



„De Läufer“

September 2021

In dieser Ausgabe:

11.09.2021	5. Meisterschaftslauf Buechberglauf
Ab 20.09.2021	Trainings in der neuen Sportanlage
01.10.2021	Spezial-Diembergcup
24.10.2021	6. Meisterschaftslauf Schlosslauf Rappi

Redaktionsschluss für die nächste Zeitungsausgabe:

Samstag, 25.09.21 (an Sandro Ricklin)

Aktuelles im September

NÄCHSTE MEISTERSCHAFTSLÄUFE

Liebe Läuferinnen und Läufer

Am **11. September 2021** jährt sich nicht nur der Tag, an den sich die meisten von euch wohl ziemlich genau erinnern können, zum 20. Mal, es findet auch der fünfte Lauf der diesjährigen Vereinsmeisterschaft statt.

Die Strecke führt durch den **Wald am Buechberg** zwischen Uznach und Tuggen/Wangen über 11.1km. Start und Ziel befinden sich dafür beim Schloss Grynau, auf der linken Flussseite, auf dem Veloweg über den Buechberg. Der Start erfolgt wie gehabt um 8:30 Uhr. Die Details zur Strecke entnehmen ihr bitte dem Anhang (E-Mail). Die Anmeldung schickt ihr wie gewohnt per Mail oder WhatsApp an mich, mit folgenden Angaben:

Anmeldung Buechberglauf:

Vorname, Name:

Jahrgang:

Ungefähre Laufzeit:

Für den letzten Meisterschaftslauf des Jahres, haben wir am **Sonntag, 24. Oktober 2021**, den **Schlosslauf in Rapperswil** vorgemerkt. Streicht euch das Datum auf jeden Fall dick an. Falls der Schlosslauf nämlich nicht durchgeführt werden könnte, werden wir am selben Tag wiederum ein internes Rennen durchführen. Wir werden beobachten, wie sich die Lage entwickelt und euch rechtzeitig informieren.

Sportliche Grüsse

Stefan De Pizzol

TRAININGS IN DER NEUEN SPORTANLAGE AB 20. SEPTEMBER

Es ist soweit: Nach langem Warten steht uns die neue Dreifachturnhalle in Eschenbach zur Verfügung. Ab Montag, 20. September 2021 findet das Training wieder beim Dorftreff statt. Wir können nicht nur die Garderoben benützen, sondern jeweils auch eine Halle. Achtung: Betretet diese nicht mit den Laufschuhen, dies ist wichtig.

Am 1. September findet eine Instruktionssitzung statt und von unserem Verein sind Ivo Bachmann, Claudia Meili, Flurin Camenzind und Gabriel Morger dabei. Da erhalten wir auch bereits die Schlüssel für die Halle. Nachstehend findet ihr Informationen für die Nutzung der Hallen durch den SCD:

Montag: 19.30 bis 20.30 Uhr in Halle 3

Bei den Aktiven erhält neben Ivo Bachmann noch Carmen Luck einen zweiten Schlüssel. **Das Ziel ist nämlich, die Halle in der uns zur Verfügung stehenden Zeit auch möglichst zu nutzen.** Daher: Nutzt die Gelegenheit und dehnt, stretcht, schwatzt nach dem Lauftraining in der neuen Halle. Besonders am Montag ist dies wichtig, denn vor uns ist der Unihockeyclub in der Halle, der gerne noch deutlich mehr Belegungszeiten gehabt hätte.

Auch den Senioren und Plauschsportler unseres Vereins steht die Halle am Montag zur Verfügung. Daher erhält Urs Morger bis zur Wiederaufnahme der Schülertrainings im Februar ebenfalls einen Hallenschlüssel.

Spiele und Plauschtrainings für alle vom 22. September 2021 bis Ende Januar 2022

jeden Mittwoch von 17.30 bis 19.00 Uhr in der Halle 3

Die Zeitspanne, bis die neue Jugendgruppe wieder in der Halle trainiert, nutzen wir für ein Plauschtraining. **Der Vorstand ruft alle ehemaligen Volleyballerinnen und Volleyballer, die Pensionierten und auch alle anderen Vereinsmitglieder, welche sich diesen Frühabend einrichten können, dazu auf, mitzumachen. Es braucht dazu keinerlei sportliche Voraussetzungen.**

Die ersten drei Trainings leitet Gabriel. Es wird ein kurzes Aufwärmen mit einem ausgedehnten Stretching geben. Danach stehen voraussichtlich Badminton (Federball mit einem Netz dazwischen) und eventuell Volleyball auf dem Programm.

Falls jemand erst ab 18 Uhr kommen kann, ist dies auch möglich. Er / Sie verpasst einfach das Aufwärmen. Ab dem vierten Training können die Trainings an die Wünsche der Teilnehmenden angepasst werden. Es steht den Teilnehmenden auch offen, selber mal ein Training zu leiten, falls sie dies wünschen.

Mittwoch, 17.30 bis 19 Uhr: Jugendgruppe, Trainings wieder ab dem 9. Februar 2022

Von der Jugendgruppe sind viele Kinder zu den Junioren übergetreten. Dadurch ist die Teilnehmerzahl bei den Kindern zu gering, um ein Schülertraining weiterzuführen. Stefan De Pizzol beginnt mit einem Studium und muss daher sein Amt als Leiter der Jugendgruppe im September abgeben. Claudia Meili übernimmt von ihm die Hauptleitung dieser Gruppe, ist aber von September bis Dezember am Mittwoch ebenfalls nicht anwesend.

Daher haben die Trainingsleiter und der Präsident zusammen entschieden, eine neue Werbeaktion insbesondere auch in den Schulen im Januar zu lancieren und im Februar nach den Sportferien drei Schnuppertrainings für die Schüler(innen) anzubieten. Zumindest für diese drei Schnuppertrainings hat sich Maykol Gonzalez bereiterklärt, als Zusatzleiter dabei zu sein. Bei den drei Schnuppertrainings wird auch noch Gabriel dabei sein, da ihn die meisten Schüler(innen) kennen und dadurch die Hemmschwelle zur Teilnahme geringer ist.

Donnerstag: 19.30 bis 20.30 Uhr in Halle 2

Dasselbe wie am Montag gilt auch für den Donnerstag! Voraussichtlich sind wir an diesem Tag in der Halle 2.

Vereinsaktivitäten in der nächsten Zeit

Folgende Aktivitäten sind für die kommenden Monate vorgesehen:

- 4.9. De schnellscht Eschebacher
- 11.9. 5. Meisterschaftslauf im Buechberg bei der Grynau
- ab 22. 9. Spiele in der Halle für alle Plauschsportler(innen)
- 1.10. Diembergcup mit Grillabend
- 24.10. 6. Meisterschaftslauf – Schlosslauf Rapperswil oder interner Lauf
- 12.11. Ehrenmitgliedertreffen
- 28.1. Hauptversammlung 2022
- 7.5. Einweihungsfest der neuen Sportanlagen mit den Vereinen

Das Vereinsleben kommt langsam wieder in die Gänge. Je nach Entwicklung der Coronalage kann momentan natürlich alles kurzfristig wieder verunmöglicht werden, aber das muss man ja niemandem mehr erklären, und davon gehen wir jetzt einmal nicht aus.

DIEMBERGCUP CROSSLAUF – 01.10.2021

Der nächste Diemberg findet als Crosslauf am 01.10.2021 statt – anschliessend werden wir zusammen grillieren können. Start und Ziel befinden sich wie gewohnt bei der Scheune Amrhein im Diemberg. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und spannende Wettkämpfe.

Startzeiten:

18:40 Uhr	Schüler(innen), Jg 2006 und jünger bis 15 Jahre	1.4 km, 2 Runden
18:40 Uhr	Frauen, Juniorinnen	2.8 km, 4 Runden
19:00 Uhr	Herren, Junioren	4.2 km, 6 Runden

LÄUFERTRIKOT

Damit der SC Diemberg weiterhin einheitlich Gelb an den Läufen teilnehmen kann, ist es an der Zeit, neue Lauftrikots zu bestellen. Falls ihr neue gelbe Laufshirts braucht, meldet mir das bitte bis am Sonntag, 19.09.2021 (flurin.camenzind@gmail.com / 079 277 15 87).

Bitte gibt folgende Informationen an: Kurzarm- oder Trägershirt, Stückzahl und Grösse. Falls Ihr für euren Partner bestellt, gerne auch ob Herren oder Frauenbekleidung.

Ein Teil kann noch aus dem aktuellen Lagerbestand abgedeckt werden, für die restlichen Trikots gibt es eine Neubestellung. Da Adidas die aktuelle Kollektion nicht mehr weiterführt, wird es Kleidungsstücke der neuen Generation geben. Design und Schnitt variieren leicht aber damit haben wir bei der Jugendgruppe bereits gute Erfahrungen gemacht.

Viele Mitglieder laufen mit eigenen Hosen, daher wird vorerst auf die Bestellung von neuen Hosen verzichtet. Der Lagerbestand ist bei den Hosen jedoch noch grösser, bei Bedarf dürft ihr mir auch diese Wünsche melden.

Liebe Grüsse
Flurin

Rückblick

RESULTATE KERZERSLAUF

Tolle Leistungen der Diemberg-Läuferinnen und Läufer gab es beim Kerzerslauf:

Claudia Meili kam als 7. Frau ins Ziel des 15km-Laufes und klassierte sich als 3. in ihrer Kategorie. Gar einen 2. Platz erreichte Doris Koller.

Einen Doppelsieg für den SC Diemberg holten sich Köbi Widmer vor Urs Blöchlinger bei den Männern M65.

Tagessieger: Kipkorir Philimon Maritim, Kenia 46:39,1
Tagessiegerin: Habela Genet Abdurkadir, Äthiopien 57:42,9

Frauen F40 15 km

52 rangiert

1. Inge Jenny, Düdingen 1:02:17,9
3. Claudia Meili, SC Diemberg 1:06:10,4

Frauen F55 15 km

30 rangiert

1. Fatima Traba Martinez 1:11:01,4
2. Doris Koller, SC Diemberg 1:12:11,9

Männer M65 15 km

32 rangiert

1. Köbi Widmer, SC Diemberg 1:04:36,9
2. Urs Blöchlinger, SC Diemberg 1:08:50,6