

Jahresbericht Technischer Leiter LSVB 2007

Merkpunkte:

1. Positives Trainingsfeedback der Mehrheit der Läufer/innen.
2. Gute Stimmung im Verein und im Training.
3. Vielfältigkeit des Angebotes wird genutzt.

LSVB-Eckpunkte 2007:

- Wintertrainingslager 30 Personen
- Sommerlaufstage 26 Personen
- Trainingslager Mallorca 26 Personen
- variable Longgjogg bis 15 Personen
mit Start in Aesch, Allschwil, Kleinhünigen
- Longgjogg Start fix ab St.Jakob
- Thermalbadbesuch Bad Bellingen
- 5 Berglauftraining mit Andy Dettwiler bis 16 Personen
- Ultralonggjoggtraining mit Rolf Mägli 3 Personen
- Gemeinsame Anreise GP Bern 25 Personen
- Vereinsausflug an den Greifenseelauf 30 Personen
- Gemeinsame Anreise Jungfrau-Marathon
- Gemeinsame Anreise Lausanne-Marathon
- Zweimal LSVB-Pizzaessen 36 Personen
- Spaghetti-Essen bei Andre Soguel 20 Personen
- Paella-Kochkurs 16 Personen
- Kunstmuseumsbesuch 12 Personen
- Konzertbesuch in Basel und Luzern

Trainingskonzept: Das Trainingskonzept des LSVB hat sich bewährt und ist in Ordnung so wie es ist.

Coaching der Gruppenleiter: Ein Coaching der GL erfolgte durch mich. Es finden regelmässige Aussprachen mit den GL statt. Hier zähle ich auf das Verständnis der Läufer, wenn es mal zu schnell oder zu lange war. Bei Problemen erwünsche ich mir ein direktes Ansprechen, so dass ich gegebenenfalls auch reagieren kann.

Die Gruppe 1+2: Diese Spitzenläufer sind nun im LSVB-Trainingsplan integrieren. Sie erliefen sich im Jahr 2007 eine unglaubliche Siegserie mit Spitzenresultaten an Internationalen Läufen.

Hier eine nicht vollständige Aufzählung der Resultate von LSVB-Läufer/innen.

10km	Luxembourg	3.Rang	Rainer Hauch
	Rheinfelden	1.Rang AK	Ueli Wägli
	Seltisberg	3.Rang AK	Phillipp Griner
HM	Bienwald	2.Rang AK	Graziella Reinhard
		1.Rang + 1.AK	Yvonne Hodel
	Rheinfelden	1.Rang AK	Ruth Tanner
		1.Rang AK	Christa Willin
		2.Rang AK	Pia Kilcher
	Oberglatt	6.Rang AK	Adrian Schlatter
	3-Länderlauf	6.Rang AK	Stefanie Boschert
	Epauvillers	6.Rang AK	Fabienne Mezni
	Biel	1.Rang AK	Paul Rüst
		4.Rang AK	Anneröse Iseli
3.Rang AK		Christine Junot	
Marathon	Saarbrücken	1.Rang + 1.AK	Rainer Hauch
	La Pastourelle	2.Rang AK	Adrian Schlatter
	Val d Travers	2.Rang AK	Adrian Schlatter
	Genf	8.Rang AK	Graziella Reinhard
	Tirol	4.Rang AK	Graziella Reinhard
12h Lauf	Basel	1.Rang AK	Pia Kilcher
24h-Lauf	Basel	2.Rang	Martin Wagen
		6.Rang	Mchi Misteli
		4.Rang	Esti Scheidegger
100km	Biel	1.Rang AK	Andrea Abt
		7.Rang AK	Pia Kilcher

Diese unvollständige Auflistung der Resultate 1.HJ 07 zeigt mir, dass der Verein lebt und in der Breite zum Erfolg läuft. Ueber Kurzdistanz wie auch über Ultradistanzen werden durch die einzelnen Vereinsmitglieder schöne Resultate herausgelaufen. Der Verein wird bekannt gemacht. Umso schöner ist es für mich, dann bei den Siegerfotos, das Vereinslogo zu sehen.

Anfängerkurs War im 2007 ein voller Erfolg. Der Kurs wurde mit 12 Teilnehmer/innen durchgeführt. Es gab lauter positives Feedback. Mein spezieller Dank gilt dem OK-Team um Christine Mazenauer und Beat Osswald

Stadtlauftraining Wurde mit fast 80 Läufer/innen durchgeführt. Es wurde kräftig trainiert und es konnte bei jedem Wetter eine grosse Anzahl Läufer begrüsst werden. Mein Dank gilt auch hier den Gruppenleiter, aber auch den LSVB-Läufern, die in diesen 7 Wochen situationsbedingt im Training etwas zu kurz kommen

Marathontage Die Marathontage 2007 waren ebenso ein Erfolg. Hier konnte ich mich rasch mit den neuen Aufgaben vertraut machen. Danke an alle Helfer des LSVB. Ihr müsst wissen, dass solche Grossanlässe nur durch die Mithilfe jedes Einzelnen von euch möglich ist. Ich war froh auf eure Unterstützung zählen zu können.

Vorstandsarbeit Ich danke dem gesamten Vorstand für die gute Aufnahme und die speditive Zusammenarbeit. Alle Sitzungen waren für mich eine Freude.

Vereinsmeisterschaft Mein Dank geht an die Läufer/innen die an der VM teilnehmen. Freut euch...es wird im nächsten Jahr nach demselben Typus eine Vereinsmeisterschaft durchgeführt. Ich hoffe vor allem bei den Vereininternen Läufen auf rege teilnahme. Bedeutet es doch viel Vorbereitungsarbeit diesen Lauf durchzuführen. Hier mein Appell an die Passiv-Mitglieder: „Eure Mithilfe ist sehr erwünscht“ Sei es als Zeitnehmer, Streckenmarkierer oder Verpflegungsposten. Danke an Albin, der uns in Bettingen mit Getränken versorgte.

Fazit:

Es war für mich als technischer Leiter eine Freude in einem solch aktiven Verein Verantwortung zu übernehmen.

Meldet mir eure Anliegen und Wünsche, ich versuche Sie unter eurer Mithilfe zu verwirklichen.

Appell an alle: „Eure Mithilfe ist sehr erwünscht“

Nur so kann ein Abwechslungsreiches Vereinsjahr 2008 durchgeführt werden.

Technischer Leiter LSVB Reto Immoos