



# Jahresbericht 2020

Das Jahr 2020 war das Jahr in dem wir alle lernen mussten, mit Corona umzugehen.

Viel durften wir nicht machen, und viel mussten wir anders machen. Es gab fast keine Wettkämpfe, Marathon laufen mussten wir im kleinen Rahmen, und privat. Viele von uns waren frustriert: kein richtiger Wettkampf, kein Anreiz zum Training, viele hockten daheim vor ihrem Bildschirm und verliessen das Haus nicht mehr. Mir ging es so: Aufstehen, Homeoffice, Mittagessen, Homeoffice, um 18:00h noch eine Videokonferenz. Laufen am Mittag? Vergessen. Keine Motivation.

Aber da war noch mehr: 2020 ist das Jahr in dem wir 9 neue Mitglieder gewinnen konnten. Das Jahr, in dem wir Samstags bis zu 15 Mitglieder auf der Hornrunde hatten. 2020 schafften wir es, Erwachsene Mitglieder zum wöchentlichen Bahntraining zu motivieren. 2020 war das erste Jahr in dem wir Long Jogs auf 42 und 60 km machten, einfach so, ohne Wettkampf. Einige liefen das erste mal einen Marathon oder das erste mal seit langem wieder einen halben.

Ein grosses Dankeschön gilt allen, die geholfen haben: Erst einmal an Markus, der die Vereinsreise nach München so wunderbar organisiert hat, leider mussten wir sie wegen Corona absagen.

Danke an Debora, Vivienne und Mathias für die Jugendarbeit. Danke an Stefan Ellensohn für das Bearbeiten der Webseiten. Danke für die vielen Berichte auf der Homepage.

Wieder einmal Danke an Lilo und Ueli, dass wir den Raum für das Fondue nutzen durften. Danke an alle, die mitgeholfen haben, dass wir unsere Veranstaltungen durchführen konnten.

Ein herzliches Dankeschön gilt auch den Sponsoren, die uns mit Geld, T-Shirts und Laufschuhen versorgt haben: Die Raiffeisenbank Wasserschloss, Der Sportpark Aare-Rhein, Tip Top R. Killer AG, die Apotheke am Wasserschloss und das Fitnesscenter Turgi.

## Höhepunkte im Vereinsjahr

### Long Jogs

Auch 2020 hatte Martin wieder 3 Long Jogs organisiert, die wir gemeinsam mit den Veranstaltern des Aargau Halbmarathons durchführten. Beim ersten Long Jog waren das 22 Teilnehmer, und es hat richtig Spass gemacht, neue Leute kennenzulernen.

Der zweite Long Jog im Februar war leider auch der letzte, den wir offiziell im Frühjahr organisieren konnten. Der Lockdown ab dem 16. März verhinderte den dritten Long Jog, und einen Aargau Halbmarathon gab es auch nicht.

### Trainingsweekend

Das Trainingsweekend musste wegen Corona zusammengestrichen werden: Keine Spinning Lektion im Fitnesscenter Turgi, und auch kein Plausch im Schwimmbad.

Das Bahntraining fand statt. Und auch der Lauf entlang der Aare. Diesmal hatten wir Sonne satt, es war ein schöner Tag, und wir durften die neuen T-Shirts von der Raiffeisenbank Wasserschloss einweihen.

### Ein fast normaler Sommer

Im Sommer (wie auch im Rest des Jahres) gab es fast keine richtigen Wettkämpfe, und wenn, dann nur virtuell oder mit Abstand.

Ende Juni mussten wir eine Alternative für den Anlass am Egelsee finden: Zu viele Leute dort, zu viel Fahren mit dem Auto, zu viel Kontakt.

Julia organisierte für uns ein Brunch im Geissenschachen, unter den grossen Bäumen, am Ufer der Aare. Natürlich gab es vorher noch einen langen Lauf. Es war der erste Anlass, nach dem Fondue im Winter, wo wir wieder mit vielen Mitgliedern etwas unternehmen konnten. Vielen Dank Julia, für die Organisation.

Giorgia ging zurück nach Italien, für uns alle ein Verlust. Für Giorgia machten wir ein Abschiedstraining mit anschliessendem Aperò oben am Hornbänkli.

Im Jahr 2020 kamen 9 neue Mitglieder dazu: Peter, Sarah, Britta, Mariola, Alma, Adrian, Rainer und Tommy und Lovisa aus Schweden. Die LG Horn wurde sehr International, und bei Trainings wurde mehr Englisch als Deutsch gesprochen. Ein ganz grosses Dankeschön an dieser Stelle an Stefan Stiehl, der alle bei der Stange hielt, und dafür sorgte, dass viele zu den Trainings kamen und mit einem ersten Langen Lauf ein Lauferlebnis hatten.

Die Newcomerin in 2020? Lilo. Lilo schaffte das erste Mal seit Jahren wieder einen Halbmarathon. Sie war auch bei Trainings fast immer dabei.

Stefan Lief mit Giorgia gemeinsam seinen ersten Marathon.

Zum Abschluss im Herbst gab es noch die Velotour, die Stefan Staudenmann für uns organisierte.

## Die Staffel beim Brugger Laufwochenende

Als einer der wenigen Wettkämpfe durften wir als Staffel auf 24h im Brugger Schachen gegen die Basel Dragons antreten – und gewinnen. Mit 9 Frauen und 5 Herren war es ein grosses, gemischtes Team. Die LG Horn gewann wieder einmal in einem Fotofinish mit nur 3 Runden Vorsprung gegen die Basel Dragons.

Natürlich steht dabei der Spass im Vordergrund, aber gewinnen ist trotzdem schön.

Danke an alle, die diesen Sieg möglich gemacht haben, und besonders die, die Nachts in der Kälte gelaufen sind. Linsey, die Teamchefin der Dragons meinte zu mir: «Jacqueline? She was fast last night, don't send her again, please.»

## Die Hornrunde und Strava

Die Hornrunde erfreute sich grösster Beliebtheit, und obwohl wir jetzt die Gruppen aufteilen müssen, sind wir oft mehr als 10 Leute am Samstag. Die Hornrunde ist nun ein Strava Segment, Adrian ist jetzt «King of the Mountain» dort mit 1:01:15 und Giorgia «Queen of the Mountain» mit 1:13:47. Gratulation. Ich gehe davon aus, dass die Hornrunde früher schon schneller bewältigt wurde, aber mit Strava gibt es jetzt eine Zeitnahme.

## Jugendarbeit

Vivienne ist für Deborah eingesprungen und leitet mit grossem Engagement das Jugendtraining. Sie nahm auch stellvertretend an den Vorstandssitzungen teil und war dort ein belebendes Element. Wir hoffen alle, dass Deborah in 2021 wieder zurückkommt. Dann sind wir in der Jugendabteilung bestens aufgestellt

Das Training findet Montags statt. Im Sommer gibt es Bahntraining mit Intervallen, im Winter Dauerlauf, Trappen- und Hügeltraining und längere Intervalle. Das Umfeld mit Corona ist auch dort schwierig. Schön, dass wir wieder zusammen gefunden haben zu gemeinsamen Trainings auch am Donnerstag.

## Abschliessend ist zu sagen...

Es ist natürlich noch viel mehr zu berichten, mehr dazu auf der Webseite: Zürich Marathon, GP Bern oder Greifenseelauf, Hallwilerseelauf, Jungfrau Marathon Supporter Run, Fricktaler Höhenweg und Utrabielerseelauf.

Trotz Corona werden wir auch im Jahr 2021 viel unternehmen können, und auch während eines Lockdowns kann man sich immer noch im kleinen Kreis treffen und etwas machen, nehmt das Angebot an: Long Jogs am Wochenende, Marathons zu dritt, Run and Brunch und natürlich Hornrunde, Dienstags- und Donnerstagstraining.

Euer Präsident, Frank Warzecha