahme nach erfolgter Anmeldung
- Teilnahme an LVZO-Anlässen
- Jährliche Helfereinsätze bei den LVZO-Anlässen (siehe Regelung Helfereinsätze)
 - Dä/Die schnällscht im Zürcher Oberland
 - Leichtathletikanlass (z. B. UBS Kids Cup)
 - Pfäffikersee-Lauf
- Lesen der Vereinsinformationen und Mitwirkung bei Bedarf (z. B. erstellen Wettkampfbereich mit Foto für Homepage)
- Loyalität gegenüber dem Verein
- Bereitschaft der Eltern, mit der LVZO zusammenzuarbeiten und Kontakte mit den Trainer/innen und/oder Vorstandsmitgliedern zu pflegen.

Der Mitgliederkodex mit der Regelung über den Helfereinsatz wurde vom Vorstand im Juni 2023 überarbeitet und genehmigt. Dieser Mitgliederkodex ersetzt denjenigen vom Oktober 2022 und tritt per 1. Juli 2023 in Kraft.

LVZO-Vorstand

Michael Jauch
Präsident

Andreas Sprenger
Aktuar

Wetzikon, Juni 2023



Regelung Helfereinsätze

Helfereinsatz

Zur Optimierung der Vereinsfinanzen organisiert die LVZO verschiedene Sportveranstaltungen. Die Mitwirkung der Athleten/innen und deren Eltern/Verwandte als Helfende ist erforderlich, damit diese Veranstaltungen gewinnbringend und teamfördernd durchgeführt werden können. Andernfalls sind externe Helfende gegen Entgelt anzuwerben.

Es gilt folgende Regelung für die Vereinsmitglieder:

Kategorie	Anzahl Helfereinsätze pro Jahr	Bemerkungen
U10 / U12	2 Einsätze von Eltern oder Verwandten des Kindes	Kind darf Eltern/Verwandte begleiten
U14 und älter sowie 1418Coach	3 Einsätze	Die Mitwirkung der Eltern ist sehr erwünscht
Athleten/innen, welche auch Trainer/in sind	1 Einsatz	gilt nicht für 1418 Coach
Laufgruppe	1 Einsatz	
Eltern, Verwandte	Freiwillige Einsätze erwünscht	

- Unterjährige Eintritte haben ebenfalls Helfereinsätze gemäss obenstehender Liste zu leisten.
- Werden die geforderten Helfereinsätze vom Athleten bzw. von der Athletin (oder von den Eltern des Kindes) nicht geleistet, wird die LVZO pro fehlenden Helfereinsatz CHF 100.- in Rechnung stellen.

Ab 3,5 Helferpunkte erhalten die Helfenden 1 Gratisticket für Weltklasse Zürich. Die Tickets werden jeweils an der Generalversammlung der LVZO ausgehändigt.

Die Regelung über den Helfereinsatz wurde vom Vorstand im Juni 2023 genehmigt und tritt per 1. Juli 2023 in Kraft.

LVZO-Vorstand

Michael Jauch
Präsident

Andreas Sprenger
Aktuar

Wetzikon, Juni 2023

Tenübestellung

Club-Nachrichten

Tenübestellung

Damen

Top	Fr. 30.-
Singlet	Fr. 30.-
Tight kurz	Fr. 30.-
Wettkampf T-Shirt	Fr. 30.-
Tight lang	Fr. 45.-
Running Jacke	Fr. 65.-

Herren

Singlet	Fr. 30.-
Tight kurz	Fr. 30.-
Wettkampf T-Shirt	Fr. 30.-
Tight lang	Fr. 45.-
Running Jacke	Fr. 65.-

Bestellungen an:
kassier@lvzo.ch



Running Jacke



Wettkampf T-Shirt

Tenübestellung

Club-Nachrichten



Damen Singlet



Damen Top



Herren Singlet



Tight Lang



Tight Kurz

LVZO-Termine

Club-Nachrichten

LVZO-Termine 2024

April

5.	74. Generalversammlung der LVZO	Singsaal Schulhaus Walenbach, Wetzikon
----	---------------------------------	-------------------------------------------

Mai

26.	33. «De / Die schnällscht im Zürcher Oberland»	Meierwiesen, Wetzikon
-----	---------------------------------------------------	--------------------------

August

24.	UBS Kids Cup Kantonalfinal Zürich	Meierwiesen, Wetzikon
-----	-----------------------------------	--------------------------

September

14.	75. Jahre LVZO Jubiläumsanlass	Meierwiesen, Wetzikon
-----	--------------------------------	--------------------------

22.	75. Jahre LVZO Jubiläumsanlass (Verschiebungsdatum)	Meierwiesen, Wetzikon
-----	--------------------------------------------------------	--------------------------

29.	46. Pfäffikersee-Lauf	Mercedes-Benz Areal, Wetzikon
-----	-----------------------	----------------------------------

November

15.	Chlausabend	Singsaal Schulhaus Walenbach, Wetzikon
-----	-------------	-------------------------------------------



Your shop for sport!

Willkommen im

Sport Trend Shop Hinwil

- ▶ Ski
- ▶ Snowboard
- ▶ Outdoor
- ▶ Climbing
- ▶ Trekking
- ▶ Bike
- ▶ Surf
- ▶ Kite
- ▶ Fitness
- ▶ Sportschuhe
- ▶ Inlines
- ▶ Tennis
- ▶ Sportmode
- ▶ Freizeitmode
- ▶ Kindermode

STS – Ihr kompetenter Partner für Sport auf über 2000 m²!