



„De Läufer“

April 2026

In dieser Ausgabe:

01. April 2026

Diembergcup Cross

20. April 2026

Bahntraining Grünfeld

23. Mai 2026

Kreuzegg Classic

Redaktionsschluss für die nächste Zeitungsausgabe:

Sonntag, 19.04.26 (an Nino Resegatti)

Aktuelles

DIEMBERGCUP CROSSLAUF SPEZIAL – 01. APRIL 2026

Am Mittwoch, 01. April 2026 starten wir unseren ersten Diembergcup 2026 mit dem Crosslauf Spezial. Lasst euch wieder einmal mehr überraschen, was dieser Special-Lauf mit sich bringt. Teamspirit, Geschicklichkeit, Köpfchen und Schnelligkeit sind gefragt.

Wir starten um **19.00** Uhr bei der Scheune Amrein im Diemberg.

Wir freuen uns auf viele Läuferinnen und Läufer und auf ein gemütliches Zusammensein nach dem Lauf!

Danke allen, die uns mit feinen Kuchen, oder Pizzaschnecken, etc. den Abend versüssen 😊.

Bis bald,
Katharina & Carmen

Die weiteren Diembergcups:

07.5.2026	Strassenlauf
16.6.2026	Einzellauf
26.8.2026	Berglauf
18.9.2026	Waldlauf + Absenden

BAHNTRAINING GRÜNFELD JONA – 20. APRIL 2026

Am Montag, 20. April 2026 findet das Intervall-Training nicht in Eschenbach statt, sondern für alle auf der 400m-Bahn im Grünfeld in Jona. Die Tartanbahn ist prädestiniert für ein gleichmässiges und schnelles Intervall-Training. Zudem macht es in der Gruppe auch grossen Spass. Diese optimalen Bedingungen möchten wir nutzen, um uns für die weiteren Meisterschaftsläufe in Form zu bringen. Wir treffen uns um ca. 18.30 Uhr auf der Tribüne von Grünfeld in Jona. Um 18.45 Uhr beginnt das Einlaufen inkl. Laufschule. Danach erfolgen 8 Tempoläufe à 600 Meter (8 x 600 m). Dazwischen 90 Sekunden Trabpausen. Es sind unterschiedliche Geschwindigkeits-Gruppen und auch kürzere Distanzen z.B. 500m möglich. Am Schluss werden wir wieder gemeinsam auslaufen. WCs hat es vor Ort, Duschkmöglichkeiten gibt es jedoch keine. Rucksack und Kleider können auf der Tribüne deponiert werden, die Wertsachen bitte im Auto lassen. Achtung, der Parkplatz ist gebührenpflichtig. Wir freuen uns auf das Bahntraining.

Der Vorstand und der Trainingsleiter

KREUZEGG CLASSIC – 23. MAI 2026

Wie an der HV erwähnt, planen wir in diesem Jahr den Fananlass bei der 50. Jubiläumsausgabe vom Kreuzegg Classic in Bütschwil. Dies wird der 2. Lauf der SCD Vereinsmeisterschaft sein. Reserviert euch schon mal das Datum, detaillierte Informationen folgen im nächsten «De Läufer» Newsletter Ende April.

Datum: Samstag, 23. Mai 2026

Startzeit: 11.25 Uhr

Kategorie: 10 km Run – Kat. 101 – 124

Der Verein wird das Mittagessen wieder finanziell unterstützen. Für den Lauf anmelden könnt ihr euch bereits jetzt schon unter folgendem Link:

<https://my.raceresult.com/344770/registration?regname=Einzel-Anmeldung>

(10 km Run – Kat. 101 – 124)

Es wäre schön, wenn nicht nur viele Diemberg Läuferinnen und Läufer, sondern auch viele Fans den Weg nach Bütschwil finden würden.

Der Vorstand

Weitere Meisterschaftsläufe:

06.06.26 Nuoler Abendlauf (nur Männer) 12.6 km

07.06.26 Frauenlauf Bern (nur Frauen) 10 km

09.08.26 Panoramalauf Ottenberg 13.8 km

16.08.26 Staufenberglauf 10 km

26.09.26 Panoramalauf Bachtel 10.4 km

18.10.26 Schlosslauf Rapperswil 10 km

Rückblick

LAUFSPORTTAG WINTERTHUR – 7. MÄRZ 2026

Sehr erfolgreich liefen die Diemberglerinnen und Diembergler beim Laufsporttag in Winterthur, der als erster Lauf zur diesjährigen Diemberg-Meisterschaft zählt.

Doris Koller und Urs Blöchlinger gewannen Ihre Kategorie, Armin Flückiger holte sich den 2. Rang und Claudia Meili lief als Dritte ebenfalls aufs Podest.

Den Meisterschaftslauf bei den Männern entschied Armin Flückiger vor Flurin Camenzind und Ivo Bachmann für sich. Claudia Meili gewann bei den Frauen vor Katharina Schubiger und Doris Koller.

1. SC Diemberg-Meisterschaftslauf 2026

Frauen

1. Claudia Meili, SC Diemberg	47:53,2
2. Katharina Schubiger, SC Diemberg	51:21,5
3. Doris Koller, SC Diemberg	51:38,6
4. Selina Resegatti, SC Diemberg	55:47,0
5. Renate Dörig, SC Diemberg	57:08,7
6. Rahel Wespe, SC Diemberg	1:00:00,0
7. Jasmin Noli, SC Diemberg	1:01:28,9
8. Carmen Luck, SC Diemberg	1:02:45,1
9. Andrea Hautmann, SC Diemberg	1:04:18,9
10. Irene Salch, SC Diemberg	1:03:52,6
11. Celine Winzeler, SC Diemberg	1:09:50,3

Männer

1. Armin Flückiger, SC Diemberg	36:26,5
2. Flurin Camenzind, SC Diemberg	41:27,6
3. Ivo Bachmann, SC Diemberg	42:57,6
4. Macek Stüssi, SC Diemberg	47:02,6
5. Philipp Meili, SC Diemberg	48:21,4
6. Chris Enderli, SC Diemberg	48:27,1
7. Imran Kushwaha, SC Diemberg	50:20,1
8. Nino Resegatti, SC Diemberg	50:20,6
9. Stephan Koller, SC Diemberg	53:38,8
10. Urs Blöchlinger, SC Diemberg	54:27,0
11. Sven Ricklin, SC Diemberg	55:25,6
12. Lars van der Haegen, SC Diemberg	57:56,3
13. Niklaus Böni, SC Diemberg	59:11,4
14. Sandro Boos, SC Diemberg	1:07:58,2

Tagessieger: Vitaly Shafar, Ukraine 35:06,0
Tagessiegerin: Tanja Ellinger, Laufgruppe Cham 42:16,1

Frauen W20 11,4 km

57 rangiert

1. Vanessa Possberg, Fehraltorf 44:11,4
11. Katharina Schubiger, SC Diemberg 51:21,5

Frauen W30 11,4 km

64 rangiert

1. Pascale Rebsamen, Wallisellen 42:50,7
14. Selina Resegatti, SC Diemberg 55:47,0
45. Celine Winzeler, SC Diemberg 1:09:50,3

Frauen W40 11,4 km

53 rangiert

1. Tanja Ellinger, Laufgruppe Cham 42:16,1
3. Claudia Meili, SC Diemberg 47:53,2
13. Renate Dörig, SC Diemberg 57:08,7
21. Jasmin Noli, SC Diemberg 1:01:28,9
27. Carmen Luck, SC Diemberg 1:02:45,1
30. Andrea Hautmann, SC Diemberg 1:04:18,9

Frauen W50 11,4 km

33 rangiert

1. Regula Benz, Meilen 51:33,3
11. Rahel Wespe, SC Diemberg 1:00:00,0
17. Irene Salch, SC Diemberg 1:03:52,6

Frauen W0 11,4 km

9 rangiert

1. Doris Koller, SC Diemberg 51:38,6

Männer M20 11,4 km

75 rangiert

1. Simon Westermann, Winerthur 35:38,3
17. Micha Goldiger, SC Diemberg 47:51,2
68. Sandro Boos, SC Diemberg 1:07:58,2

Männer M30 11,4 km

149 rangiert

1. T-Roy Brown, Liebefeld 35:53,5
2. Armin Flückiger, SC Diemberg 36:26,5
37. Chris Enderli, SC Diemberg 48:27,1
52. Nino Resegatti, SC Diemberg 50:20,6

Männer M40 **11,4 km**

	<u>138 rangiert</u>
1. Vitaly Shafar, Ukraine	35:06,0
6. Flurin Camenzind, SC Diemberg	41:27,6
18. Macek Stüssi, SC Diemberg	47:02,6
74. Sven Ricklin, SC Diemberg	55:25,6

Männer M50 **11,4 km**

	<u>98 rangiert</u>
1. Oliver Ruben, Jona	41:13,9
4. Ivo Bachmann, SC Diemberg	42:57,6
11. Philipp Meili, SC Diemberg	48:21,4
21. Imran Kushwaha, SC Diemberg	50:20,1
52. Lars van der Haegen, SC Diemberg	57:56,3
61. Niklaus Böni, SC Diemberg	59:11,4

Männer M60 **11,4 km**

	<u>51 rangiert</u>
1. Isidor Christen, Buchrain	43:57,1
16. Stephan Koller, SC Diemberg	53:38,8
17. Sepp Sidler, Einsiedeln	54:02,9

Männer M70 **11,4 km**

	<u>16 rangiert</u>
1. Urs Blöchliger, SC Diemberg	54:27,0