



www.lgrl.ch

INFO März 2016-1

Geschäftsstelle: Thomas Lüdi / 034 461 24 03 / 079 194 33 37 / luedi.t-e@quickline.ch

Obmann: Beat Neuenschwander / beat.neuenschwander@bfh.ch

Auch in diesem Jahr darf ich mich herzlich bedanken für die einbezahlten Infobeiträge!

Für die zahlreichen „Aufrundungen“ oder das „Verrutschen um eine Stelle nach links“ beim Ausfüllen des Einzahlungsscheines zu Gunsten unserer Nachwuchsathleten und des Trainingslagers sind wir ebenfalls sehr dankbar.

Hallenmeeting BBA, Macolin 31. Jan 16

Zehn Athletinnen und Athleten der LGRL starten mehrheitlich mit positiven Resultaten in die neue Hallensaison. Es konnten einige neue persönliche Bestleistungen verbucht werden. SM- Limiten wurden zum Teil nur um 1/10 Sekunden oder Zentimeter verpasst – leider. Neu erfüllt Severin Mauerhofer mit seiner persönlichen Bestleistung im Hochsprung die U 23 SM-Limite.

Resultate:

60 m

U16M	Schär Dominik	8.17 s
U18W	Bugmann Eva	8.69 s

60 m Hürden

U18M	Aebi Christoph	10.55 s
U16W	Oppliger Anja	10.09 s
U16W	Wüthrich Anna	10.77 s

1000 m

MAN	Lüdi Nicola	2:56.91 min
MAN	Mauerhofer Severin	3:02.00 min
U20M	Schüpbach Noel	3:10.80 min
U18M	Aebi Christoph	3:24.00 min
U16M	Schär Dominik	3:09.01 min
U18W	Wüthrich Michelle	3:50.77 min
U16W	Wüthrich Anna	3:34.41 min

Weitsprung

U18M	Stalder Fabian	4.80 m
------	----------------	--------

Hochsprung

MAN	Lüdi Nicola	2.04 m
MAN	Mauerhofer Severin	1.86 m
U20M	Schüpbach Noel	1.62 m
U18M	Aebi Christoph	1.45 m
U18M	Stalder Fabian	1.62 m
U18W	Bugmann Eva	1.46 m

Kugel (3kg)

U18W	Wüthrich Michelle	7.95 m
U16W	Oppliger Anja	9.85 m



Fabian Stalder mit gelungenem Versuch im Hochsprung

GGB – Hallenmeeting und 6.+7. Feb 16 Hallen - Mehrkampf – SM, Magglingen

Mit viel Respekt vor dem namhaften Teilnehmerfeld und dem Ziel, den Wettkampf nicht als Letzter zu beenden, startet Nicola in seine erste Mehrkampf – SM. Nach dem Wettkampf mit vier persönlichen Bestleistungen und dem achten Schlussrang ist das Ziel erreicht. Der Wettkampf hat schonungslos die Differenz zu den besten Mehrkämpfern des Landes aufgezeigt; besonders im Bereich Schnelligkeit. Das Ergebnis darf aber sicher als persönlicher Erfolg gewertet werden!



Am gleichen Meeting nimmt Dominik Schär bei zwei Einzeldisziplinen mit dem Ziel teil, die Teilnahmekriterien für die Hallen-Nachwuchs-SM zu erfüllen. Mit neuer persönlicher Bestzeit im 60m – Sprint verpasst er sein Ziel knapp. Dagegen bestätigt er im 1000m – Rennen die schon im letzten Sommer einmal erfüllte Limite mit persönlicher Hallenbestzeit.

Resultate Meeting und Hallen-MK-SM:

	60 m		
U16M	Schär Dominik		8.07 s
	1000 m		
U16M	Schär Dominik	3:01.63 min	
	Mehrkampf		
MAN	Lüdi Nicola	3567 Punkte	Rang 8
	60m		7.55 s
	Weitsprung		6.64 m
	Kugel (7.25 kg)		10.95 m
	Hochsprung		2.04 m
	1000 m		2:50.72 min

Hallen-SM Nachwuchs, Macolin 21. Feb 16

Nach über einem Jahr mit eher bescheidenen Weiten in Kugelstosswettkämpfen kann **Anja Oppliger** ihre Trainingsleistungen wieder einmal bei einem Ernstkampf umsetzen und verbessert ihre eigene Bestleistung um 31 cm.

Damit erreicht Anja den guten 4. Schlussrang. Erwähnenswerte Einstellung im Wettkampf: Nach technisch völlig ungenügenden Versuchen beim Einstossen steigert sie sich technisch im richtigen Moment.

Dominik Schär kann in seinem Wettkampf nicht ganz an seine besten Leistungen anknüpfen und muss seine Gegner ziehen lassen. Mit einer für ihn immer noch ansprechenden Zeit belegt er am Ende den **17. Schlussrang**.



Anja Oppliger in Action

Resultate:

	1000 m		
U16M	Schär Dominik		3:07.05 min
	Kugel (3kg)		
U16W	Oppliger Anja		11.00 m

Seel. LA-Hallen Mehrkampf 27. Feb 16 Magglingen

Bei allen 9 Athleten wechseln sich während der vier Disziplinen Licht und Schatten munter ab. Dies zeigt sich bei den erzielten Resultaten – manchmal ein persönlicher Erfolg, manchmal eher nicht. Der abschliessende 1000m – Lauf schüttelt das Klasselement nochmals durch;

auch hier mit positivem und negativem Effekt auf die Schlussrangierung unserer Athleten. Sofern die Jugendlichen bereit sind, den Wettkampferlauf und ihre Leistungen objektiv zu beurteilen, können sie viele Erfahrungen und Erkenntnisse positiv in zukünftige Wettkämpfe mitnehmen.



Resultate 4-Kampf:

Kat.	Athlet/in	Punktzahl	Rang
U18W	Stalder Fabian	2105 Pkt.	Rang 11
	60m: 08.27 / Hoch: 1.60 / Kugel: 7.14 / 1000m: 3:18.37		
U18W	Bugmann Eva	1799 Pkt.	Rang 10
	60m: 09.04 / Hoch: 1.42 / Kugel: 7.84 / 1000m: 4:20.19		
U18W	Wüthrich Michelle	1777 Pkt.	Rang 11
	60m: 09.57 / Hoch: 1.30 / Kugel: 7.17 / 1000m: 3:40.73		
U16M	Schär Dominik	2268 Pkt.	Rang 7
	60m: 08.11 / Weit: 4.80 / Kugel: 9.33 / 1000m: 3:10.46		
U16W	Oppliger Anja	2293 Pkt.	Rang 6
	60m: 08.62 / Weit: 4.83 / Kugel: 10.86 / 1000m: 3:57.09		
U16W	Wüthrich Anna	1864 Pkt.	Rang 24
	60m: 09.29 / Weit: 4.40 / Kugel: 6.90 / 1000m: 3:46.79		
U14M	Knochenhauer Nils	1224 Pkt.	Rang 23
	60m: 09.30 / Weit: 4.12 / Kugel: 5.06 / 1000m: 4:08.06		
U14W	Eggimann Tamara	1055 Pkt.	Rang 53
	60m: 10.37 / Weit: 3.33 / Kugel: 6.29 / 1000m: 4:56.98		
U12W	Wenger Joelle	1051 Pkt.	Rang 30
	60m: 10.44 / Weit: 3.26 / Kugel: 5.63 / 1000m: 4:35.54		

Hallen-SM Aktive, St. Gallen 28. Feb 16

In einem sehr guten Wettkampf mit neuer persönlicher Hallenbestleistung gewinnt Nicola die **Bronzemedaille**. Keine Chance auf Gold und Silber – die nächstklassierten Springer deutlich distanziert – ein klar verdienter Podestplatz!



v.l.n.r:
Roman Sieber

Loïc Gasch

Nicola Lüdi

Resultate:

	Hochsprung		
MAN	Lüdi Nicola	2.06 m	Rang 3