



Beitrag für Vereinsinfo
November 2008

Bern, 7. November 2008

Mitteilung

Am 14. Dezember findet das letzte Vereinstraining des Jahres 2008 statt. Anschliessend Höck im Rest. Jäger Bern-Bethlehem.

Was lief...

52. Brienerseelauf vom 11. 10. 2008

Halbmarathon

Kat. M40: 1. Michael Abplanalp 1:15.04,3 (73 Tn. klass. Bravo!).

Kat. M50: 7. Hans-Ulrich Heiniger 1:32.22,7 (40 Tn. klass.).

28. Gurten Classic vom 2. 11. 2008, 15 km

Kat. M50: 29. Hans-Ulrich Heiniger 1:19.16,9 (75 Tn. klass.).

Ekiden Marathon Basel/Riehen , vom 26.10.2008

Michael Abplanalp machte im Team TV Länggasse Masters (über 40 jährig), mit. Sie erreichten den 3. Rang von 10 Teams, Zeit 2:41:50. Michu lief die Startstrecke von 10.652km in der Zeit von 38:02.

Bedeutung des Wortes Ekiden (aus <http://de.wikipedia.org/>):

«Ekiden ist ein Langstrecken-Staffellaufwettbewerb. Der Wettbewerb entwickelte sich aus einem Kommunikations- und Transportsystem des 17. Jahrhunderts zwischen dem Militärsitz Tokyo und der Kaiserresidenz Kyoto und bedeutet soviel wie «von Ort zu Ort». Der erste sportliche Ekiden-Wettbewerb wurde 1917 von der Zeitung Yomiuri Shimbun gesponsort und führte über drei Tage und 516 km von der alten japanischen Hauptstadt Kyoto zu der modernen Hauptstadt Tokio, um an den 50. Jahrestag der Hauptstadtverlegung zu erinnern. Anstelle einer Botschaft wird bei einem Ekiden-Wettbewerb ein Band übergeben. Dabei kann die Laufdistanz variieren. Heute sind Wettbewerbe über die Marathon-Distanz üblich, meist mit sechs Läufern (5 km - 10 km - 5 km - 10 km - 5 km - 7,195 km). Daneben werden gelegentlich auch Ekiden-Wettbewerbe als Marathonstaffeln mit fünf Läufern sowie als 100-Kilometer-Staffeln mit sieben Läufern ausgetragen.

Der Weltleichtathletik-Verband IAAF führt einen Weltrekord für die Marathonstaffel. Die gültigen Leistungen (Stand Oktober 2008) stehen bei den Männern bei 1:57:06 Stunden (Kenia, 23. November 2005 in Chiba) und bei den Frauen bei 2:11:41 (China, 28. Februar 1992 in Peking), siehe Leichtathletik-Weltrekorde. In den Jahren 1992, 1994, 1996 und 1998 trug die IAAF Weltmeisterschaften in der Marathonstaffel aus. Eine Vorläuferveranstaltung wurde 1986 mit Staffeln aus fünf Läufern durchgeführt.

Von Japan ausgehend, gibt es mittlerweile weltweit Ekiden-Wettbewerbe, so beispielsweise in Neuseeland, Kanada, Spanien, den Niederlanden, China, Deutschland, Frankreich, den Vereinigten Staaten und Korea. Der weltweit bekannteste Ekiden findet seit 1988 jährlich am

«Tag der Arbeit» im November in der japanischen Stadt Chiba (Nähe Tokio) statt. Dort nehmen etwa 15 Staffeln aus allen Kontinenten teil.» In Basel handelt es sich um eine Marathonstaffel, die Distanzen sind 10.652/4.902/9.805/4.902/4.902/7.032km in Abweichung zu den üblichen Distanzen wie im Artikel beschrieben.

LSV Dreikampf vom 18. Oktober 2008, Niederscherli

Bei besten äusseren Bedingungen konnte dieser traditionelle, im Herbst angesiedelte Anlass durchgeführt werden. Leider auch schon Tradition ist die dürftige Beteiligung der sogn. Aktivmitglieder, gerade mal deren 13 trafen sich in Niederscherli. Jüngere Gesichter waren keine auszumachen, schade! In Kürze artet dies in ein Rentner-Event aus, wobei sich diese, wie die Rangliste zeigt, achtbar schlugen. Auch die Tatsache, dass wer Mühe mit Laufen hat, erstmals auch aufs Bike steigen konnte, brachte keinen zusätzlichen Mann an den Start. Immerhin konnten derart nun fünf Laufsport geschädigte ebenfalls eine dritte Disziplin ausüben. Das spontan ausgesprochene Lob der Bikenden über die von mir ausgesuchte Strecke, entschädigte mich für den gehaltenen Mehraufwand (jää vo nüüt chunnt nüüt!). Die 7,2 km kurze Strecke mit 298m HD und einer maximalen Steigung von 19% hatte es in sich, und forderte alle. Ich verzichte hier, zum 25. Mal über den Ablauf des spassigen, polysportiven Wettkampfes ausführlich zu berichten. Ebenso traditionell ist im Anschluss daran der Besuch der Wirtschaft in Borisried, wo bei einem guten Stück Fleisch in der Regel angeregt über die verschiedensten Themen diskutiert wird.

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 33:04 min

7,2 km Bike: René Hugli 26:58 min.

10m-Luftgewehr: Hans-Ueli Heiniger 87 Trefferpunkte (max. 100).

20m-HG-Werfen: Hans-Ueli Heiniger 52 Trefferpunkte (max. 60).

Die Rangverkündigung erfolgt wie immer am LSV-Unterhaltungsabend.

Knitty

Was läuft...

... im Dezember

- 14.. Letztes Training im alten Jahr, anschliessend Höck im Rest. Jäger, Bern-Bethlehem.
- 30. Altjahrsfahrt, Bike-Tour siehe Ausschreibung in diesem Heft!

Schlusspunkt

Distanz ist, was Dein Kopf daraus macht!

Hallo Freunde!

Die alljährliche Altjahresfahrt (MTB) findet am Dienstag, den 30. Dezember 2008 statt. Teilnehmen können auch **CCBler, Chrigeler, Pilzler, Fischer usw.**

Vorgesehen ist eine ca. 40 km lange Tour mit Einkehr.

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 pünktlich um 10.00 Uhr.

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 bei jedem Wetter statt.

Wichtig: Die Platzzahl ist beschränkt **Wer zuerst kommt, mahlt zuerst!! Also sofort melden!!**



Organisator: Laufsportverein Bern, Run and Bike

Anmeldungen:

Bis spätestestens Montag, den 22. Dezember 2008 an René Hugi, Wangenstrasse 45 a 3018 Bern

Mail to: knitty@bluewin.ch

Phone: 079/482 63 47



Anmeldung zur Altjahresfahrt 2008

Name.....

Vorname.....

Phone.....