

## Jahresbericht Jugendabteilung LG Horn 2013



Etwa 20 Kinder und Jugendliche machen regelmässig an den Trainings der Jugendabteilung der LG Horn mit. Zurzeit werden wöchentlich 4 Trainings angeboten, wobei die Allermeisten zwei Trainings besuchen; der Kitt in der Gruppe ist nach wie vor gut – vor allem bei den Spezialtrainings im Sommer und Winter, freut es mich immer wieder, dass die Jugendlichen, welche z.T. aus verschiedenen Gebieten kommen, so gut harmonieren.

Seit dem Herbst 2012 besuchen einige Jugendliche der OLG Cordoba (aus den OL-Familien Suter und Erne aus Rütihof) das Montag- und Mittwochtraining. Anscheinend hat es ihnen so gut gefallen, dass „es“ sich herumgesprochen hat. Es ist eine sehr grosse Ehre, dass wir (die Jugendabt. der LG Horn) im Zuge dessen im Herbst 2013 offiziell als Lauf-Stützpunkt des OL-Ausbildungsclubs Aargau bestimmt wurden. Es ist wirklich sehr beeindruckend, wie nun an den Trainingsabenden Jugendliche aus Rheinfelden (in echtem Baseldytsch) mit solchen aus Bellikon trainieren und sich bestens verstehen. Das Vogelsang als Nabel der Jugend-Laufwelt!

Leider gab es auf die Frühlingsausschreibung eines neuen Laufkurses kein Echo und so wurde bis zu den Sommerferien in relativ kleinen Gruppen trainiert. Nach den Sommerferien gabs aber einen erfreulichen Schub: die kleine Rosa Hubschmid aus dem Gebenstorfer Oberdorf kam schnuppern und es gefiel ihr. Plötzlich stand noch eine Kollegin von Rosa da. In den Herbstferien war ich für die Ferienpass-Aktion „Jugend trainiert mit Weltmeistern“ anlässlich des OL-Weltcups in Baden verantwortlich und aus dieser Aktion resultierten dann auch noch zwei Eintritte, bei welchen die Geschwister auch ab und zu mitkommen. Ich werde im 2014 voraussichtlich nochmals einen Ferienpass-Kurs „OL und Laufen“ anbieten und hoffe auf gutes Echo.

Leider gab es aber auch Austritte von langjährigen, z.T. sehr erfolgreichen Jugendläufern: - da wären zum Ersten die Geschwister Muriel, Ryo und Tanja Forster. Familie Forster ist im Herbst 2013 nach Oberentfelden gezügelt und so hat sich ihr Nachwuchs vernünftigerweise nun dem BTV Aarau angeschlossen. Die Lizenzen werden demnächst per 01.04.2014 noch auf den BTV überschrieben.

Ich danke hiermit den drei Forsters – und auch ihren Eltern – für alles, was sie unter dem Namen LG Horn geleistet haben; dies ist nicht wenig. Nebst all den vielen tollen Resultaten und dass sie oft ohne die Leiterin an Wettkämpfen waren und Berichte geschrieben haben, war vorallem ihr Trainingsfleiss bemerkenswert... kein Himmel zu verhangen, keine Strasse zu vereist, keine Sonne zu heiss – Forsters standen „immer“ da! Vielen Dank für alles!

- Mathias Vögele sieht seine Zukunft eher in den Mittelstrecken (400m/800m) und auch noch im Weitsprung. Er hat sich im Herbst 2013 dem Training des LC Bad Zurzach angeschlossen. Eine überaus nette Geste war es, dass Mutter Beatrice uns auch am Weihnachtsmarkt 2013 nochmals mit selbstgebackenen Zöpfen unterstützte. Auch auf die Eltern Vögele war immer Verlass mit Fahrdiensten usw. usf.

- Ein ganz riesiger und schmerzhafter Verlust ist der vorläufige Rücktritt von Luca Frei vom Laufsport und aus der LG Horn. Was Luca – mit unausgereiztem und

relativ bescheidenem Training - alles erreicht hat, ist bewundernswert. Nur zu gerne hätte ich ihn noch etwas weiterbegleitet und auch erfahren und sehen können, was mit einem gesteigerten Bahntraining „drin“ liegen würde. Es ist meine riesengrosse Hoffnung, dass „es“ Luca nochmals „zwick“ und er wieder beim Laufsport einsteigen wird. Er ist ja immer noch jung und im besten Laufalter und „kaputt“ gemacht haben wir ihn weder körperlich noch „im Kopf“ (hoffentlich). Ein grosses Dankeschön geht hiermit auch an die Familie Frei. Viele Male übernahm vorallem Vater Christoph die Betreuung an wichtigen Wettkämpfen (Schweizermeisterschaften, Mille Gruyère-Finals, etc.), während dem ich meinen eigenen Vergnügen (immerhin auch immer Laufwettkämpfe oder Turnfeste) nachgehen konnte.

Ganz erfreulich ist der Zuwachs in Form eines jungen Gebenstorfers aus dem Reich-Quartier: Benjamin Schärli, 1995, wurde in der Rangliste des Neujahrsmarathon 2014 entdeckt und kontaktiert und stand zwei Tage später bereits im Vogelsang; hoffentlich bleibt er uns noch lange erhalten.

Hier die Trainingsangebote 2013 im Detail:

- Am Montagabend wird jeweils vom Schulhaus Vogelsang her, ein Training angeboten, welches den Winter hindurch meist aus Dauerlauf besteht (ab und zu mit „spritzigen Einlagen“) und den Sommer hindurch noch durch ein Bahntraining ergänzt wird. Dieses Training wird abwechselnd von mir und Karin Erne geleitet
- Am Mittwoch um 17 Uhr wird jeweils beim Schulhaus Brühl zu einem spielerischen Training gestartet; Dauer ca. eine Stunde; im Winter sind wir ab und zu gegen Schluss in der neuen MZH Brühl, wo wir die vielfältigen Spielgeräte jeweils für Staffeln ausprobieren oder uns im Fussball oder Unihockey üben.
- Am Mittwochabend um 18h30 wird beim Schulhaus Vogelsang zu einem DL gestartet; oft halten wir im Winter bei der Brugger Schachenbahn und machen noch einige Laufspiele; im Sommer werden dort oft „Serien“ gerannt oder sonst ein spezifisches Bahntraining durchgeführt.
- Am Donnerstagabend wird ebenfalls ein DL angeboten – allerdings ohne Pause. Durch das Aelterwerden einiger Jugendlichen und Absolvierung der RS und weiteren Ausbildungen, wurde diese Gruppe sehr klein. Linda Stichert und Debora Egloff, beide lizenziert für die LV Wettingen – Baden, sind treue Besucherinnen dieses Trainingsangebotes. Vor dem Amsterdam (Halb-)Marathon gab es noch weitere Besucher. Es wäre schön, noch weitere Jugendliche würden von diesem guten Angebot, bei welchem mein Bruder Bruno und sein Kollege Marco Valetti auch „immer“ dabei sind, Gebrauch machen.

### Rückblick auf das Jahresprogramm

Begonnen hat das Wettkampfsjahr mit der Aarg.-/BE- Crossmeisterschaft im Januar auf der bestbekanntesten Berner Allmend. Es war ein sonniger, kalter Samstagnachmittag. Auf der Allmend lag noch eine griffige Schneedecke und es herrschten dadurch ganz gute Laufverhältnisse. Ein Wermutstropfen war die katastrophale Rangverkündigung: In der Halle fand gleichzeitig ein Balkan-Fussballturnier statt und so waren die Platzverhältnisse enger als eng und das Angebot in der Festwirtschaft war alles andere als läuferfreundlich:

viel Alkohol, fettige Döner, etc. etc. Wir freuen uns auf Kaffee und Kuchen in Windisch im Februar 2014!

Die LG Horn-Jugend trat mit einer Kleinstdelegation an, so ganz im Sinne von „klein aber fein“:

- Timo Suter war 1. Aargauer bei den U 16 M (7. Overall)
- Tanja Forster war 1. Aargauerin bei den U 16 W (3. Overall) und
- Luca Frei war 1. Aargauer bei den U18 (12. Overall).

Am Reusslauf in Bremgarten pokerte ich hoch: wie schon zur Jahrtausendwende, war es mein Wunsch, mit zwei Jugendmannschaften aufs Podest zu laufen; dies gelang sehr knapp nicht (Rang 2 und 4 unter 10 klassierten Teams). Natürlich hätten wir mit der Bündelung der Kräfte in einem Team gewonnen – ich wollte mehr! Mit einigem Abstand darf ich aber sagen, dass auch der 4. Rang ein schöner Erfolg ist, zumal es ALLE benötigte. Die Erkenntnis ist aber ganz klar, dass mit einem einzigen, grossen Team die Chancen für den Mannschaftssieg am grössten sind (kurz vor der GV habe ich erfahren, dass leider im 2014 kein Jugend-Mannschaftswettkampf mehr durchgeführt wird).

Anfangs März nahm unsere Tanja Forster an der Cross-SM in Düringen teil und es gelang ihr ein feiner 12. Rang unter 53 Teilnehmerinnen. Ein schönes „Grüppli“ nahm gleichentags am Trainingslauf im Schenkenbergertal anlässlich des Trainingsweekends teil und danach auch noch beim Nachtessen im „Diana“.

Glänzend lief Tanja Forster an der 10 km-SM im März in Uster: in ganz starken 40.38 (Tanja hat Jahrg. 1998) lief sie als 10. Juniorin ein; Bruder Ryo war leider von Seitenstechen geplagt und benötigte als 19. Junior 41.08.

Etwas ganz Neues probierten wir am 7. April aus: mit drei 4er-Teams (zwei Mixed-Teams und ein Damen-Team) nahmen wir am Zürich-Marathon teil. Unter sage und schreibe 369 gemischten Teams brachten es unsere älteren Jungs und Mädels fertig, mit nur einer Minute Unterschied im 16. und 17. Rang einzulaufen. Pikant dabei ist, dass ich den in den ersten Wochen des Jahres „schwächelnden“ Ryo Forster ins „schwächere“ Team verbannte; dies scheint ihn gewaltig gestört zu haben und mit einem Sturmlauf sicherte er sich den vermeintlich Schwächeren einen Platz vor dem stärkeren Team.

Nie mehr werde ich vergessen, als Mathias Vögele beim Warten in die Luft sprang!

Ich werde auch den Einlauf der 4 Mädels nie mehr vergessen: es war für mich sehr rührend, zu wissen, dass dieselben Mädchen, nämlich Muriel und Tanja Forster, Jelena Vogel und Anina Brunner schon als 12-Jährige zusammen gelaufen sind.. Mit nur 1 Min. 40 Rückstand auf den TV Länggasse erreichten bei den Damen Platz 2 von 81 Teams und klassierten sich ganz knapp vor den Mixed-Teams! Ja, 12 junge Leute, welche fähig sind, zusammen unter 3h05 zu laufen: ich weiss: vor 20 Jahren hätte man müde gelächelt und dies zur Kenntnis genommen; heutzutage ist das – leider – anders und ich war sehr stolz auf die Jugendlichen und – ehrlich gesagt – auch noch ein bisschen auf mich. Wie aus der Jahresrechnung ersichtlich ist, hat dieser Spass sehr viel Geld gekostet; so gut der Zürich-Marathon organisiert ist, aber eine Kritik muss ich anbringen: ein Finisher-Shirt hätten auch die Staffel-Läufer verdient (pro Team über Fr. 200.00 Startgeld).

Auch im 2013 nahmen wir nicht an den Aarg. Staffel-Meisterschaften teil; im ersten halben Jahr waren wir schlicht zu wenige, schlagkräftige Piccolos und bei den Älteren passte es

von den Jahrgängen und den Zielsetzungen her nicht zusammen (und was mir bisher noch nicht gelungen ist: Joel Rufer für einen Bahnwettkampf zu begeistern.....;)

Am Sikinga-Lauf von Ende August liefen viele Jugendliche mit, auch Jüngere, und es wurden einige Podestplätze erreicht. Freude haben die Jungen auch immer wieder an den Verlosungspreisen (Ex-Libris-Gutscheine) sowie an den Mohrenköpfen für die Mannschaften (es zählt die Mannschaftsgrösse).

Im September war ebenfalls der Final der „Mille Gruyère“, wo uns Tanja Forster vertrat; leider war sie nach vielen sehr guten Resultaten nicht mehr im Vollbesitz ihrer Kräfte und so resultierte für einmal ein Rang im hinteren Teil des Feldes; wie sagte ich aber schon vor Jahren: die „Mille Gruyère“ ist kein Salami-Cup! Ganz knapp – um nicht mal eine Sekunde – hat Siri Suter die Qualifikation für den Schweizer Final verpasst. Uebrigens ist es eine Freude, Siri - der OL-Läuferin – in ihrem geschmeidigen Stil auf der Bahn beim Laufen zuzusehen!

Ebenfalls im September wollte auch die LG Horn erstmals die Annehmlichkeiten der neuen MZH Brühl ausprobieren; einige Jugendliche nahmen am Herbsttraining teil, welches bei angenehmen Temperaturen durchgeführt werden konnte. Die ehemaligen Jugendläufer „Vögi“ (Matthias Vogelsang) und Samuel Keller wurden als Guides eingesetzt. Die angebotenen Routen wurden von den Teilnehmenden geschätzt und mit verspritzten Beinen kamen die meisten Läufer wohlbehalten zurück; die Dusche war dann alles andere als wohlig und angenehm; noch funktionierte das Warmwasser in der neuen Garderobe nicht und wir mussten eine richtig kalte Dusche über uns ergehen lassen. Ein Aufwärmerli war dann das gemeinsame Nachtessen im „Vindonissa“.

7 Jugendliche oder solche, welche knapp dem Jugendalter entwachsen sind und eine langjährige Vergangenheit bei der LG Horn haben, nahmen an der Amsterdam-Reise teil. Diese Reise ermöglichte ihnen viele bleibende Eindrücke, nicht nur in Bezug auf den Laufsport.

Am 28. November war wiederum der Weihnachtsmarkt in Turgi und wiederum durfte ich auf die sehr grosse Mithilfe meiner Eltern Walter und Therese Werder zählen! Ebenfalls zum x-ten Male halfen Therese und Peter Vogelsang „einfach so“ mit! Und dass der Stand auch wunderbar beleuchtet war, dafür war unser Chef-Elektriker „Vögi“ verantwortlich; erst war er noch ein kleiner Jugendläufer, welcher am Mittwochnachmittag mit seiner lustigen Art die weiteren Jugendlichen unterhielt...Herzlichen Dank all diesen guten Seelen für die unermüdliche Hilfe am Tag selber, aber auch beim Schreinern der Holzwaren und beim Backen von Linzertorten und Herstellen von Gestecken. Herzlichen Dank auch allen Eltern, welche gebacken haben und allen jugendlichen Verkäufern. Vielen Dank auch an alle Freunde und Mitglieder der LG Horn für die Unterstützung. Wir geniessen an diesem Markt eine enorme Wertschätzung.

16. Dezember: Spezialtraining um den Stausee, wo uns das OK fürs Zvieri danach die Halle aufheizte und zur Verfügung stellte.

31. Dezember: Stausee-Lauf in Gippingen: Nebst vielen guten Einzelresultaten

(erfreulicherweise auch von den Frischlingen) Teampreis in Form von Kino-Gutscheinen für alle Jugendläufer.

### Kader und Leistungssport

Im Kader des Aarg. Leichtathletikverbandes machten Tanja Forster und Luca Frei mit. Ich habe mich kürzlich mit Markus Hacksteiner, Kadertrainer getroffen und ihm offiziell die neue Situation (Uebertritt Tanja z. BTV und Rücktritt Luca) mitgeteilt. Somit sind momentan keine Läufer und Läuferinnen von uns im Leichtathletik-Kader. Schön, wenn sich dies bald wieder ändern würde! Notwendig ist dazu eine Limite für eine LA – SM.

Im Aarg. OL-Nachwuchskader sind die Geschwister Siri und Timo Suter sowie Jan Erne.

### Dank und Finanzielles

Im November 2012 habe ich für die älteren Jugendlichen tolle Trimtex-Funktionsjacken bestellt, welche leider – ohne unser Verschulden – mit einem kleinen Fehler im Logo geliefert wurden. Nach einigen Diskussionen haben wir – nicht einstimmig – beschlossen, die Jacken zu behalten, aber nur 80 % des Preises zu bezahlen. Diese Ausgabe erscheint nun in der Jahresrechnung. Am Gippinger-Stauseelauf 2012 konnte man erstmals die neuen Dresses bewundern und so richtig im Glanz erstrahlen sie dann –wie vorstehend erwähnt – auf dem Podest des Zürich-Marathons. Die Firma Trimtex bedauert diesen (fast) unerklärlichen Fehler.

Ein grosser Ausgabeposten stellt natürlich auch die Amsterdam-Reise dar; jedoch war die relativ grosse Beteiligung an den Reisekosten sicher vertretbar, denn die Begünstigten waren, mit einer Ausnahme, alles sehr langjährige und verdiente Mitglieder der Jugendabteilung. Ein Gebenstorfer Gemeinderat machte mir mündlich ein Angebot auf einen finanziellen Zustupf der Gemeinde, welches er aber bald danach wieder zurückzog und mir einen Beitrag aus dem „Alkoholzehntel“ des Kantons Aargau vorschlug. Unser bestbekanntester Dr. Roman Vogt ist beim „Alkoholzehntel“ Kommissionsmitglied; aber auch seine Hilfe nützte nichts: mein aufwändig und sorgfältig abgefasstes Gesuch wurde mit von mir nicht nachzuvollziehenden Gründen abgelehnt; ich solle es bei „Swisslos“ versuchen, was ich selbstverständlich machte: erneute Bemühungen, erneutes Gesuch, erneute Absage! Und zwar just genau dann, als besagter Gemeinderat abgewählt wurde; ich hatte nun schlichtweg keine Energie mehr, nochmals ein Gesuch an die Gemeinde zu schreiben. „Zu komisch“ waren nun die Voraussetzungen... Der Stock in der Jugendkasse ist aber trotz diesen doch relativ grossen Ausgaben noch recht ansehnlich und ich denke, eine gut gefüllte Kasse meinen Nachfolgern übergeben zu können. Herzlichen Dank übrigens noch an Brigitte Eppenberger, welche die Jahresrechnung und Bilanz bereits zum zweiten Mal geprüft und kontrolliert hat.

Ein grosses Dankeschön geht auch an Karin Erne und Bruno Werder für die Mithilfe bei den Trainings (wenn auch beim Donnerstagstraining mit wenigen Ausnahmen fast nur

„Ehemalige“ mitmachen) und ein ebenso grosses Dankeschön geht an unseren Webmaster Stefan Ellensohn, welcher die Berichte jeweils fast in Echtzeit online stellt. Merci!

### Reflektion und Ausblick

Es stellt und stellte mich auf, dass die Jugendabteilung wieder an Drive gewonnen hat. Ich hätte mir das anfangs Saison nicht erträumen lassen. Wir müssen aber „dran bleiben“ und ich bin weiterhin froh, wenn ihr unsere Jugendabteilung in Eurem Verwandten- und Bekanntenkreis empfiehlt (oder – ein Zwinkern sei erlaubt – auch schaut, wer da in Eurer Nachbarschaft einzieht!!!). Voraussichtlich werde ich im Herbst im Rahmen des Gebenstorfer Ferienpasses wiederum einen Kurs „Laufen und OL“ anbieten

Ja, dies war mein letzter Jahresbericht als Jugendleiterin. Viel „Gfreuts“ und – es ist halt so und soll so sein – auch weniger Gefreutes ist im vergangenen Jahr passiert. Ich glaube, eine gut harmonisierende Truppe „abgeben“ zu können. Ich wünsche meinen Nachfolgern ebenso viel Spass mit all den Jugendläufern, wie ich es im vergangenen, aber auch in den Jahren zuvor erleben durfte. So vieles ist gespeichert, viele Begebenheiten werde ich wohl nie vergessen. Oft hatten wir es lustig, einige Male war es auch nicht so lustig, immer wieder mussten wir Jugendliche „ziehen“ lassen, oft hörten sie auf mit dem Laufsport; viele haben wieder begonnen (das freut mich enorm) und einige sind immer noch dabei. Im 2013 habe ich mit der „mittleren Generation“ zwei wunderbare Läufe absolvieren dürfen, bezeichnenderweise je ein Halbmarathon: den ersten am Limit als Startläuferin am Zermatt-Marathon mit Sohn Samuel und den zweiten, nicht ganz am Limit, aber durch den Regen, am Lucerne-Marathon mit Debora Egloff, für welche ich „Hase“ spielen durfte.

Wenn man abtritt, sollte man „ruhig sein“ und mit Ratschlägen geizen – einen möchte ich doch noch weitergeben und somit festhalten: Ich rate meinen Nachfolgern zwar schon, Trainingslehrbücher und –ratgeber zu lesen und konsultieren, aber: verlasst Euch auf Euer „Gschpüri“, auf Euer Herzen und Euer Gefühl. Es gibt nun mal kein Patentrezept für Jugendliche und Kinder. Ich bin damit 20 Jahre gut gefahren ..... äh, gelaufen!

Alles Gute für die Jugendabteilung der LG Horn, für meine Nachfolger und für die Gesamtleitung wünscht

Jacqueline Keller

..... und... vielen gaaaaanz grossen Dank für Euer Verständnis mir gegenüber... es war sicher nicht immer einfach mit mir!

Gebenstorf, im Januar 2014