

Jahresbericht 2014



Einige Höhepunkte aus dem Vereinsjahr

Ich picke einige Highlights raus. Jede Menge Berichte sind ja auf der Hornpage. Besonders ans Herz legen möchte ich euch den separaten Bericht der Jugendsektion.

Jugendsektion in neuen Händen

20 lange Jahre engagierte sich Jacqueline Keller stets mit jeder Menge Herzblut für die Jugendsektion, 14 Jahre davon als Leiterin. Jacqueline, wir danken dir ganz ganz herzlich für all die riesige professionelle Arbeit. Du konntest enorm viele Läuferinnen und Läufer für den Laufsport und die Hörner gewinnen und mit Ihnen grosse und grösste Erfolge feiern! Du hast mit ihnen nicht nur trainiert sondern sie an Wettkämpfen gecoacht, mit Ihnen gefeiert, ihnen die OL Welt gezeigt, Cross gerannt, Teamanlässe, Ferienpass geleitet und am Turgemer Weihnachtsmarkt gleich mehrere Stände betrieben. Unzählige Berichte über die Jugendsektion sowie die Erwachsenen zieren die Hornpage, das „mach mit“ und manche Ausgaben in der Regionalpresse. Vielleicht sind wir mal einer der ersten Vereine mit gewissen Laufberichten in Podcast-Form?



Wir sind stolz, ein Team von ehemaligen Jugendläufern der LG Horn gewonnen zu haben, das es 2014 anpackte und die Jugendsektion übernahm. Es ist eine grosse Herausforderung, sich neben eigener Aus- und Weiterbildung dem Training von jungen Läufern zu widmen. Unter der neuen Leitung von Jelena Vogel und Stellvertretung von ihrem Bruder Mathias sowie den Leiterinnen und Leitern Rebecca und Jeremias Boelhouwers sowie Debora Egloff wurde ein bewegtes Laufjahr mit vielen Höhepunkten gestaltet, welches im Bericht der Jugendleiterin zusammengefasst ist.

Also auch ihr, Jugendleitung und Leiterteam, ihr bewegt und erfreut die Läuferwelt, allen voran den Läufer Nachwuchs und ihre Angehörigen! Wir schätzen eure Arbeit sehr! Danke vielmals!

Aargauer Crossmeisterschaften im Brühl Windisch

Seit jeher nahmen immer wieder "Hörnler" an Cross-Läufen teil. Da gab es alles: ultraschnelle Läufe auf gefrorenem, topfebenen Gelände neben Waffenplätzen (Thun), Läufe, welche als 7km "lang" ausgeschrieben waren und das gesamte Feld auch nach 50 Minuten noch unterwegs war (Zurzach) oder auch Läufe im halbmeterhohen Schnee, wo wir danach noch einen weissen (!) Nagelschuh im Schnee suchten (und den falschen fanden!), aber einen derartig "schweren" Cross wie in Windisch gab es noch selten: ein richtig "lebendiger" Boden erwartete uns im Gebiet der Windischer "Heu-

matte", doch nicht genug damit: der Aufstieg in Richtung Lindhof musste bis zu 9 x (alle Männerkategorien) bewältigt werden. Ein riesengrosses Bravo an alle, welche samt und sonders unerschrocken und mit grosser Freude sich dieser Aufgabe stellten. Die Zuschauer konnten sehr einfach das Spektakel von verschiedensten Punkten aus beobachten und mitfühlen aber sie mussten sich auch vor Spritzern retten. So gab es dann noch Stefan Staudenmann, der 4 x einen Schuh verlor und schlussendlich ohne diesen ins Ziel kam Wahre Kämpfer! Und ich glaube die anderen Erwachsenen Horn-Crossläufer waren ziemlich „geschlaucht“ im Ziel und – mit vielen bleibenden Erinnerungen.

Feier 20 Jahre Jugendlauf der LG Horn

57 Hörner jeglichen Alters sowie Angehörige feierten am 22. Juni in der Mühlischeer in Birrhard [20 Jahre Jugendlauf](#). Nachdem man auf 10 verschiedenen Tischset-Typen einen ersten Rückblick gewinnen konnte, wurde wacker gebruncht. Abgerundet wurde das Essen von einem Rückblick mittels PowerPoint Präsentation von Markus: Am 17. Mai 1981 starteten erstmals Läufer am Aargauer Halbmarathon mit T-Shirts mit Aufdruck LG Horn. An der GV 1994 wurde angeregt, den Jugendlichen ein Laufsporttraining anzubieten. Jacqueline Keller und Kari Meier beginnen mit einer Handvoll Jugendlicher am Mittwochnachmittag in 2 Gruppen mit Steigerungsläufen und Stafetten aufs Horn. 2001 tritt Kari Meier zurück und Jacqueline übernimmt die Jugendsektion alleine – unterbrochen von einem Jahr Auszeit. Da wurden auch die Veränderungen des Trainingsaufbaus über die Zeit verglichen, Jacquelines umfassender Trainingsleitfaden 2000 beleuchtet, die Trainingswee-kends damals in Bad Dür rheim und heute polysportiv und für den ganzen Verein gegenüber gestellt. Auch die Werbung und Dokumentation hat sich immer wieder verändert und hat einen hohen Stellenwert.

Jacqueline wurde mit einem Wellness-Gutschein und Blumen geehrt.

Anschliessend kam Bewegung für jeden auf. In altersgemischten Gruppen genossen wir einen Plausch-Parcours für jedermann am und im Wald und hatten Mega den Plausch. Beim Kuchenbuffet liessen wir den gemeinsamen halben Tag ausklingen. Die wunderbaren Erinnerungen hallen noch in unseren Köpfen sowie auf der Hornpage nach.

Wettkämpfe

Hammermässige Resultate gelangen den unverletzten unseren Spitzenathleten wie Hansjörg Brückler, der am Hallwilerseelauf nicht nur in seiner Kategorie absolute Massstäbe setzte, Samuel Keller der immer noch schneller wird, unser Steven, der gleich $\frac{3}{4}$ Stunden schneller die Jungfrau hochrannte als den Zermatt Marathon zwei Monate zuvor.

Erwähnen möchte ich aber auch Verena, die sich ein ganzes Jahr lang steigerte und uns mit hervorragender Leistung am Amsterdam Marathon über die Halbmarathon-Strecke vertreten hat. Dann Elisabeth, welche in mit besten Stilnoten in einiges weniger als in 3 Stunden um den Hallwilersee walkte.

Aber es gab auch eine ganze Menge Leute, die waren verletzt und hatten es schwer. Ich drücke ihnen die Daumen, dass sie bald wieder voll im Schuss sind.

Wettkampfvorbereitung betrieben wir auch gemeinsam – so etwa an ein paar Trainings unter der Woche auf der blauen Bahn und dem 956 m Rundkurs im Schachen. Wir kamen nicht mehr zum Staunen raus – hat uns doch Jan Winkelhagen am 3. Tag nach dem Trail du Vallée de Joux der doch 36 km und 1600 Höhenmeter aufweist so richtig „gebodigt“.

Gümmeler und Bike Anlass

Einen regelrechten Ansturm hatte der Bike und Gümmeler-Anlass. Wir zogen in 2 Gruppen im Herbst auf 42 Rädern um den Siggenberg oder an den Rhein. Das Jägerhaus Hertenstein wusste zum Glück nicht wie viele Hörner sich am grossen Tisch draussen niederlassen wollten. Es kam zu keinem Ende. Wir freuen uns über das Echo und machen so was auch dieses Jahr wieder.

Das Treppenrätsel vom Unterwilerberg

Liebe unbekannter Treppenbauer!

Wow, die Überraschung mit der Treppe im Unterwilerberg ist voll gelungen
Wir sind froh! Nur, wem wir danken können herauszufinden, ist nicht zu uns gedrungen.

Wo wir auch nach dem Treppenbauer fragten, überall hiess es: „Nein, ich war es nicht“!
Darum gibt es jetzt halt auf der Hornpage für dich ein Gedicht!

Dank der Treppe brauchen wir Läufer nicht mehr durch den Schlamm zu ziehen und sind froh,
nachher keine Schuhe zu putzen noch diese zu verlieren. Wanderer sehen das ebenso!

Da stahlen wir Läufer doch so richtig, gell Annette
und rennen leichtfüssig und trocken von Treppenbrett zu Treppenbrett.

Ganz herzlichen Dank für das wunderbare Werk - es freut uns sehr!
Es ist doch lässig was es so gibt - ein Aufsteller mehr!

Hochzeit Stefanie und Dan

Es bereitete uns eine grosse Freude, dass unsere beiden Fans vom vorjährigen Amsterdam Marathon nach den Sommerferien heiraten und wir auf dem Bodensee zum Mitfeiern eingeladen waren. Markus in Begleitung von Martin hat es aber zuerst nach Rohrschach statt Romanshorn verschlagen. Natel sei Dank, hiess es dann Hopp dä Bäse und mit Sack und Pack 30 km verschieben und auf das wartende Schiff hechten. Wir genossen die romantische Fahrt und erstellten dann das Spalier eben beim Aussteigen. Die LG Horn Ballonpost flog bis in die Region von Kempten und so kam das Brautpaar noch zu einem Besuch von Bruno Webers Skulpturenpark mit Erklärung des halben Limmattals und einem Nachtessen.

Dank

Ich wünsche Euch und Euren Familien alles Gute, sowohl in privater wie auch in sportlicher Hinsicht, gute Gesundheit und viel Erfolg! Herzlichen Dank für die Mithilfe bei der Organisation der verschiedenen Anlässe und das schöne Vereinsleben, welches ohne Euer Zutun nicht möglich wäre.

Speziell erwähnen möchte ich noch die die Jugendabteilung mit Ihren Leiterinnen und Leitern. Was sie immer wieder erreichen ist vorbildlich, grossartig und bedingt viel Entbehrung. Merci vielmals.

Dann gibt es noch jemanden im Versteckten, der so viel macht und schneller ist als die Konkurrenz. Unser Webmaster, Stefan Ellensohn. Grazie Mille!

Herzlich bedanken möchte ich mich auch bei meinen Vorstandskollegen. Es ist eine Freude da zusammen zu arbeiten und immer wieder Neues zu spinnen und umzusetzen.

Euer Präsident

Markus Füglistner



Rückblick 2014

Aarg. Cross Meisterschaft Windisch

Die Jugendsektion hat noch passable Verhältnisse



Aarg. Cross Meisterschaft Windisch

Erwachsene so richtig im «Dräck»





20 Jahre Jugendlauf

tack! 명. 고맙습니다 谢谢
 dēkuji faafetai lava paldies maururu KIIITOS Todā
 salamat a dank dancon mahalo köszönöm cām on
Thank you!
 Gracías Tak a cū Teşekkür ederim!
 Merci obrigado благодаря धन्यवाद
 sukriya תודה Grazie Dank U dzlekuję
 dhanyavadalu Dank U terima kasih
 спасибо σας ευχαριστώ ありがとう takh



Reusslauf Bremgarten

wer ganz toll rauskam



Trainingsweekend

Freitag-Abendrunde

Samstag Spinning mit Karin Erne
& Bahntraining mit Debora Egloff



Trainingsweekend

Sonntag Running in 3 Gruppen, Walking,
Bad Zurzach Sal Aqua Natura
und ausklingen lassen im Diana Turgi



Karin, Debora & Markus
Dank euch sind wir auf dem ...



Grossaufmarsch am Limmatalauf

Surts und
Podestläufer



1000 m – Cup, Baden

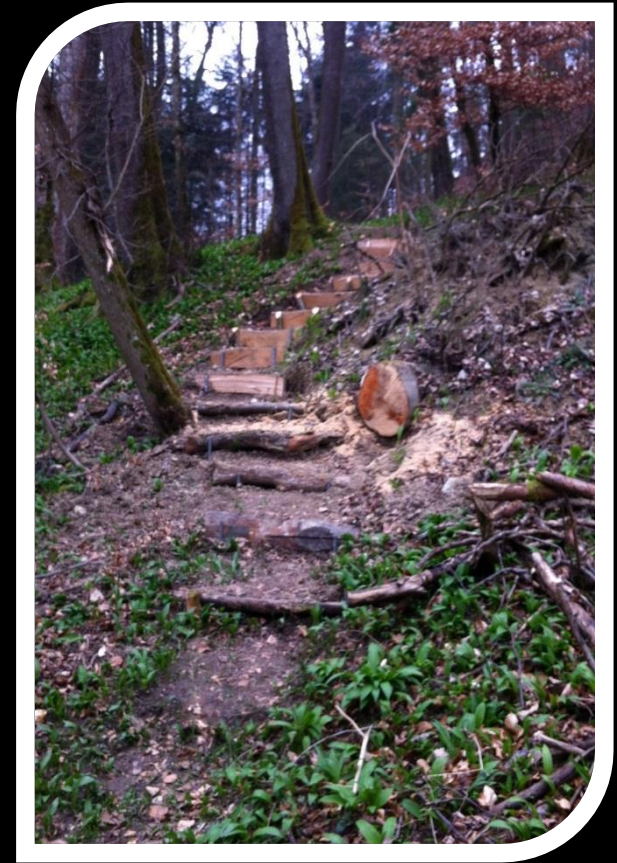
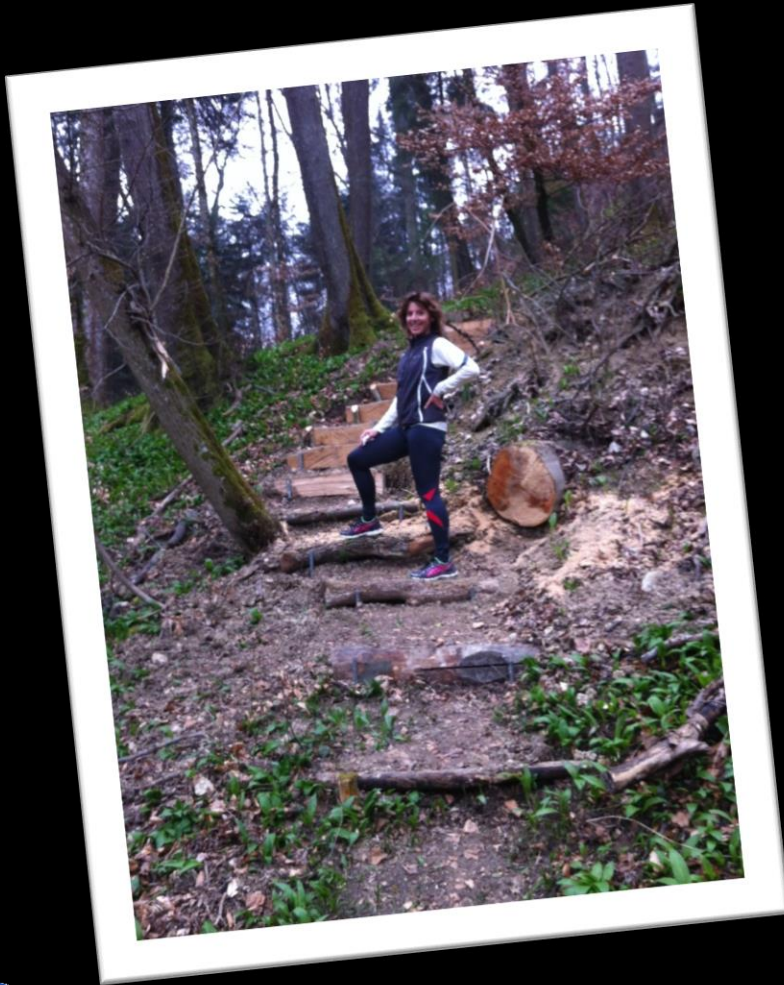


Name	Kategorie
Timo Suter	U18 M L.
Lena Koller	U16 W n. L.
Jan Erne	U16 M n. L.
Yves Kilian	U12 M
Siri Suter	U16 W n. L.
Christian Vogt	U18 M n. L.
Thierry Leimbacher	U18 M n. L.
Anna Canzani	U16 W n. L.
Robin Mennet	U14 M
Nora Laimbacher	U10 W
Jari Suter	U14 M
Hanna den Boer	U14 W
Anina Schryber	U12 W
Fabian Eppenberger	U14 M
Séverine Sieber	U14 W



Herzliche Gratulation
und vielen Dank an die Leiter Jelena, Mathias, Rebekka, Jeremias und Debora

Das Rätsel der Treppe vom Unterwilerberg





Hornbräteln

Die brandneue Bar durfte die LG Horn einweihen



Herzliche Gratulation
und vielen Dank an die Leiter Jelena, Mathias, Rebekka, Jeremias und Debora



Hörner im nahen Ausland

Estelberglauf - ein zünftiges Hügelcross





Bike- Tour I

Gruppe 1: Ab Gebenstorf via Steinenbühl – Endingen – Tegerfelden (Laufstrecke Trainingsweekend) – Döttingen an den Klingnauer Stausee (**Halt**) und zurück via Beznau – Villigen – Lauffohr nach Gebenstorf

Gruppe 2: Ab Gebenstorf via Turgi – Station Siggenthal – Würenlingen – Döttingen an den Klingnauer Stausee (**Halt**) und zurück via Beznau – Villigen – Lauffohr nach Gebenstorf





Hornauszug / Ranglisten

10 Meilen / MU18	53. Luca Frei	1.19.11.7
10 Meilen / M55	50. Markus Leimbacher	1.12.01.7
	91. Ronald Nau	1.14.40.0
	239. Bruno Kuhn	1.22.30.1
10 Meilen / PM 1.30	Markus Füglistner	1.29.21.8
Altstadt GP M40-59	270. Markus Füglistner	28.48.4
GP Walking 4.7km	Max Schmid	37.55



GP Bern

Vorjahreszeiten bei hiessen Temperaturen leicht untertroffen. Für einen auch mit Doppelstart (und sieht etwas frischer aus als der benachbarte Läufer)



Feier 20 Jahre Jugendlauf 22. Juni [\(Link\)](#)



Am schönsten Horn
das nicht Aargau steht



Hochzeit von Stefanie und Dan Horn-Ballone haben fliegen gelernt





Egelsee





Sikinga-Lauf, Untersiggenthal





Hallwilerseelauf

Rekordläufer
auch solche ohne Alter



Bild oben: Aargauer Zeitung 12. Okt. 2014





Chlauslauf

Da hatte Jelena
alle Hände voll zu tun







Weihnachtsmarkt und Spaghetti - Essen

Regel-Trainingsplan Jugendliche		
Wochentag	Dauer	Treffpunkt
Montag	18.30 bis 19:30 Uhr für alle Jugendläufer	Schulhaus Vogelsang
Mittwoch	18.00 bis 19.00 Uhr Spielerisch/Dauerlauf für eher kleinere	Schulhaus Brühl
Donnerstag	(Ab 2015) 18.30 bis 19.30 Uhr für Jugendläufer -Cracks	PP ehemals Rest. Corvinus



Spaghettiplausch





Da bleibt niemand im Regen stehen