

Bern, 7. November 2007

### **Was lief...**

#### **51. Brienerseelauf vom 14. 10. 2007**

Halbmarathon 21,1 km

*Männer 50:* 5. Hans-Ulrich Heiniger 1:30.39 (40 Tn. klass.; Overall: 56. von 205 klassierten).

#### **LSV-Dreikampf vom 20. 10. 2007**

Zum traditionellen herbstlichen Wettkampf mit den Disziplinen 4 x 100m «Türensletzen», «Sackgumpe» und Kunstpfeifen fanden sich immerhin 10 wagemutige um 13.30 Uhr in Niederscherli, bei der Turnhalle ein. Einige Favoriten mussten aus verschiedensten Gründen (Verletzung, Feuerwehr, Klassenzusammenkunft, Ferien, durfte nicht kommen, etc.) Forfait geben. Die kräftig blasende Bise schmälerte jedoch keineswegs die guten Laune der Startwilligen. Nach einem kurzen Transfer zur Käserei am Bach, gingen schon mal fünf Mann im Schiesskeller, in Abwesenheit des Schiedsgerichts, welches im Alpaka-Park beschäftigt war, an die Arbeit. Im besagten Alpaka-Park waren die fünf anderen mit dem am Aufbau der Wurfbahn (heuer waren sogar die orangen Ringe vor Ort!) total ausgelastet. Unter dem gestrengen Blick von Alfons Schöpfer fielen die erzielten Resultate – im Vergleich zu letztem Jahr – mit drei Ausnahmen, eher dürftig aus. Zugegeben, UWK-Werfen ist nicht mehr ganz im Trend. Angesichts der Tatsache, dass 35-45jährige Männer Mühe haben 700g achtzehn Meter weit zu werfen, frage ich mich: Was machen die eigentlich heutzutage in den 17 Wochen RS? Konflikte lösen durch Deeskalation? Ich bin vom Thema abgeschweift, zurück zum Dreikampf. Die zehn Mann, halt, da ist ja noch unser Ex-Präsi kurz vor Meldeschluss im Wettkampfgelände aufgetaucht, also die elf Mann hatten die beiden Disziplinen UWK-Werfen und 10 m Luftgewehrschiessen innert kürzester Zeit über die Bühne gebracht. Bis zum Start um 15.30 Uhr zur finalen Disziplin, dem Lauf über die unmenschliche Distanz von 7,5 km zurück nach Niederscherli, genossen wir die wohlige Wärme in der Schützenstube. Laut Aussage von André Dolder (er war im Ziel zugegen und sah die gequälten Gesichtszüge von Pesche) stimmt die Behauptung, dass Läufer nicht länger leben, sondern nur älter aussehen, isn't it? Aber immerhin und mit berechtigtem Stolz darf der Schreibende vermerken, dass der LSV-Bern einen fünffachen Triumph feiern konnte. Platz eins bis fünf nur gelbe Teufel! Fünf am Ziel und elf gestartet, da stimmt doch etwas nicht! Ja da leckst mich am A...

Wo sind denn die fehlenden sechs abgeblieben, wo denn wo? Aha, alles laufsportgeschädigte die sich der mörderischen Anforderung nicht stellen konnten oder wollten. Damit die bemitleidenswerten im nächsten Jahr auch zu drei Disziplinen kommen, wird der Schreibende eine mit allen Schikanen gespikete Bikestrecke austüfteln. Versprochen ist versprochen! Der krönende Abschluss, oder die vierte Disziplin, fand dann später in der Wirtschaft Borisried statt, wo wie immer, die Veranda für uns reserviert war. Bei einem feinen, gut mundendem Stück sogenanntem «Bockwägeli»-Fleisch und herrlichem Alpenglühn, liessen wir den angebrochenen Nachmittag in lockerer Stimmung ausklingen. Wie sagt das franz. Sprichwort: «Les absents ont toujours tort».

#### *Zu guter Letzt*

Sportlich ansprechende Leistungen gab es natürlich auch in diesem Jahr einige zu verzeichnen. Nachstehend die Besten in jeder Disziplin.

7,5 km-Lauf: Hans-Ueli Heiniger 33.19 min

10m-Luftgewehr: Hans-Ueli Heiniger 87 Trefferpunkte (max. 100).  
18m-HG-Werfen: André Dolder 57 Trefferpunkte (max. 60).

### **Die Resultate:**

1. Hans Ulrich Heiniger 3175 Pkte. ; 2. Peter Zürcher 2720 Pkte. ; 3. Werner Baumann 2518 Pkte. , 4. André Dolder 2228 Pkte. \*, 5. Rolf Ruprecht 2168 Pkte. , 6. Alfons Schöpfer 1980 Pkte.\* , 7. Ernst Schüpbach 1840 Pkte. \*, 8. René Hugli 1832 Pkte. \*, 9. Hansjürg Arm 1824 Pkte. \*, ex. Adrian Hänni 1824 Pkte., 11. Katrin Brunner 1352 Pkte.

PS: Eine Rangliste wird nicht abgegeben. Interessierte finden diese zum Ausdrucken auf [www.lsvbern.ch](http://www.lsvbern.ch) Vereinsnähe.

### **Erlebnisbericht zur 26. Gotthelfstafette vom 21. 10. 2007**

Wenn sich der Präsident, der Kassier, unser EDV-Fachmann und der Sekretär unseres Vereins an einem Sonntagmorgen kurz vor 11Uhr besammeln, muss schon etwas Spezielles auf der Tagesordnung stehen. Die vier Unverwüstlichen hatten sich zur Aufgabe gemacht, unsere Vereinsfarben in Lützelflüh an der Gotthelfstafette so teuer wie möglich zu verkaufen. Der Präsident chauffierte uns alle in das beschauliche Lützelflüh. Dort angekommen absolvierten wir rasch einen Boxenstopp in der Festwirtschaft, um gleichzeitig die Startnummer und die Streckenpläne zu studieren. Da unser EDV-Mann schon im Renndress anreiste, konnte er sich den Kampf in der Umkleidegarderobe sparen, und gleich eine Erkundungsfahrt auf seiner Bikestrecke absolvieren. Der Präsident und der Kassier absolvierten ihre Einlaufrunde wobei der Kassier noch nie so locker mit den beiden mithalten konnte. Kurz vor dem Start erfolgten noch Anweisungen wie die Übergaben der Schlaufe zu erfolgen hatte.

Unser Präsident durfte als erster den Schweiß für unseren Verein fließen lassen. Die Laufstrecke von 4.1km (Angabe Veranstalter) waren in zwei Runden eingeteilt. Nach der ersten Runde wurde er von seinen drei Begleitern euphorisch angefeuert. Mit einer sensationellen Schlusszeit von 13min. 50sec.bestätigte er seine Superform. Mit viel Schwung übergab der Präsident dem EDV-Spezialist die Schleife. Der hatte die Aufgabe auf der 8km langen Bikestrecke unsere Position zu verteidigen. Dieser Aufgabe war er mehr als gewachsen und war schon nach knapp 20 Minuten im Ziel. Auf der recht kupierten Strecke, mit sehr vielen Richtungsänderungen, konnte er Einen um den Andern überholen, um unseren Kassier auf die Laufstrecke zu schicken. Dieser hatte sich vorgenommen die 1.5km gut einzuteilen und sich nicht zu verheizen. Er hatte sich nicht zu warm angezogen um eine optimale Leistung abzurufen. Dies gelang im auch supergut und der Sekretär, sah den Kassier, schon von weitem aus seinem Warteraum. Die Übergabe funktionierte auch diesmal einwandfrei. Die 4,2km Inlinestrecke war für den Sekretär eine echte Herausforderung, sein Wille und sein Geist waren bereit, leider seine Technik noch nicht ganz ausgereift. Die Strecke war in 3,5 Runden eingeteilt. Nur unter grösster Selbstbeherrschung schaffte er es die richtige Rundenzahl zu zählen. Müde und zufrieden trafen wir uns im Ziel.

Der Sekretär dankt allen drei Mitstreitern für das tolle Erlebnis und den kurzweiligen Sonntag. Merci!!!

Das Team LSV Bern klassierte sich im 12. Rang mit einer Zeit von 51:27 min (17 Teams klass.).

*Rolf Ruprecht*

### **1. Lucerne Marathon vom 28. 10. 2007**

*Halbmarathon, Kat. M50:* 151. Charles Furrer 1:56,44 (224 Tn. klass.).

### **27. GurtenClassic vom 4. 11. 2007**

#### **Lauf 15 km**

*Kat. M50:* 34. Hans-Ulrich Heiniger 1:18.34,4 (88 Tn. kalss.).

### **Bike 16 km**

*Kat. M55:* 12. Hans Aebi 1:10.20,8 (16 Tn. klass.).

### **Wehrsport**

#### **49. Thuner Waffenlauf vom 3. 11. 2007, 21,1 km**

*Kat. M50:* 56. Charles Furrer 2:11.03,0 (61 Tn. klass. gesamt 187 Tn. klass.).

### **Was läuft...**

#### **...im Dezember**

- 18. Letztes Training und anschliessend Höck im Rest. Jäger, Bern-Bethlehem.
- 29. Biker Altjahresfahrt, s. Ausschreibung in diesem Heft!

#### **...Startkatalog**

- 2. 18. Steinhölzlilauflauf, 10,5 km
- 16. 31. Zürcher Silvesterlauf, 9 km
- 31. 29. Gippinger Stauseelauf, 7,5 km

### **Schlusspunkt**

Wer sich bewegt, hat schon gewonnen!

# Hallo Freaks!

Unsere alljährliche Altjahresfahrt (MTB) findet am Samstag, den 29. Dezember 2007 statt. Teilnehmen können auch **CCBler, Chrigeler, Pilzler, Fischer usw.** Die ca. 40 km lange Tour - mit Einkehr - ist für jedermann problemlos fahrbar.

**Wo:** Wir treffen uns beim Familiengartenareal «Jorden» in der Eymatt. Zu erreichen via Autobahnausfahrt Bern-Bethlehem. Parkplätze sind vorhanden! Die Zufahrt ist mit gelbem Läufer-Jalon markiert.

**Wann:** Der Start zur Tour ist für 10.00 Uhr vorgesehen.

**Und dann?** Nach erfolgter Rückkehr verweilen wir im geheizten Lokal bei einer Spaghettata und lassen die Saison noch einmal Revue passieren.

**Kosten:** Fr. 15.- (Essen + Lokalmiete) Getränke separat!

**Spezielles:** Da wir das Lokal mieten müssen und Lebensmittel eingekauft werden, **ist die Anmeldung verbindlich.** Der Anlass findet auch bei schlechtem Wetter statt.

**Wichtig:** Platzzahl beschränkt, wer zuerst kommt, mahlt zuerst!! Also sofort melden!!



Organisator: Laufsportverein Bern, Run and Bike

Anmeldungen:  
Bis spätestens Samstag, den 22. Dezember 2007 an  
René Hugli, Wangenstrasse 45 a  
3018 Bern  
Mail to: [knitty@bluewin.ch](mailto:knitty@bluewin.ch)  
Phone: 079/482 63 47



## Anmeldung zur Altjahresfahrt 2007

Ja, ich nehme gerne Teil!

Name.....

Vorname.....

Phone.....

