

Leichtathletik – Technischer Bericht

Nach einem harten Trainings-Aufbauprogramm über die Wintermonate starteten die Leichtathleten mit viel Motivation in eine lange, ereignisreiche und vor allem erfolgreiche Wettkampfsaison 2012 gestartet. Anschliessend sind einige Höhepunkte daraus zusammengefasst.

Crossläufe

Anfang Jahr in Affoltern erreichten die KTV-Athleten bereits schon erste, beachtliche Resultate: Scherrer Chiara (U18), 4 km, 15:46, 1. Rang; Helfenberger Séline (U20), 4 km, 17:30, 5. Rang; Schaffner Raphael (U20), 4 km, 15:35, 16. Rang; Aktive Jagdrennen: Bitschnau Andreas, 4 km, 16:40, 9. Rang; Steinbacher Christoph, 6 km, 21:34, 9. Rang.

Frauen-Power am Crosslauf Bern

Resultate: Scherrer Chiara (U18), 3.3 km, 13:14.51, 1. Rang; Helfenberger Séline (U20), 3.3 km, 14:09.40, 7. Rang; Scherrer Delia (U20), 3.3 km, 14:12.55, 8. Rang.

SGALV-Crosslauf in Eschen

Bei eisiger Kälte fand der Crosslauf in Eschen statt. Silvan Göldi lief mutig hinter der Spitzengruppe mit. Sein Lohn war der tolle 6. Rang. Für Andrea Jud aus Oberhelenschwil war es der erste Crosslauf überhaupt. Mit viel Kampfgeist meisterte sie die 2000 m und wurde gute Achte. Raphael Schaffner versuchte sich als U20-Athlet bei den Männern über den Kurzcross. Er lief geschickt mit und erreichte den 3. Rang. Christoph Steinbacher aus Wattwil startete über die Langdistanz von 9000 m. Er lief mit der Spitze mit und sicherte sich den 3. Rang.



Christoph Steinbacher (Nr. 60) in Aktion über die Langdistanz.

Resultate: Göldi Silvan (U16), 2 km, 7:38.91, 6. Rang; Schaffner Raphael (U20), Kurzcross 3 km, 10:35.01, 3. Rang; Stein-

bacher Christoph (M), 9 km, 32:50.96, 3. Rang; Jud Andrea (U16), 2 km, 8:39.88, 8. Rang.

Crosslauf Benken

Resultate: Jud Andrea (U16), 2.1 km, 8:35.45, 8. Rang; Scherrer Chiara (U18), 3.1 km, 11:34.90, 1. Rang; Scherrer Delia (U20), 4.1 km, 16:48.45, 6. Rang; Helfenberger Séline (U20), 4.1 km, 17:13.93, 8. Rang; Steinbacher Christoph (M), 8.1 km, 29:59.07, 1. Rang.

Cross-Schweizermeisterschaften Näfels

Laura Giger (U14) zeigte ein ausgezeichnetes Rennen und erreichte den 14. Rang. Für Andrea Jud galt es 3000 m zu bewältigen. Sie kam auf den 26. Rang. Silvan Göldi (U16) fand nie den Rhythmus und musste sich mit dem 18. Rang begnügen. Für Chiara Scherrer (U18) gab es erneut einen 4. Rang an einer Schweizermeisterschaft. Bei den Juniorinnen erreichte Delia Scherrer den tollen 9. und Seliné Helfenberger den 14. Rang. Christoph Steinbacher lief über die 10 km-Distanz auf den 35. Rang.

Hallenmeetings

Eine erste Standortbestimmung Mitte Januar gab es für die Leichtathleten beim Hallenmeeting in St.Gallen. *Resultate:* Kölbener Nicole (U18), 200 m, 31.44, 14. Rang; 400 m, 70.98, 9. Rang; Göldi Damian (U18), 60 m, 7.70 (VL), 7.74 (F), 9. Rang; 200 m, 25.37, 13. Rang; Weitsprung, 5.81 m, 7. Rang; Good Jeffrey (U18), 60 m Hü (91.4 cm), 9.15 (VL), 9.03 (F), 5. Rang; 200 m, 24.72, 5. Rang; Kugel (5 kg), 12.72 m, 4. Rang; Bachmann Dario (U20), 60 m Hü (99.1 cm), 8.95 (VL), 8.92 (F), 2. Rang; 200 m, 25.11, 5. Rang; Weitsprung, 5.46 m, 13. Rang; Schaffner Raphael (U20), 200 m, 25.44, 7. Rang; 400 m, 55.70, 7. Rang; Bitschnau Andreas (M), 800 m, 2:11.10, 6. Rang; Menzi Diego (M), 800 m, 1:59.45, 1. Rang.

Hallenmeeting in Magglingen

Selina Büchel startete über die 800 m. Abwechslungsweise führten die Athletinnen über die Runden. Selina

Hallen-Schweizermeisterschaften

Favoritin Selina hatte ihren Titel über die 800 m vom Vorjahr zu verteidigen. Viele starke Läuferinnen standen im Final. Nach der ersten Runde übernahm Selina das Kommando und sorgte mit einer Tempoverschärfung von der Spitze aus für die Entscheidung. Mit einer Zeit von 2:07.61 durfte sie die verdiente Goldmedaille in Empfang nehmen.

Beim 800-m-Rennen lief Diego Menzi von Beginn weg geschickt mit, war stets vorne im Feld und sicherte sich die Silbermedaille. Seine Zeit von 1:54.66 bedeutete für ihn Saisonbestzeit.

Hallen-Schweizermeisterschaften Nachwuchs

Mit etwas Wettkampfglück wären in Magglingen Medaillen für die sieben Nachwuchsathleten in Reichweite gelegen. Damian Göldi war wegen einer Grippe noch nicht ganz auf seinem maximalen Leistungsniveau. Beim 60-m-Lauf stoppte die Zeit bei 7.73. Jeffrey Good stiess die Kugel auf die gute Weite von 12.48 m, was ihm den 8. Rang einbrachte. Bei sämtlichen 1000-m-Läufen wurden mit einem hohen Anfangstempo die Felder gesprengt. Chiara Scherrer lag 40 m vor dem Ziel noch auf dem aussichtsreichen 2. Rang, musste sich aber von heransprintenden Konkurrentinnen noch geschlagen geben. Die Zeit von 3:01.80 über die 1000 m bedeutete für sie dennoch neue persönliche Bestzeit, und somit war die Freude trotzdem gross über den 4. Rang. Auch bei den Juniorinnen gab es durch Delia Scherrer einen tollen 4. Rang im 1000 m-Lauf. Sie lief mit einer guten Zeit von 3:06.50 Uhr ins Ziel. Als Meisterschaftsneuling trat Silvan Göldi (U16) zum 1000-m-Lauf an. Er konnte seine persönliche Bestzeit (PB) um sieben Sekunden senken. Die Zeit von 2:50.10 reichte für den guten 5. Rang. Der Junior Raphael Schaffner musste bei starker Mittelstrecken-Konkurrenz um eine gute Laufposition kämpfen. Seine Endzeit von 2:44.08 ergab den 9. Rang.

verfügte über die grössten Reserven und siegte. Mit der Zeit von 2:06.61 lief sie fast U23 Rekord (2:06.35).

Bodensee Athletics Meeting St.Gallen

Resultate: Büchel Selina (F), 200m, 26.65, 8. Rang; 400 m, 57.25, 1. Rang; Kölbener Nicole (U18), 200 m, 30.16; 400 m, 70.82, 3. Rang; Göldi Silvan (U16), 800 m, 2:13.93, 2. Rang; Good Jeffrey (U18), 60 m Hü. (91.4 cm), 9.12; 400 m, 55.24, 2. Rang; Kugel (5 kg), 12.50 m, 3. Rang; Weitsprung, 5.31 m, 6. Rang; Bachmann Dario (U20), 60 m, 7.96; 200 m, 25.53; Schaffner Raphael (U20), 800 m, 2:02.87; Bitschnau Andreas (M), 800 m, 2:09.80; Menzi Diego (M), 800 m, 1:57.41, 1. Rang.

Trainingslager in Cesenatico

Mitte April weilten 13 Leichtathletinnen und -athleten und die Trainer Marlis und Urs Göldi für eine Woche im Trainingslager in Italien. Fleissig wurde an Ausdauer, Kraft und Lauftechnik gefeilt. Nebst den oftmals harten Trainingseinheiten durfte aber auch das Gesellige nicht zu kurz kommen. So boten Beachvolleyball und Relaxen am Strand willkommene Abwechslung.



Die KTV-Athleten und Trainer im Trainingslager 2012.

Meeting-Resultate 1. Saisonhälfte

Eröffnungsmeeting in Pliezhausen (D)

Delia und Chiara Scherrer liefen in Deutschland ein hervorragendes Rennen, wobei die Jüngere, Chiara die Nase vorn hatte.

Resultate: Scherrer Chiara, 2 km Steeple, 7:21.86; Scherrer Delia, 2 km Steeple, 7:37.71.

Aebtestadt Meeting in Wil

Resultate: Büchel Selina, 600m, 1:31.52; Good Jeffrey, 600m, 1:34.32; 110m Hü. (91.4 cm), 16.46; Schaffner Raphael, 1000m, 2:47.90.

Auffahrtsmeeting Langenthal

Resultate: Bitschnau Andreas, 600 m, 1:32.09; Schaffner Raphael, 600 m, 1:28.06 (PB); Göldi Silvan, 2000 m, 6:23.20 (PB); Büchel Selina, 300 m, 40.54 (PB); Jud Andrea, 600 m, 1:47.22 (PB); Scherrer Delia, 1000 m, 3:01.41 (PB); Scherrer Chiara, 3000 m, 10:29.60 (PB); Wickli Marlis, 300 m Hü., 45.13 (PB).

Auffahrtsmeeting Kreuzlingen

Resultate: Bachmann Dario, 50 m, 6.90; 100 m, 12.62; 110 m Hü. (99.1 cm), 15.97 (PB); Göldi Damian, 50 m, 6.64 (PB); Good Jeffrey, 200 m, 24.26 (PB); 110 m Hü. (91.4 cm), 16.53; Kugel (5 kg), 12.79 m (PB); Kölbener Nicole, 100 m, 14.70; Kölbener Nicole, 200 m, 29.60 (PB).

Nachwuchsmeeting Langenthal

Resultate: Bachmann Dario, 400m, 54.08 (PB); 110 m Hü. (99.1 cm), 15.50 (PB).

Pfingstmeeting Basel

Resultate: Scherrer Chiara, 1500 m, 4:44.69 (PB); Scherrer Delia, 1500 m, 4:48.96 (PB).

Pfingstmeeting Zofingen

Resultate: Menzi Diego, 800 m, 1:53.94 (PB); Scherrer Delia, 800 m, 2:22.61; Wickli Marlis, 800 m, 2:22.96.

Abendmeeting Freienbach

Resultate: Andreas Bitschnau, 800 m, 2:09.38; Chiara Scherrer, 2000 m Steeple, 7:05.44 (neuer Bahnrekord!); Delia Scherrer, 2000 m Steeple, 7:35.86; Pascal Helfenberger, 800 m, 2:26.68; Raphael Schaffner, 800 m, 2:03.32; Séline Helfenberger, 2000 m Steeple, 7:46.62; Christoph Steinbacher, 5000 m, 16:15.44.

Meeting in Bedford (Gb)

Selina Büchel startete in einem internationalen Feld und erzielte über 800m in der Zeit von 2:06.23 den sensationellen 1. Rang!

Swiss Meeting Nottwil

Silvan Göldi lief im hochkarätigen Feld hervorragend mit und durfte mit dem 4. Rang und neuer PB über 600 m sehr zufrieden sein. Chiara Scherrer startete über 800 m. Mit der Zeit von 2:17.53 lief sie nahe an ihre PB heran. Séline Helfenberger wollte im 1500m-Lauf unter 5 Min. laufen. Ihr Fahrplan ging bis 300 m vor dem Ziel voll auf. Trotzdem gab es eine neue PB. Jeffrey Good war nach der schlechten 400m-Zeit so geladen, dass er über 200 m eine neue PB aufstellte. Dario Bachmann startete über die 400 m Hürden seine Zeit von 59.27 war zugleich die Limite für die SM.

Resultate: Bachmann Dario (U20), 110 m Hü, 15.82; 400 m Hü, 59.27 (PB); Good Jeffrey (U18), 400 m, 58.68; 200 m, 24.08 (PB); Göldi Silvan (U16), 600 m, 1:29.51 (PB); Scherrer Chiara (U18), 800 m, 2:17.53 Min.; Schaffner Raphael (U20), 800 m, 2'09.12"; Bitschnau Andreas (M), 800 m, 2:17.54; Helfenberger Séline (U20), 1500 m, 5:01.67.

Meisterschaften

Kantonale Meisterschaften Balgach

Resultate: Good Jeffrey (U18), Kugel (5 kg), 12.41 m (PB), 1. Rang; 110 m Hü. (91.4 cm), 16.06 (VL) 16.62 (F), 5. Rang; Speer (700 g), 43.49 (PB), 1. Rang; Menzi Diego (M), 800 m, 1:56.55, 1. Rang; Bitschnau Andreas (M), 800 m, 2:07.17, 7. Rang; Schaffner Raphael (U20), 800 m, 2:03.24, 4. Rang; Göldi Silvan (U16), 600 m, 1:30.68 (PB), 1. Rang; Nussbaumer Raffael (U16), 600 m, 1:38.23 (PB), 4. Rang; Jud Andrea (U16), 600 m, 1:51.12, 7. Rang; Giger Laura (U16), 600 m, 1:47.65 (PB), 3. Rang.

10000m- und 2000m-Steeple-Schweizermeisterschaften Uster

Resultate: Steinbacher Christoph (Aktive), 10000 m Bahn, 33:56.73, 27. Rang; Helfenberger Séline (U20), 2000 m Steeple, 7:48.60, 2. Rang.

Regionen-Meisterschaften Winterthur

Resultate: Jud Andrea (U16), 600 m, 1:50.29 (VL); Kölbener Nicole (U18), 300 m Hürden, 50.26 (PB), 3. Rang; Scherrer Chiara (U18), 800 m, 2:17.07 (PB), 2.

Rang; Göldi Silvan (U16), 600 m, 1:30.33 (PB), 3. Rang; Nussbaumer Raffael (U16), 600 m, 1:34.81 (PB), 5. Rang; Good Jeffrey (U18), Speer (700 g), 45.58 m (PB), 3. Rang; 400 m, 54.65 (VL) / 55.07 (F) (PB), 4. Rang.

Startschuss in die 2. Saisonhälfte

Meeting Regensdorf

Resultate: Andreas Bitschnau (M), 300 m, 41.63; Bachmann Dario (U20), 300 m Hü (91 cm), 43.33; Jeffrey Good (U18), 300 m Hü (91 cm), 43.31; 100 m 12.17; Damian Göldi (U18), 100 m, 12.10; Weitsprung, 5.88 m;

Raphael Schaffner (U20), 1500 m 4:25.2; Nicole Kölbener (U18), 300 m Hü (76 cm), 50.68; Séline Helfenberger (U20), 3000 m 11:29.21.

Meeting Aarau

Resultate: Angela Schönenberger (F), 800 m 2:22.14; Diego Menzi (M), 800 m, 1:53.86.

Qualifikationslauf Mille Gruyère Kreuzlingen

Resultate: Göldi Silvan (U16), 1000 m, 2:52.74 (PB), 1. Rang 1997; Nussbaumer Raffael (U16), 1000 m, 2:55.82 (PB) 1. Rang 1998; Jud Andrea (U16), 1000 m, 3:29.25, 2. Rang 1997; Laura Giger (U14), 1000 m, 3:20.58 (PB), 1. Rang 1999.

Vorprogramm

Athletissima Lausanne

An der Athletissima in Lausanne startete Chiara Scherrer, über 1500 m in der Nachwuchs-Kategorie im Vorprogramm und erreichte den tollen 3. Rang in einer Zeit von 4:50.18.

Vorprogramm

Meeting Weltklasse Zürich

Im Vorprogramm des Diamond-League-Meetings Weltklasse Zürich kamen einmal mehr zahlreiche Schweizer Athletinnen und Athleten zum Einsatz. Selina Büchel durfte sich im 800 m-Rennen als Siegerin feiern lassen. Die 800 m-Spezialistin lief in ihrem Rennen von Beginn weg an der Spitze und setzte sich in 2:06.18 durch.



Silvan Göldi, Andrea Jud, Laura Giger und Raffael Nussbaumer (v.l.n.r.).

Finallauf Mille Gruyère Aarau

Silvan Göldi pulverisierte seine Bestzeit über 1000 m und verbesserte sie um 9 Sekunden. In einem topbesetzten Feld lief er mutig hinter den schnellen U16-Läufern. Mit seinem 8. Rang und der Schlusszeit von 2:43.65 durfte er seine tolle Saison abschliessen. *weitere Resultate:* Raffael Nussbaumer (U15), 3:02.35, 16. Rang; Andrea Jud (U16), 3:21.98 (PB), 13. Rang; Laura Giger (U14), 3:18.63 (PB), 16. Rang.

Munotmeeting Schaffhausen

Resultate: Andreas Bitschnau (M), 800 m, 2:15.28; Raphael Schaffner (U20), 800 m, 2:05.70; Jeffrey Good (U18), 100 m, 12.08 (PB); 200 m, 24.30; Damian Göldi (U18), 100 m, 12.16; Weitsprung, 5.84 m; Delia Scherrer (U20), 800 m, 2:22.03; Nicole Kölbener (U18),

Nachwuchs-Schweizermeisterschaften

Acht Nachwuchsleichtathleten konnten sich für die Schweizermeisterschaften qualifizieren. In Genf waren die U18 und U16 im Einsatz, die U20 und U23 fanden sich in Basel zum Wettkampf. Viele Bestleistungen konnten verbucht werden.

Über die 1500 m war Delia Scherrer in aussichtsreicher Position ins Rennen gestartet. Mit gutem Schlusspurt erzielte sie in 4:45.79 (PB) den Vizemeistertitel. Chiara Scherrer (U18) überstand gekonnt den 1500 m-Vorlauf. Im Finallauf lief Chiara geschickt und erkämpfte sich die Silbermedaille in der hervorragenden Zeit von 4:46.87. Silvan Göldi (U16) startete zum ersten Mal an einer Schweizermeisterschaft. Dementsprechend hoch war die Nervosität. Über die 600 m wurde auf hohem Niveau gekämpft. Silvan erreichte mit der 8. schnellsten Vorlauf-Zeit gerade noch den Final, wo es ihm für den 7. Schlussrang reichte; er verbesserte seine Bestleistung auf gute 1:28.40. Dario Bachmann verpasste über 110 m Hürden seine Saisonbestleistung klar. Ebenfalls unter seinen Erwartungen blieb Jeffrey Good

im Speerwurf und über die Langhürden verpasste er den Finaleinzug nur um drei Zehntel. Séline Helfenberger (U20) startete über 5000 m. Durch ihr hohes Anfangstempo musste sie am Ende einen leichten Einbruch hinnehmen. Die Zeit von 20:00.29 bedeutete den 10. Rang sowie persönliche Bestzeit. Da die mehrfache 800 m-Meisterin Selina Büchel in der Kategorie U23 in ihrer Spezialdisziplin etwas unterfordert wäre, startete sie über 400 m. Selina schlug mit mutigem Beginn ein hohes Tempo an und hielt mit ihrer Endschnelligkeit alle Gegnerinnen in Schach. Somit durfte sie einen weiteren Schweizermeistertitel feiern. Mit der Zeit von 55.72 stellte sie eine neue persönliche Bestzeit auf. Raphael Schaffner konnte beim Saisonhöhepunkt eine tolle Leistung abrufen und erreichte bei den Junioren über die 800 m den 10. Rang. Dies mit einer Saisonbestleistung von 2:03.33.



Jeffrey Good (rechts).

100 m, 14.66; 200 m, 30.00 (PB); Séline Helfenberger (U20), 800 m, 2:27.85.

Internationales Meeting Belgien

Selina Büchel reiste mit dem Schweizerischen Leichtathletikverband nach Belgien, um am gutbesetzten Meeting über 800 m zu starten. Beherzt lief sie das hohe Anfangstempo mit und kämpfte wie immer bis ins Ziel. Selina belegte den 7. Rang; die Endzeit von 2:04.02 bedeutete für sie neue persönliche Bestzeit.

Staffel Schweizermeisterschaften Davos

Delia und Chiara Scherrer sowie Séline Helfenberger erreichten über die 3 x 1000 m der U20 den 2. Rang. Die Frauen-Staffel musste sich trotz der starken Schlussläuferin Selina Büchel mit Rang 5 begnügen. Die Junioren in der Olympischen Staffel verpassten trotz grossem Effort der beiden Schlussläufer Jeffrey Good und Damian Göldi den 5. Rang knapp. Ebenfalls

eine Silbermedaille gab es über die 3 x 1000 m der U16 für Raffel Nussbaumer, Fabian Nussbaumer (KTV Wil) und Silvan Göldi.

Team-Schweizermeisterschaften

An der Team-SM standen dieses Jahr die 800 m auf dem Programm. Vier Läuferinnen waren startberechtigt, die drei schnellsten Zeiten kamen in die Wertung. Der Schnitt von 2:15.11 bedeutete den 3. Rang. In Olten bewies vor allem Selina Büchel ihre Spätform. Mit einem Tempolauf von Beginn weg lief sie allen davon, und die Zeit von 2:05.02 bedeutete Tagesbestzeit der Frauen über 800 m.
weitere Resultate: Chiara Scherrer 2:18.99; Delia Scherrer 2:21.32; Séline Helfenberger 2:26.77.

Mehr nachzulesen auf www.ktvbuetschwil.ch

Urs Göldi, Technischer Leiter