



old boys news
3 2011



Leichtathletik-Sektion
BSC Old Boys Basel

Sie ist eine Heldin.

Sie spendet Blut und rettet Leben.

Mit ihrer Blutspende hilft sie Menschen.

Bei Unfällen und Krankheiten
kann die Versorgung mit Fremdblut
für jeden überlebenswichtig sein.



Blut spenden ist einfach und eine sichere Sache.

Um den Blutbedarf in der Region Basel zu decken,
sind wir laufend auf Blutspenden angewiesen.

Spenden können Sie bei Ihnen in der Nähe.

Beim Blutspendezentrum in Basel, im Kantonsspital Liestal
oder bei einer Blutspendeaktion in den Gemeinden.

Blutspendezentrum
beider Basel



Mitglied Blutspendedienst SRK

Hebelstrasse 10, 4031 Basel
Tel: 061 265 20 90, www.blutspende-basel.ch

old boys news

3 2011



Der Präsident.....	2
SM Aktive (05./06.08.2011).....	3
SVM - Nachwuchs / U16M - U18M - U20M.....	4
Christian Hohl: U23-CH-Meister im Berglauf (14.08.2011).....	6
Anders Holmberg: Vize-Weltmeister im OL-Sprint (14.08.2011).....	6
SM Nachwuchs U16/18 und U20/23 (03./04.09.2011).....	8
Grosses Meeting für die Kleinen (04.09.2011).....	8
Mein erster Master-WM-Titel.....	10
Athletenportrait: Gregori Ott.....	12
Athleteninformationen Winter 2011/2012.....	14
Lukas Kummer – Hauptsache schnell: auf oder in der Bahn!.....	16
Wilson läuft Schweizer Rekord mit der Nationalstaffel.....	23
Staffel-SM in Delsberg (11.09.2011).....	23
UBS Kids Cup Team Qualifikation (06.11.2011).....	23
Team-SM: Titel für die 200 Meter-Läufer (17.09.2011).....	24
Augusta Raurica Lauf (13.11.2011).....	25
Athletenportrait: Jil und Christopher Ullmann.....	26
Buchtip: Spannender Thriller zum Thema Gendoping.....	29
Stadtlauf 2011 (26.11.2011): Resultate des OB-Nachwuchs.....	30
OB - Neumitglieder.....	32
Informationen Old Boys News 1 / 2012.....	32

Leichtathletiksektion BSC OLD BOYS, Postfach 441, 4003 Basel

Präsident: Thomas Müller, Mühlemattweg 47, 4312 Magden, Tel.: 061 843 15 50
Sekretariat: Saskia Buchmüller, Sportzentrum Schützenmatte, Tel.: 061 302 57 63
Öffnungszeiten: Montag: 17.00 – 19.00, Mittwoch: 15.00 – 19.30
Postcheck: 40-9277-1
Bankverbindung: UBS AG, 4002 Basel, Konto 292-10744104.0
Redaktion: Lukas Mussler, lukas.mussler@stud.unibas.ch
Druck: Linsenmann Gissler AG, Binningerstrasse 95, 4123 Allschwil

Erscheint 3 mal jährlich
www.oldboysbasel.ch; las@oldboysbasel.

OB weiterhin mit 5 Sternen

Zum drittenmal hat swiss athletics ein Leistungssport Vereinsranking erstellt (http://www.swiss-athletics.ch/files/leistungssport/de_vereinsranking_2011.pdf). Zum drittenmal wurde OB dabei mit fünf Sternen als „Top Performer Verein“ ausgezeichnet. Und zum drittenmal belegt OB den dritten Rang, übertroffen nur noch vom ST Bern und vom LC Zürich.

Ein toller Erfolg!

Natürlich ist ein solches Ranking immer nur so gut wie seine Kriterien. Aber von der Tendenz wird uns schon bestätigt, dass bei uns im Leistungssport auf konstant hohem Niveau gute Arbeit geleistet wird.

Das ist natürlich zu einem grossen Teil das Verdienst unserer engagierten Trainerrinnen und Trainer. Ihnen kann man nicht genug für ihren generösen Einsatz danken

und ich nehme das Vereinsranking gerne zum Anlass, das an dieser Stelle wieder einmal auszusprechen: Merci villmoll!

Unseren Podestplatz verdanken wir vor allem auch unseren Athletinnen und Athleten. Mit den Qualifikationen für die Schweizermeisterschaften und für die diversen Kader bringen sie uns wichtige Punkte. Aber das allein greift zu kurz: In meinen Gesprächen mit den Trainercrew stelle ich immer wieder fest, wie stark deren Motivation auch von den Athletinnen und Athleten beeinflusst wird – und zwar nicht nur von erzielten Resultaten, sondern auch von der Leistungsbereitschaft, der Motivation, aber auch der Sozialkompetenz, die sie im Training an den Tag legen. Die Gleichung ist simpel: Tolle AthletInnen = motivierte TrainerInnen.

Dass wir uns hier zurzeit in einer Positivspirale bewegen, ist kein Zufall. Deshalb hier auch einmal ein grosses Dankeschön an unsere tollen Athletinnen und Athleten!

Die Schweizer Leichtathletik-Meisterschaften gehören der Vergangenheit an. Viele Überraschungen, aber auch Favoritensiege, ein Schweizer Rekord und ein fast volles Stadion verpassten den nationalen Titelkämpfen in Basel einen erfolgreichen Anstrich. Auch ein über halbstündiger partieller Stromausfall am zweiten Wettkampftag, konnte die gute Stimmung auf der Schützenmatte nicht schmälern.

Praktisch zeitgleich auf den Startschuss zum ersten 100 m Hürden Vorlauf der Frauen begann es auf der Schützenmatte zu regnen und hörte den ganzen Freitagabend nicht mehr so richtig auf. Das hinderte die Athletinnen und Athleten jedoch nicht daran, in ihrem Wettkampf vor fast 2'000 Zuschauerinnen und Zuschauern Topleistungen zu realisieren. Besonders zu erwähnen ist der U23 Schweizer Rekord (4.45 m) durch Anna-Katharina Schmid (ST Bern Leichtathletik) im Stabhochsprung der Frauen.

Der zweite Wettkampf- und Finaltag der Schweizer Leichtathletik-Meisterschaften fand meteorologisch gesehen, unter wesentlich besseren Bedingungen statt. 25 Entscheidungen standen auf dem Programm, die vom Schweizer Sportfernsehen live übertragen wurden. Mehr als 5'000 Zuschauerinnen und Zuschauer liessen sich in den Bann der Schweizer Leichtathletik ziehen, und selbst als kurz vor 19 Uhr ein über halbstündiger partieller Stromausfall im Stadion Schützenmatte dem Speakerteam die Stimme raubte, herrschte eine sensationelle Stimmung

auf den Rängen.

Drei Meistertitel und drei Bronzemedailen war die Ausbeute der regionalen Athletinnen und Athleten. Olivier Frey (LAS Old Boys Basel) gewann im Stabhochsprung seinen 14. Titel, Ana Zogovic (LAS Old Boys Basel) verteidigte ihren Titel erfolgreich und Alex Wilson (LAS Old Boys Basel) liess sich vom Publikum als Sieger ins Ziel tragen.

Karim Manaoui (LAS Old Boys Basel) 400 m Hürden, Raphaël Fuchs (LC Basel) 1'500 m und Claudine Müller (LAS Old Boys Basel) über 100 m Hürden wurden je Dritte. Clint Perret (LC Basel) lief über 5'000 m auf Platz 2 und Sven Tarnowski (LC Basel) siegte sogar im Hochsprung; beide Athleten sind aber als Ausländer weder titel- noch medaillenberechtigt.

Stimmungsvolle und erfolgreiche Titelkämpfe wickelten sich in Basel vor einem grossartigen Publikum ab und lieferten einen durchwegs positiven Eindruck. Hoffentlich lässt sich im kommenden Jahr ein ähnliches Leichtathletikfest wiederholen, wenn die U20 / U23 Schweizer Meisterschaften ebenfalls in Basel auf der Schützenmatte stattfinden werden.

Die komplette Rangliste findet man unter www.sm-basel2011.ch

Fotos können ebenfalls unter www.sm-basel2011.ch oder aber auch www.oldboys-basel.ch angesehen werden.

SVM - Nachwuchs / U16M - U18M - U20M

Hansjörg Haas

Am Samstag, 13. August 2011 erreichten die zwei Teams von OB bei den U16 und U18 in Langenthal jeweils sehr gute Punktzahlen, die im Moment den 2. Platz in der schweizerischen Gesamtrangliste bedeuten. Obwohl der Wettkampf direkt

nach den Schulferien stattfand, waren einige Athleten bereits in guter Form und konnten sich mit diesem Einsatz für die kommenden Schweizermeisterschaften vorbereiten.

80m Natkulasingam Sujan	9.51	Schweizer Axel	12.29
1000m Boog Olivier	2:59.87	Speer 600gr Ziegler Florian	43.38
Hoch Schweizer Axel	1.65	5 x 80m Fuchs / Boog / Ziegler / Schweizer / Natkulasingam	49.59
Kugel 4kg		Punktetotal	4790 Punkte

Das Team der U18 wurde nur von ST Bern geschlagen, die mit den 2 Ausnahmeathleten Robert Clarke (Drei, Hoch, Staffel) und Lukas Wieland (Speer) eine sehr star-

ke Mannschaft am Start hatte.

Folgende Leistungen kamen bei OB in die Wertung:

100m Wicki Silvan	11.20	Weit Yanze Kontchou Nicolas	6.30
400m Kury Lars	55.74	Kugel 5kg Brütsch Jonas	11.20
1500m Maiori Lukas	4:49.65	Speer 700gr Chepotko Elyas	44.87
110Hü Kury Lars	15.77	4x100m Wicki / Schneider / Kury / Yanze Kontchou	44.66
Hoch Wicki Silvan	1.70	Punktetotal	6749 Punkte

Der dritte SVM-Wettkampf fand am Samstag, 20. August 2011 in Düringen statt – SVM-Final Juniorliga B (U20M). Leider waren nur 3 von ursprünglich 6 gemeldeten Mannschaften am Start, doch mit den Teams von LC Zürich und der LG Luzern-Nord hatte unsere Mannschaft LG Regio Basel – bestehend nur aus OB-Athleten! – zwei sehr starke Gegner. In unserem Team waren mit Luzi, Christopher, Jonas und Jan nur vier U20- Athleten – der Rest bestand aus jüngeren Athleten, die bereits

eine Woche vorher in Langenthal im Einsatz waren. Leider konnten wir das angestrebte Ziel – Aufstieg in die Juniorliga A – nicht erreichen, da wir speziell im Wurfbereich bei den Junioren grosse Lücken haben – von den möglichen 9 Punkten resultierte das Minimum von 3 Punkten. Dennoch war die Stimmung im Team gut und viele freuen sich schon aufs nächste Jahr, denn viele Athleten sind weiterhin bei den U20 startberechtigt.

100m Wicki Silvan	11.25	Weit Ullmann Christopher	6.81
400m Kreppke Jan-Niklas	52.50	Kugel 6kg Ullmann Christopher	11.37
800m Kreppke Jan-Niklas	1:59.90	Diskus 1.75kg Hüllstrung Jonas	34.84
3000m Maiori Lukas	12:45.46	Speer Kury Lars	38.74
110m Hü Schneider Benjamin	16.09	4x100m Hüllstrung / Wicki / Ullmann / Knöll	43.48
Hoch Ullmann Christopher	1.80	Punktetotal:	
Stab Hüllstrung Jonas	3.80	1. LC Zürich	26 Punkte
		2. LG Luzern-Nord	24 Punkte
		3. LG Basel Regio	22 Punkte

Ich möchte allen Trainerinnen und Trainern sowie den Helferinnen und Helfern herzlich danken, die als Betreuer, Helfer oder Chauffeur mitgeholfen haben, dass diese SVM-Wettkämpfe überhaupt möglich waren. Ich bin weiterhin überzeugt, dass solche Team-Wettkämpfe für un-

seren Verein sehr wichtig sind, denn sie fördern den Teamgeist und sorgen dafür, dass nicht nur die absolut Besten im Vordergrund stehen, sondern man ist gegenseitig aufeinander angewiesen – nur so kann eine komplette Mannschaft an den Start gehen.

Christian Hohl: U23-CH-Meister im Berglauf (14.08.2011)

Gabriel Lombriser

Die Berglauf-Schweizermeisterschaften wurden dieses Jahr mal nicht im alpinen Lauf ausgetragen, sondern fast im Trainingsgebiet der OB-Langstreckler (Olten). Auf fast heimischen Boden wurde Christian Hohl souverän U23-Schweizer Meister im Berglauf.

13 km und 812 Höhenmeter von Olten bis auf den Allerheiligenberg benötigte er 57:23 min. Im gleichen Rennen belegte Gabriel Lombriser, mit einer Zeit von 56:26 min bei den Aktiven Rang 6. Mit diesem Resultat ist er nicht zufrieden, da er letztes Jahr auf der gleichen Strecke schon 2 Minuten schneller gelaufen war.

Die Berglauf-Meisterschaft wurde dieses Jahr anlässlich des 30. Belchen-Berglaufs ausgetragen. Damit hat Christian seine starke läuferische Form bestätigt. Für die

Ranglisten Berglauf-SM: http://www.jura-toptour.ch/de/rankings__be.html

Anders Holmberg: Vize-Weltmeister im OL-Sprint (14.08.2011)

André Puschnig

Die Im Finale des Sprint-Orientierungslaufs an den Weltmeisterschaften in Aix-les-Bains (F) erkämpfte sich der in Sissach wohnhafte OB-Läufer und für Schweden startende Anders Holmberg den zweiten Rang. Vervollständigt wird das Podest mit Schweizer Athleten (1. Daniel Hubmann, 3. Matthias Müller).

Nicht bloss Resultate, sondern auch Übersichtskarten der Routen der Sprinter sind unter folgender Internetadresse ersichtlich:

<http://live.woc2011.fr/index.php?id=sprint-results>

RESTAURANT OLD BOYS

- *Täglich frische Menüs*
- *à la carte*
- *Günstige Preise*

RESTAURANT OLD BOYS
WIELANDPLATZ 12
4054 BASEL

Montag geschlossen

Licht
Energie
Wärme
Wasser

...dafür sorgen wir in Basel täglich,
rund um die Uhr,
zuverlässig, sicher, ökologisch, nachhaltig

IWB
Margarethenstr. 40, 4002 Basel
www.iwb.ch

PARTNER OF
swisspower

IWB
HEIMLICHE ENERGIE

STEINVEREDELUNG
NYFELER & PARTNER GMBH

Naturstein- / Beton- / Kunststeinböden etc.
schleifen - reinigen - imprägnieren

Schlossrebenrain 10, CH-4102 Binningen
Tel: +41(0)61 363 70 70 / info@steinveredelung.ch
www.steinveredelung.ch

SM Nachwuchs U16/18 und U20/23 (03./04.09.2011)

www.oldboysbasel.ch

Mit insgesamt 17 Medaillen, darunter 6 Titeln, schlossen die OB Athleten und Athletinnen an den Schweizermeisterschaften äusserst erfolgreich ab.

Nach den Siegen von Christopher Ullmann (Weit), Jil Ullmann (Hammer), Isabelle Gysi (Dreisprung) und Sarah Collins (3000m) vom Vortag, errangen Fabienne Meerstetter (100mH) und Simone Werner

(400m) am Sonntag zwei weitere Titel. Für Silber waren Salome Lang (Hoch), Manuel Binetti (100m), Pascal Stöcklin (Stab) und Karim Manoui (110mH) besorgt.

Jeweils dritte Ränge erreichten Fabienne Meerstetter (100m und Kugel), Lea Bachmann (Stab), Sujan Natkulasingam (Weit), Silvan Wicki (200m), Jonas Hüllstrung (Stab) und Isabelle Gysi (Weit).

Grosses Meeting für die Kleinen (04.09.2011)

Oliver Bolliger

Der Sonntag Morgen präsentierte sich noch sonnig und angenehm warm, ideales Wettkampfwetter. Im Verlaufe des Nachmittags verdichteten sich aber immer wie mehr die Wolken und phasenweise regnete es aus Kübeln. Ein Teil der Wettkämpfe (Weitsprung oder 1000m Läufe) konnten nur bei erschwerten Bedingungen durchgeführt werden. Die LAS Old Boys Basel war mit vielen Athleten und Athletinnen in den Kategorien U12 und U14 anwesend,

welche sich mit Kinder aus der ganzen Schweiz messen konnten.

Trotz nicht idealen Bedingungen gab es viele tolle Resultate und einige probierten zum erstenmal Disziplinen (Speer, Diskus oder Hürden), die noch nicht viel trainiert worden sind. Wegen Verletzungen waren wir dann bei den Staffeln noch auf Schützenhilfe der anderen Basler Vereine (LCB + TVR) angewiesen. Vielen Dank!

1000m U12W

1. Zoé Zimmermann 3:35.10

U12W 6xfrei

2. LAS Old Boys Basel 1:03.72
(Arradh-LCB / Thaler- TVR / Tork / Keller / Zimmermann / Guzzetta)

Speer U14M

1. Luc Prétôt 33.63

U14M 5xfrei

2. LAS Old Boys Basel 0:56.32
(Samira / Stoller / Gerber / Prétôt / Kury)

Hürden U12M

3. Nils Breer 12.61

U12M 6xfrei

1. LAS Old Boys Basel 1:06.79
(Mangold / Ruf / Zarnegin / Pfander / Weber / Breer)



Was willst Du erreichen?

Novartis bietet Lehrstellen.
www.novartis.ch/lehrstellen

 NOVARTIS

Phone 061 696 96 99

Mein erster Master-WM-Titel

Daniela Lachat

Im März bin ich in Gent, Belgien an der Masters Hallen-EM im Kugelstossen und Hammerwerfen gestartet. Leider habe ich mich im letzten Versuch beim Kugelstossen an der Hand verletzt nachdem mir die Kugel blöd über die Hand weg ging. Mit der Weite von 11.42m und dem 6. Platz von total 24 Athletinnen war ich sehr zufrieden. Trotz der stark schmerzenden und geschwollenen Hand bin ich am darauf folgenden Tag im Hammerwurf angetreten. Leider war ein korrekter Abwurf nicht möglich und mit 39.85m blieb mir nur der undankbare 4. Platz, anhand meiner Trainingsweiten wäre mind. ein zweiter Platz drin gewesen. Es hat nicht sollen sein.

In den darauf folgenden Wochen konnte ich wegen der Hand nicht richtig trainieren. Ich habe viele einarmige Würfe mit dem linken Arm gemacht, damit ich zumindest die Technik üben konnte. An Kugelstossen war nicht zu denken... zumindest gebrochen war nichts anhand der Röntgenbilder. Nach einem 5-wöchigen beruflichen Aufenthalt in den USA konnte ich nur ein Tag nach der Landung immerhin bereits wieder 40m werfen obwohl ich wochenlang keinen Hammer geworfen hatte. Ich holte mir zwar die Masters-Schweizermeister Titel im Kugel, Diskus und Hammer, aber richtig gute Weiten waren nicht dabei. Regelmässiges Training zahlt sich bekanntlich aus zeigt die Erfahrung, was sollte ich also erwarten. Am SVM lief es nicht viel besser, die Schmerzen in der Hand hinderten mich die Kugel aus zu stossen.

Trotzdem blieb ich zuversichtlich und 2 Wochen vor Abflug nach Sacramento, Kalifornien an die Masters-WM lief es im Hammerwerfen im Training. Den 9kg-Hammer konnte ich wegen der Handprobleme nicht voll werfen, ich konnte mich aber an die Bedingungen gewöhnen von 37°C und keinem Luftzug.

Dann kam der Hammerwettkampf am Dienstag um 18:00h bei super Bedingungen, mit schnellem Ring und professionellen Helfern. Der Wettkampf wurde über die Lautsprecher laufend kommentiert.

Beim Einwerfen lief es nicht gut. Drei Würfe im Netz und einer durch anhängen im Netz auf ca. 35m, so sprach ich ziemlich deutlich mit mir selber auf „schwitzerdütsch“ (zum Glück verstand mich meine Konkurrenz nicht) und im ersten Wurf waren es mit 39.91m schon fast 40m und ich war bereits an der Spitze. Im dritten Wurf gelang mir mit 42.01m endlich wieder ein guter Wurf und ich distanzierte meine Konkurrenz um 2.5m. Als ich dann im letzten Wurf im Ring hörte: „and now the new world champion from Switzerland Daniela Lächat“ war ich nicht mehr fähig zu werfen so sehr freute ich mich über meinen ersten Weltmeistertitel! Zur Schweizerhymne auf dem Podest zu stehen ist ein unvergesslicher Moment. Die restlichen Wettkämpfe liefen wegen der Hand nicht mehr sehr gut, (ja ja ich weiss ich hatte 3 ungültige im Speerwurf und da war nicht die Hand dran schuld) was aber nicht weiter schlimm war nach meinem Sieg und ich konnte mich erholen in Hawaii nach den Wettkämpfen.

Zurück in der Schweiz stand die SM an, ich konnte meine Weite von USA bestätigen mit 42.00m (PB: 42.86m) und ich erreichte den guten 6. Platz (ohne Ausländer sogar den 5.). Der Altersunterschied zur jüngsten Athletin betrug 26 Jahre!

Anhand einer Gürtelrose und einer hartnäckigen Blockade im Rücken konnte ich im September in Italien an den Master Games in Lignano-Gorizia (nördlich von Venedig) zwar jeweils Gold im Gewicht- und Hammerwurf holen, mit jeweils einem Wurf war aber die Weite weit unter meinen Erwartungen. Im Kugelstossen ging ich wegen dem in der Zwischenzeit diagnostizierten Bänder- und Sehnenanriss an der Hand nicht an den Start.

Auch an der Team-SM konnte ich nur mit Mühe wegen meiner Rückenblockade den Hammer werfen, aber wir sicherten uns den erzielten zweiten Rang wie vor 2 Jahren und waren trotzdem zufrieden, da der erste Rang sowieso nicht drin gewesen wäre.

Ich werde ständig gefragt, wann ich endlich aufhöre. Solange ich noch Freude habe und meine Leistungen so gut sind, dass ich z.B. noch ins Final komme an der Aktiv-SM und ich das Gefühl habe, dass ich meine PB noch verbessern kann werde ich niemandem diese Freude machen.

Freude ist das Wichtigste und nicht sofort aufzugeben wenn es mal nicht läuft, ich war frustriert im März an der Masters Hallen-EM und habe mich darum um so mehr gefreut als ich den Masters-WM Gold holte. Sicher ist es einfacher in den Würfen länger noch gute Leistungen zu bringen als in anderen Disziplinen, aber die Erholungszeiten werden immer länger. Ich habe jedenfalls die Reise an die Masters-Hallen-WM in Jyväskylä, Finnland im April 2012 bereits gebucht und werde hoffentlich mit einer ausgeheilten Hand auch wieder im Kugelstossen angreifen können, im Hammer sowieso!

Herzlichen Dank für all die Glückwünsche, welche ich erhalten habe für meinen WM-Titel! Es waren über 100!



Athletenportrait: Gregori Ott

Interview: Daniela Lachat, Fotos: Karin Knöll

- » **Gregori Ott** („Greg“ oder „Gregat-tack“)
- » 4. Mai 1994
- » 193 cm, 100 kg, Schuhgrösse 47
- » aus Liestal
- » Gymnasium Liestal (Sportklasse), Schwerpunkt Wirtschaft
- » bei OB seit Herbst 2011
- » Disziplinen: Kugel, Diskus (ab und zu Basketball)
- » Trainer: Ursi Jehle, Hansruedi Meyer
- » Lieblingessen: Spaghetti Carbonara und Tiramisu
- » Lieblingsgetränk: Dr. Pepper Soda



Leistungsentwicklung Kugel / Diskus

2009 (4kg): 15.75m 2. SM U16

2010 (5kg): 15.75m ? SM U18

- Teilnahme U20 Länderkampf 6kg

2011 (5kg): 20.00m 1. SM U18, SR
(Indoor:) 17.74m 1. SM U18, SR

- 6. Jahresweltbestenliste

- 10. Rang U18 WM Lille mit 18.60m

2009 (1kg): 45.51m, 1. SM U16

2010 (1.5kg): 45.95m, 1. SM U18

2011 (1.5kg): 55.75m, 1. SM U18, SR

-8. EYOF 52.56m

Wie bist du zur Leichtathletik gekommen?

Ich suchte eine Sportart und habe mich durch ein Los für die Leichtathletik entschieden. Auf das Kugelstossen und das Diskuswerfen kam ich auch durch Zufall. An einer Kantonalmeisterschaft (2006) habe ich mich mal angemeldet und war da dann auch recht erfolgreich. So kam ich zum Kugelstossen. Zum Diskuswerfen kam ich durch meine alte Trainerin Daniela Wohlgemuth.

Wie bist du zu OB gekommen?

Meine Trainerin Ursi ist auch Trainerin bei OB. Auch mein Kollegenkreis befindet sich in Basel bei OB. Ausserdem gibt es meiner Meinung nach keinen besseren Club als OB in der Region und noch andere Gründe.

Was gefällt dir bei OB?

Das Team aller Athleten bei OB finde ich genial und auch die Unterstützung von Seiten der Trainer ist super.

Wie häufig trainierst du pro Woche?

6 - 7 Einheiten pro Woche, ca. 15 h

Was sind deine Ziele für 2012?

Schweizermeister und Rekorde in Kugel und Diskus U20, Medaille Aktiv SM, Qualifikation U20 WM in Barcelona (Limite:18.00m 6kg)

Was sind deine weiteren Ziele in der Zukunft?

Mein grösstes Ziel ist die Olympiade 2016 in Rio! Natürlich ist auch die EM 2014 in Zürich ein Ziel, aber diese kommt etwas zu früh. Ausserdem möchte ich mich immer weiter vorwärts an die Internationale Spitze kämpfen.

Was hast du für Hobbys?

Ich spiele seit 9 Jahren Klavier und Keyboard. Natürlich Freunde und auch ein wenig Grafikarbeit.

Was hörst du für Musik?

Ich höre vor allem Rock&Jazz, aber auch viel R&B (Jamiroquai).

Wie bereitest du dich auf die Wettkämpfe vor?

Ich höre immer die gleiche Musik beim Einlaufen und am Morgen vor dem Wettkampf. Ich laufe immer auf dieselbe Art und Weise ein und summe dabei mit der

Musik mit.

Was machst du für die aktive Erholung?

Ich versuche in Zukunft häufiger ins Sole Uno zu gehen um auch einmal abzuspannen. Ausserdem gehört Physio und Massage zum wöchentlichen Ablauf.

Beschreibe dich mit 3 Wörtern:

Humorvoll, ehrgeizig, konsequent

Was ist dein Motto?

Ruh dich nie auf deinen Lorbeeren aus, sondern kämpf weiter.

Wenn du 3 Wünsche frei hättest, was würdest du dir wünschen?

- ein eigenes Tonstudio zu besitzen.

- solange Sport zu treiben, bis ich selbst entscheide aufzuhören.

- dass meine Freunde immer zu mir halten, egal was passiert.



Athleteninformationen Winter 2011/2012

Claudine Müller für die LAS Old Boys Basel

A) Trainingsbetrieb (LA-Halle Schützenmatte)

- » Ein qualitativ guter und sicherer Trainingsbetrieb ist nur gewährleistet, wenn alle Athletinnen und Athleten gegenseitig Rücksicht aufeinander nehmen und sich mit Respekt begegnen.
- » Die festgelegten Trainingszeiten der einzelnen Trainingsgruppen sind einzuhalten. Einzelathleten schliessen sich wenn immer möglich nach Absprache mit den Trainingsleitern einer Gruppe an oder nehmen Rücksicht auf die Bedürfnisse der anwesenden Trainingsgruppen.
- » Grosse Trainingstaschen sind in der Garderobe oder im Geräteraum zu deponieren.
- » Zum Hallenmaterial ist Sorge zu tragen. Geräte und Materialien müssen an den dafür vorgesehenen Platz zurückgestellt werden. Dafür sind nicht nur die Trainerinnen und Trainer zuständig, sondern auch alle Athletinnen und Athleten!
- » Die Stabhochsprung- sowie die Weitsprunganlage sind nur unter Anleitung der folgenden Personen zu benutzen:
 - » Stab: Olivier Frey, Anatoly Gordienko, Beat Ankli, Heinz Blattmann, Alain Wissle (für Hochsprungtraining)

» Weit: Anatoly Gordienko, Claudine Müller, Christian Oberer, Hansjörg Haas

» Fussball, Basketball und andere (Aufwärm-)Spiele sind toll und auch erwünscht, aber sollen auf keinen Fall den Trainingsbetrieb stören. Sprecht Euch also immer mit den anwesenden Gruppen ab, wo und was Ihr spielen könnt.

» Abfälle (z.B. leere Getränkeflaschen) sind zu entsorgen.

» Ausserdem ist die von den Abwarten der Schützenmatte ausgeschilderte Hallenordnung von allen Athletinnen und Athleten einzuhalten (BITTE HALLE NICHT MIT SCHMUTZIGEN SCHUHEN BETRETEN!)

» Die Türe rechts neben der Stabhochsprunganlage dient weder als Notausgang noch als Zugang zu Material und darf deshalb nicht geöffnet werden.

B) Lizenzen

» Jeder Athlet bestellt seine Lizenz selbstständig online bei www.swiss-athletics.ch und bezahlt mit Kreditkarte oder gegen Rechnung. Zusätzlich zur Lizenz muss jeder Athlet / jede Athletin ab 2011 Swiss Athletics Member sein. Ohne Member Status keine Lizenz. Ohne gültige Lizenz kein Start!

» Wenn jemand kein Internet hat, kann die Lizenz über das Sekretariat bestellt werden.

» Wer das erste Mal eine Lizenz braucht, beantragt diese beim Sekretariat.

C) Anmeldung von Wettkämpfen / Start- und Haftgelder

» Jeder Athlet ist selbständig für die rechtzeitige Anmeldung aller Wettkämpfe verantwortlich!

» Folgende Wettkämpfe werden durch den Verein bezahlt:

» alle Meisterschaften (Einzel-, Mehrkampfschweizermeisterschaften Nachwuchs und Aktive); an den Schweizermeisterschaften werden die vom Verein organisierte Reise und Unterkunft (falls notwendig) von OB übernommen. Anfragen bitte frühzeitig an die Technische Leiterin oder das Sekretariat stellen.

» traditionelle Meetings: Klausenlauf, Basler Stadtlauf, GGB Meeting, UBS Kids Cup

» Fernbleiben ohne Abgabe eines Arztezeugnisses hat zur Folge, dass dem Athleten das Start- und Haftgeld belastet wird.

» Alle wichtigen Daten sind im Terminkalender 2012 ersichtlich unter

- » www.oldboysbasel oder
- » www.swiss-athletics.ch

D) Neues Clubdress

» Das Tragen des neuen Clubdress ist in unserem Verein Ehrensache (!) und zudem gemäss Wettkampfordnung von Swiss Athletics auch an allen offiziellen Meetings vorgeschrieben. Dies gilt auch für alle Strassenläufe, welche durch den Club vereinsweise angemeldet und bezahlt werden.

» Wer noch kein OB-Wettkampfdress, OB-T-Shirt und OB-Trainer besitzt, kann diese beim Sekretariat beziehen.

E) Helfereinsätze

» Jeder Athlet leistet mindestens 1x pro Jahr einen Helfereinsatz. Denkt daran: ohne Kampfrichter gibt es keine Wettkämpfe.

» GV-Beschluss 2008: „Wer im Laufe eines Kalenderjahres einen Helfereinsatz leistet, kann bis am 31. Dezember dieses Jahres beim Vorstand schriftlich einen Antrag auf Reduktion des Mitgliederbeitrages im Folgejahr um CHF 50.- stellen“.

» Auch zusätzliche Helfer (Eltern, Geschwister, Freunde) sind immer herzlich willkommen!

» Die Athletenunterstützung wird nur ausbezahlt, wenn der Helfereinsatz erfüllt wurde!

Lukas Kummer – Hauptsache schnell: auf oder in der Bahn!

Interview: Daniela Lachat, Fotos: Lukas Kummer

- » 7. August 1985, aus Laufen
- » Master in Jura an der HSG
- » Bei OB seit 2003, aktiv bis 2006
- » Disziplinen: 100m (11.01), 60m (7.16), 4x100m
- » LA-Erfolge:
 - » - 3. Rang SM-Halle U20 (60m)
 - » - 1. Rang SM U20 (4x 100m)
 - » - Mitglied der U20-Nationalmannschaft 4x100m Staffel
- » Heute: Profi im Skeletonsport
- » Home-Page: www.lukas-kummer.ch



Aus Zufall bin ich auf der Home-Page von Lukas gelandet weil mich das Foto fasziniert hat. Ich habe Lukas gut als Sprinter in Erinnerung und da fiel mir auf, dass ich mir eigentlich unter Skeleton nicht so viel vorstellen kann!? Man rast Kopf voran eine Eisbahn hinunter so schnell man kann. Irgendwie verrückt und faszinierend zu gleich!

Da man Lukas wieder regelmässig auf der Schützenmatte trainieren sieht, habe ich ihm ein paar Fragen zu seinem waghalsigen Sport gestellt:

Du hast Jura in St. Gallen studiert, bist du noch dort, oder hast du die Zelte wieder abgebrochen? Wie sieht deine berufliche Zukunft aus?

In den letzten 5 Jahren habe ich in St. Gallen gewohnt, da ich dort an der HSG Jus studierte. Seit ein paar Wochen wohne ich nun wieder in Laufen bei meinen Eltern.. Mitte November werde ich noch meine Master-Arbeit abgeben und habe dann

das ganze Master-Studium abgeschlossen. Zurzeit konzentriere ich mich ganz auf den Sport mit dem Ziel Sotschi 2014. In den Sommermonaten werde ich aber jeweils verschiedene juristische Praktika im Hinblick auf die Anwaltsprüfung absolvieren. Damit ich mir so eine gute Ausgangslage im Hinblick auf die berufliche Karriere nach der sportlichen Karriere aufrechterhalten kann.

Man sieht dich doch ab und zu wieder auf der Schütze, machst du ein Teil des Trainings auf der Schützenmatte?

Seit ich nun wieder in Laufen wohne trainiere ich wieder regelmässig auf der „Schütze“! Ich trainiere dort sehr gerne da ich gute Erinnerungen an meine LA Zeit habe und es immer wieder Spass macht andere Athleten und bekannte Gesichter zu sehen.

Ich habe gelesen, dass du an einem

LA-Meeting durch einen Flyer auf Skeleton aufmerksam geworden bist. Was war der Ausschlag, dass du es aber auch versuchen wolltest?

Ich liebte es schon immer neue Sportarten auszuprobieren und scheute neue Herausforderungen nie. So war für mich auch schnell klar, dass ich Skeleton ausprobieren möchte. Ohne grosse Erwartungen ging ich in das erste Trainingslager nach Lillehammer, Norwegen. Für mich stand dabei der Spass ganz klar im Vordergrund!

War es danach sofort klar, dass du mit diesem Sport weiter machst?

Bereits nach der ersten Fahrt wurde ich mit dem Skeleton-Virus infiziert und so zog es mich dann immer wie mehr in diese Sportart hinein. Nachdem ich aufgrund des Studiums in den letzten vier Jahren jeweils nur Teile einer Saison bestreiten konnte, freue ich mich jetzt darauf die erste Saison als Profi bestreiten zu können.

Ich nehme an, die Schnelligkeit vom Sprint kannst du optimal nutzen für den Start?

Die Sprint-Schnelligkeit, die ich mir dank der vielen guten Trainings zusammen mit meinen OB Sprinterkollegen früher antrainiert habe, kommt mir heute sehr zugute. Denn der Start ist im Skeleton sehr wichtig. Mit einem guten Start schafft man sich eine gute Ausgangslage für den restlichen Lauf.

Wie viele Trainingseinheiten/Stunden wendest du auf pro Woche?

Im Sommer trainiere ich 5 - 6 Mal pro Woche wobei ein Training so um die zwei Stunden dauert. Im Winter ist der Trainingsaufwand nur schwer messbar, da

man ständig unterwegs ist und eigentlich immer was für den Sport macht. Meist versucht man 1-2 Trainingseinheiten pro Tag zu absolvieren. Wovon meistens eine athletisch ist und eine fahrerisch! Was im Winter jedoch enorm wichtig ist, ist die Erholung zwischen den einzelnen fahrerischen Trainings.

Wie sieht ein Training aus?

Im Sommer ist ein Skeletontraining wie ein Leichtathletiktraining aufgebaut. Es steht viel Kraft-, Sprint- und Sprungtraining auf dem Programm. Für den fahrerischen Teil kann im Sommer nur mental trainiert werden. Im Winter versucht man die Athletik mit Kraft und vereinzelt Sprinttrainings zu konservieren! Im Vordergrund steht dann aber das Fahren! Jeden Tag macht man 2 bis 4 Trainingsläufe! Dabei ist jeweils höchste Konzentration gefordert. Aufgrund des Drucks in den Kurven und der hohen Geschwindigkeit wird man schnell müde was nicht viel mehr Trainingsläufe pro Tag zulässt.

Was für Voraussetzungen muss ein Skeletonathlet mitbringen?

Er muss sicherlich sehr Sprintstark sein, aber auch verschiedene andere Fähigkeiten wie eine gute Koordination und Reaktionsfähigkeit mit sich bringen. Weiter ist es wichtig, dass ein Skeletonathlet Ereignisse sehr schnell verarbeiten kann um bei einer Fahrt die richtigen Steuerbewegungen zum richtigen Zeitpunkt zu machen.

Was ist der Reiz von Skeleton?

Skeleton verbindet verschiedene Elemente miteinander! Am Start muss man athletisch top fit sein um den Schlitten schnellst möglich beschleunigen zu können. Anschliessend muss man mental fit sein um

den Schlitten auf der bestmöglichen Linie ins Tal zu pilotieren. Diese Kombinationen von athletischen und mentalen Fähigkeiten machen für mich den Reiz aus. Wobei aber auch die Geschwindigkeit von bis zu 140km/h während 50 -70 Sekunden und der Adrenalinkick nicht zu vernachlässigen sind!

Wie bereitest du dich auf eine Bahn vor, die du nicht kennst?

Man macht vor der ersten Fahrt eine Bahnbegehung und schaut sich alle Kurven einer Bahn an und prägt sich dabei diese ein. Weiter versucht man die Struktur im Eis zu lesen um zu sehen wie der Schlitten reagieren wird wenn man in die Kurve einfährt.

Wie viele Male muss man runter gefahren sein, damit man alle Kurven möglichst optimal nehmen kann?

Skeleton ist eine Sportart die auf Erfahrung und Routine basiert! Je mehr Fahrten man auf einer Bahn hat, desto besser kennt man die Kurven und weiss wie man reagieren muss, wenn man in die Kurve einfährt oder was man machen muss, wenn man von der Ideallinie abkommt. Eine genau Anzahl an Fahrten, die man haben muss, kann man nicht sagen! Es gibt immer Optimierungspotenzial!

Gibt es Bahnen die du lieber hast als andere?

Es gibt sicherlich Bahnen die mir als Schnellstarter und Leichtgewicht besser liegen als andere! Eine absolute Lieblingsbahn gibt es jedoch eigentlich nicht! Ich freue mich jeweils auf die einzelnen Herausforderungen der einzelnen Bahnen.

Wie weit spielt Angst mit? Blendet

der Respekt vor der Geschwindigkeit und die Konzentration auf den optimalen Lauf diese aus?

Wer Angst hat, der hat bereits verloren! Ein gesunder Respekt ist angebracht und vernünftig! Aber Angst darf man nicht haben! Bei einem Lauf versucht man alles andere auszublenden und ist höchst konzentriert auf die Fahrt! Denn die Lenkbewegungen, welche nur mit Druck durch die Schultern und Knien erzeugt werden (Füsse nur im Notfall und bei sehr schwierigen Kurven!) müssen präzise und innerhalb von Bruchteilen von Sekunden erfolgen um die Ideallinie zu erwischen.

Reist du viel im Winter herum, um an die Wttkämpfe zu kommen?

Im Winter lebe ich praktisch wie ein Nomade und wohne mehrheitlich in Hotels und bin nur selten in der Schweiz. Ein solches Leben ist anfangs Saison meist sehr aufregend wird aber im Laufe der Saison auch mühsam. Aber dies gehört zu einer Sportart wie Skeleton und man muss mit den Umständen klar kommen, indem man das Ganze mit einer professionellen Einstellung betrachtet.

Findest du auch Zeit um vor Ort etwas anzuschauen?

Leider habe ich meist nicht viel Zeit gross was anzuschauen. Trotzdem versuche ich so oft wie möglich die wenigen freien Tage zwischen den Rennen zu nutzen um mal vom Sport ein wenig abschalten zu können.

An welchen Wettkämpfen wirst du diesen Winter starten? Kann man dich im Fernseher sehen?

In den kommenden zwei Wochen haben wir Selektionen wobei es darum geht für



SCHÖNHEIT IST EIN ZAUBER NIVEA

Schönheit ist das Einzige auf der Welt, was wir sowohl mit den Augen als auch mit dem Herzen sehen. Individuell, vielfältig und wunderbar wie das Leben selbst. Sagen Sie uns, was Schönheit für Sie ist, unter: www.NIVEA.ch/schoenheit.



welche Rennserie ich mich qualifiziere. Ich hoffe natürlich, dass ich mich erneut für das Weltcup Team qualifiziere und so meine erste komplette Weltcupseason bestreiten kann. Übertragen werden alle Skeleton Weltcuprennen, wobei das Schweizer Fernsehen sie leider nicht ausstrahlt. Aber British Eurosport zeigt die meisten Rennen Live und ist über das Internet auch abrufbar! Links zu Übertragungen und Daten zu den Rennen werden auf meiner Page publiziert, sobald ich weiss in welcher Rennserie ich starten werde!

Was sind deine Ziele? Ich nehme an, Sotschi steht auch auf dem Programm?

Meine zwei Hauptziele im Moment sind die WM 2013 in St. Moritz und natürlich die olympischen Spiele 2014 in Sotschi!

Gibt es auch im Skeleton wie beim Bobsport jedes Jahr eine WM?

Wie beim Bob gibt es auch bei uns jedes Jahr eine WM / EM! (ausser in Olympia-Jahren) Wie alle Weltcuprennen finden auch die WM und EM immer zusammen mit den Bob-Wettkämpfen an gleicher Stätte statt.

Was sind die Qualifikationsanforderungen für die WM/EM?

Qualifikationsanforderungen werden vom

Nationalen Verband aufgestellt! Dabei können maximal so viele Athleten, wie eine Nation aufgrund der Weltrangliste (ähnlich wie beim Skifahren) Startplätze zur Verfügung hat, selektioniert werden. Letztes Jahr war ein Top 15 Ergebnis im Weltcup Voraussetzung für eine Selektion.

Wie muss ich mir einen Wettkampf vorstellen?

Ein Wettkampf dauert meistens 4 Tage! Dabei finden in den ersten 3 Tagen offizielle Trainings statt, die von den Athleten absolviert werden müssen. Anschliessend folgt das Rennen. Ein Rennen ist ähnlich wie beim Skifahren. Die besten der Weltrangliste starten zuerst und die schlechter Plazierten zuletzt. Die besten 20 nach dem ersten Lauf qualifizieren sich für den zweiten Lauf in dem in umgekehrter Reihenfolge gestartet wird!

Das Material ist beim Skeleton nicht zu unterschätzen. Präparierst du deinen Schlitten selber? Und wenn ja, wie lernt man dies?

Das Material ist beim Skeleton sicherlich sehr wichtig, wobei das wichtigste die Erfahrung und die Routine sind! Die besten Athleten im Skeleton fahren alle bereits mehr als 9 Jahre! Da fehlt mir in meiner erst fünften Saison noch einiges an Routine!

Die Rennpräparation meines Schlitten und meiner Kufen mache ich alles selbst. Da im Skeleton keine Konsumindustrie wie beispielsweise beim Skifahren dahinter steht, haben wir keine Servicemänner die unser Material für den Wettkampf vorbereiten. Vielmehr sind wir Athlet, Servicemann und Mechaniker in einem. Die richtige Kufenpräparation vor einem Rennen ist ein wichtiger Bestandteil des Erfolges. Ich mache diese Präparation jeweils am Abend vor dem Rennen um nichts dem Zufall zu überlassen und kann mich so auch beschäftigen und von einer allfälligen Nervosität ablenken.

Hast du mehrere Schlitten?

Schlitten hat man meist nur einen! Aber man hat verschiedene Kufensätze die man wechseln kann. So wählt man die Kufen aufgrund der Kurvengegebenheiten der Bahn und den äusseren Bedingungen jeweils aus.

Ist Skeleton ein teurer Sport? Hast du einen Sponsor?

Skeleton ist im Vergleich zur LA ein sehr teurer Sport! Denn jede einzelne Trainingsfahrt kostet 20 Euro was ganz schön ins Geld geht. Nebenbei müssen oft auch die Kosten für Reisen, Unterkunft und Verpflegung übernommen werden, da der Verband Swiss Sliding aktuell keinen Hauptsponsor hat und somit nur über sehr limitierte finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten verfügt. Deshalb fällt der grösste Teil der Kosten für Material, Reisen und Trainingsfahrten auf den Athleten. Ohne Sponsoren wäre daher ein solch aufwendiger und kostenintensiver Sport nicht möglich. Ich bin daher meinen Sponsoren für ihre grosszügige Unterstützung sehr dankbar.

Skeleton ist ein Sport der im Raum Basel nicht sehr bekannt ist. Auch die LA ist nicht ein Sport der, von der Weltspitze mal abgesehen, viele Leute anlockt. Wenn du die beiden vergleichst, welcher ist populärer?

Populärer ist ganz klar die Leichtathletik. Diese hat den Vorteil, dass Sie ohne grosse Infrastruktur regional sehr gut betrieben werden kann und somit für die meisten Personen zugänglich ist und auch im Breitensport sehr verankert ist.

Skeleton als Randsportart ist aufgrund der sehr limitierten Infrastruktur nur schwer zugänglich und daher auch nicht sehr populär! Trotzdem hat es an den Weltcupps immer wieder ein paar Personen die zuschauen kommen. Meist sind dies aber nicht viel mehr Zuschauer als bei einem regionalen Leichtathletikmeeting. Die meisten Zuschauer haben wir beim Skeleton jeweils an der Bob- und Skeletonschweizermeisterschaften in St. Moritz, wo immer eine gute Stimmung herrscht oder an Weltmeisterschaften, wo meist noch ein Rahmenprogramm stattfindet.

Die LA-Wettkämpfe finden im Sommer statt, Skeleton im Winter, gewöhnt man sich an die Kälte und den Schnee?

Ich hatte mit dem Winter noch nie Probleme und bin früher auch sehr viel Ski und Snowboard gefahren. Trotzdem frage ich mich manchmal was ich hier eigentlich mache, wenn es in St. Moritz oder in Calgary am Morgen so um die -20 Grad hat!

Lukas war während des Interviews in den letzten zwei Oktoberwochen im Trainingslager (Lettland), bevor er für seine ersten Selektionen weiter nach Altenberg (bei Dresden) reiste. Kurz darauf bestritt er in

Königssee (Bayern) weitere Selektionen erfolgreich.
Im ersten Weltcup-Rennen vom 3.12.2011

belegte er den 24. Rang. Weiter geht es für ihn nun in Frankreich (La Plagne) am 9.12.2011. Wir drücken die Daumen!



Die Autoversicherung
der Zürich – Leistungen
die überzeugen.

Fordern Sie noch heute eine Offerte an.

Generalagentur Basel
St. Alban-Anlage 46, 4020 Basel
Ihr Kundenberater: Walter Weber
Telefon 061 286 71 78
Fax 061 286 75 78



Wilson läuft Schweizer Rekord mit der Nationalstaffel

Paul Haffner

Am Diamond-League-Meeting Weltklasse Zürich (08.09.2011) lief Alex Wilson zusammen mit seinen Staffelkollegen Pascal Mancini, Reto Amaru Schenkel und Marc Schneeberger mit 38.62 s einen neuen

Schweizer Rekord. Vor einem begeisterten Publikum erreichten die Schweizer den 3. Platz hinter Jamaica und Grossbritannien und schlugen damit u.a die USA und Deutschland.

Staffel-SM in Delsberg (11.09.2011)

Karin Knöll

Bei den diesjährigen Staffelmessungen errangen die Basler Athleten 1 Silber- und 5 Bronzemedailles. Die Silbermedaille gewann die LG Basel Regio 1 bei den Männern in der Olympischen Staffel. Die bronzenen Auszeichnungen gab es für die

Mannschaften LG Basel Regio 1 Männer (4x100m und 3x1000m), die LG Basel Regio 1 U20M (4x100m und Olympische Staffel) und die OB Mannschaft U18M (4x100m)

UBS Kids Cup Team Qualifikation (06.11.2011)

Beat Ankli

Am Sonntag holten sich in der Arlesheimer Sporthalle Hagenbuchen zuerst die U16 Mädchen - OB Starlets (Pascale Stöcklin, Selina von Jackowski, Salome Lang, Vivian Nedwed und Lucie Yanze) den Sieg. Nur knapp an der Goldmedaille vorbei schrammten die U14 Knaben - OB 1 (Noah Stoller, Nicola Gerber, Nicolas Gschwind, Johann Müller und Nils Breer) => 1 Treffer mehr im Biathlon hätte gereicht.

Am Nachmittag trumpften die U12 Mädchen - OB Girls (Mia Zimmermann, Riana Tork, Sophie Boss, Lina Werthmüller, Simone Lalor und Zoë Boeniger) gross auf

und holten sich, wie ihre älteren Klubkameradinnen am Morgen, den Sieg in ihrer Kategorie.

Nur wenig fehlte den folgenden 2 Mannschaften für einen Podestplatz, welcher zur Teilnahme am Regionalfinal berechtigt hätte:

4. Rang U14 Mädchen - OB Girls 99

5. Rang U16 Mädchen - OB Go Baby Go

Die Nachwuchstrainer gratulieren euch zu den tollen Leistungen!

Team-SM: Titel für die 200 Meter-Läufer (17.09.2011)

Beat Ankli

Sieg für die LG Basel Regio über 200 Meter der Männer. Mit dabei die OB-ler Alex Wilson und Manuel Binetti zusammen mit den Kollegen vom LC Basel Kwasi Asante Ofosu und Stefano Ariis. Alex verlor zwar die Einzelrevanche gegen Marc Schneeberger (TV Länggasse/LG Bern) um 8 Hundertstel, aber im Gesamtergebnis lagen die Basler deutlich vorne.

Für die LG Basel Regio gab es noch weitere Medaillen. Gleich 5x Silber holte sie im:

- Hammerwerfen der Frauen mit Jil Ullmann, Daniela Lachat und Nicole Schaub (alle LAS Old Boys Basel)

- Stabhochsprung der Frauen mit Manuela

Schaub, Lea Bachmann, Pascale Stöcklin und Nicole Gysi (alle LAS Old Boys Basel) => Manuela verbesserte dabei ihren eigenen Klubrekord auf 3.50 Meter

- 1500 Meter-Lauf der Frauen mit Corinne Müller, Nerina Gross (beide LC Basel) und Sarah Collins (LAS Old Boys Basel)

- 400 Meter-Lauf der Frauen mit Corinne Müller (LC Basel), Simone Werner, Fabienne Meerstetter (beide LAS Old Boys Basel)

- Weitsprung der Männer mit Marquis Richards (TV Arlesheim), Christopher Ullmann, Nils Wicki und Lars Kury (alle LAS Old Boys Basel).

Augusta Raurica Lauf (13.11.2011)

Beat Ankli

Die 11-jährige Zoé musste sich über die 2.1 Kilometer-Strecke nur um 1,4 Sekunden geschlagen geben und wurde tolle Zweite.

Auch die weiteren OB-Resultate machten viel Freude:

Schüler A (2.1 km)

9. Koch Julian, 1998	7.18,6
12. Hänggi Thymeon, 1998	7.42,0

Schülerinnen A (2.1 km)

12. Rempert Anysia, 1996	8.41,2
--------------------------	--------

Schüler B (2.1 km)

17. Zarnegin Nima, 2000	8.14,4
23. Bucker Alexander, 2000	8.57,0

Schülerinnen B (2.1 km)

2. Zimmermann Zoé, 2000	7.43,8
-------------------------	--------

4. Keller Fiona, 1999	7.56,0
5. Zimmermann Ronja, 1999	8.03,6
6. Burns Annabelle, 1999	8.12,1
9. Keller Anna, 2000	8.36,4
10. Zimmermann Mia, 2001	8.37,5
12. Tork Riana, 2001	8.47,8

Schüler C (1.0 km)

4. Banerjee Till, 2002	4.21,0
6. Sträuli Valentin, 2002	4.22,3
8. Sträuli Julian, 2003	4.23,5
11. Hänggi Jan, 2002	4.30,7

4. Rang?

Bei uns stehen Sie immer auf dem Podest.

Wir machen Ihnen das Leben einfacher. Profitieren Sie von flexiblen Versicherungslösungen für Private und Unternehmen.

Tel. 0800 455 455
www.sympany.ch

sympany
erfrischend anders

Liebe ehemalige Athletinnen und Athleten; liebe Eltern, Freundinnen und Freunde der LAS Old Boys

Seit 1978 sind wir Gönner eine nicht mehr wegzudenkende Stütze der LAS. Wir bemühen uns aktiv, besonders den Nachwuchs aber auch spezielle Projekte für Spitzenathletinnen und Spitzenathleten finanziell zu unterstützen. Helfen Sie uns dabei! Treten Sie unserer Vereinigung bei und leisten Sie Ihren Beitrag zum guten Gelingen der LAS!

Zudem treffen wir uns und pflegen alte Bekanntschaften, freuen uns über gute Resultate unserer Schützlinge und schwelgen in Erinnerungen.

Sind Sie interessiert? Haben Sie Fragen? Setzen Sie sich mit uns in Verbindung!



GÖNNERVEREINIGUNG
DER LEICHTATHLETIKSEKTION BSC OLD BOYS BASEL

Ihre Ansprechpersonen:

Ruedi Stähelin Präsident,
061 302 87 38
ruedi.staehelin@
vtxmail.ch

Gönnervereinigung der Postfach 441
Leichtathletiksektion 4003 Basel
BSC Old Boys Basel 061 302 57 63

Athletenportrait: Jil und Christopher Ullmann

Interview: Daniela Lachat, Fotos: Karin Knöll

- » **Jil Ullmann** („tschillä“, „jilol“, „jilu“)
- » ca. 178 cm, dazu müsste ich auf die Waage stehen :), Schuhgrösse 44
- » Disziplin: Hammer (Kugel)
- » Trainerin: Daniela Lachat
- » Lieblingsessen: Bohnen, Rotkraut, Klöse (Vegetarierin)
- » Lieblingsgetränk: Apfelsaftschorle



Leistungsentwicklung Hammer

- 2008 (3kg):** 45.16m, 1. SM U16,
- Schweizer Bestleistung U16
- 2009 (3kg):** 48.50m, 1. SM U18,
- 2. Team-SM Hammer (40.30m 4kg)
- 2010 (3kg):** 50.06m, 1. Bestenliste
(da kein Hammer an SM U18)
- Badische Schülermeisterin
- 2011 (4kg):** 44.47m, 1. SM U20
- 2 Rang Team-SM Hammer
- Baden Württembergische Meisterin

Wie bist du zur Leichtathletik/Disziplin gekommen?

Chris: Unsere Mutter war Leichtathletin, und ich kam per Zufall an einem Meeting auf Weitsprung

Jil: Die ganze Familie hat Leichtathletik

- » **Christopher Ullmann** („Schokobär“)
- » 188 cm, 82 kg, Schuhgrösse 47
- » Disziplin: Weitsprung
- » Trainer: Anatoly Gordienko
- » Lieblingsessen: Chicken
- » Lieblingsgetränk: Vitamin Water



Leistungsentwicklung Weitsprung

- 2010:** 6.79m, 1. Rang SM U18
- 2011:** 7.04m, 1. Rang SM U18

Diese Angaben gelten für Beide:

- » 21. August 1993 (Jil ist 1 Minute älter als Chris)
- » aus Stein
- » Scheffel Gym., Bad Säckingen (D)
- » bei OB seit 2008
- » Halb-Jamaikanische Wurzeln

gemacht, im Training aus Spass haben wir Hammer gemacht

Wie bist du zu OB gekommen?

C: Per Zufall, da Jil einen Hammer Trainer gebraucht hat

J: Durch meinen Opi (Anmerkung Redaktion: Mitarbeiterin vom Opi kennt Daniela Lachat und wusste, dass sie Hammer wirft)

Was gefällt dir bei OB?

J: Die Organisation, die Trainer, den Team-Zusammenhalt

C: Trainer, Stimmung und auch unter den Athleten, Organisation usw. Gut wäre es die Trainingszeiten so anzuordnen, dass nicht so viele auf einmal trainieren

Wie häufig trainierst du pro Woche?

C: 4 - 5 Mal pro Woche, jeweils 2 - 2.5 Stunden

J: Bis 2 Mal pro Woche :D, (Mittwoch und Freitag, ab und zu Samstag)

Was sind deine Ziele für 2012?

C: Teilnahme an der U20 WM in Barcelona und die Verteidigung des Schweizermeisteritels

J: Verbesserung meiner Weite mit dem 4 kg Hammer (bestehen meines Abiturs :P) und die Verteidigung des Schweizermeisteritels

Was sind deine weiteren Ziele in der Zukunft?

C: Teilnahme an Europa- und Weltmeisterschaften

J: Wahrscheinlich Psychologie, Pädagogik und Spanisch Studium, Auslandsjahr, Kinderhort Betreuung, Sozialprojekt Afrika

Was hast du für Hobbys?

C: Alle möglichen Sportarten, Freunde treffen

J: Hauptsächlich tanzen, Hiphop, Latin, Zumba... Standard

Was hörst du für Musik?

C: Alles in den Charts, aber vor allem Rap
J: Reggaeton, Reggae, Ska, HipHop,... Jack Johnson, Kate Nash, Jamaram,...

Wie bereitest du dich auf die Wettkämpfe vor?

J: Training, ich habe kein Ritual

Was machst du für die aktive Erholung?

C: Eiskaltes Wasser über die Oberschenkel laufen lassen beim Duschen

J: Ferien

Beschreibe dich mit 3 Wörtern:

C: sportlich, aufgeschlossen, fröhlich

J: offen, ehrlich, fröhlich

Was ist dein Motto?

J: Viva la vida



Wenn du 3 Wünsche frei hättest, was würdest du dir wünschen?

C:

- » Immer Gesund bleiben und dass meine Familie auch gesund bleibt
- » Erfolg im Sport
- » Immer Spass am Leben haben

J:

- » Gesundheit für meine Familie und Freunde
- » Ein Zuhause für jedes Kind auf der Welt (mit medizinischer Versorgung, genug Essen und Trinken)
- » Einen alten VW Bully :D (mit umweltfreundlichem Motor)



Buchtipp: Spannender Thriller zum Thema Gendoping

Karin Knöll, Foto: Beat Glogger

Jesse Brown verbringt seine Kindheit in der Bronx von New York in ärmlichen Verhältnissen. Jetzt lebt er in der Schweiz als gefeierter Sprintstar. Er gewinnt ein Rennen nach dem andern. Er ist der schnellste Mann der Welt.

Vor einem wichtigen Rennen verletzt er sich. Daraufhin behandelt ihn sein Trainer Emilio Battista mit einem seltsamen Gerät, das dafür sorgt, dass Jesses Muskeln nach wenigen Tagen wieder regeneriert sind und er das Training wieder aufnehmen kann.

Kurz vor den Olympischen Spielen geschehen merkwürdige Dinge: junge, hoffnungsvolle Leichtathleten wie Jesse sterben auf unerklärliche Weise. Man redet von Gen-Doping und auch Jesse gerät unter Verdacht. Jesse seinerseits verdächtigt seinen Trainer, weshalb er die Zusammenarbeit mit ihm beendet. Daraufhin wird Jesses Freundin entführt.

Die merkwürdigen Todesfälle rufen auch die Dopingfahnder auf den Plan. Als der eine eine äusserst grosse und muskulöse Maus im Briefkasten findet, befürchten die Fahnder das Schlimmste: Gendoping im Sport. Sie suchen mit Hochdruck nach den Hintermännern und kommen ihnen immer näher. Sie reisen um die halbe Welt, bis sie in Costa Rica landen, wo sie von der Doping-Mafia schon erwartet werden.

Dem Autor Beat Glogger, selbst einmal aktiver Leichtathlet, gelingt ein packender Roman, der den Leser bis zum Schluss fesselt. Die Spannung steigt stetig. Der Thriller mag auch nicht sportbegeisterte Leser in seinen Bann zu ziehen. Am Ende bleibt ein beklemmendes Gefühl zurück: Wie weit war das Gelesene nur Fiktion und wie weit hat uns die Realität schon eingeholt?



Ich kann das Buch nur empfehlen. Es ist spannende Unterhaltung mit wissenschaftlichem Hintergrund.

Stadtlauf 2011 (26.11.2011): Resultate des OB-Nachwuchs

Thomas Hänzi

Die Athletinnen und Athleten von OB haben sich am Basler Stadtlauf einmal mehr in hervorragendem Licht präsentiert. Die Nachwuchsabteilung war wiederum mit

einer riesigen Anzahl AthletInnen in der Stadt unterwegs und verwandelte die Freie Strasse zumindest beim Einlaufen in ein gelb/schwarzes Menschenmeer.

Kategorie A

102. Lüthy Lars	2003	4.45,9
171. Nüssli Lorenzo	2003	5.05,6
175. Boog Basile	2003	5.06,5
185. Scheffler Klaus	2004	5.08,4
228. Deecke Linus	2004	5.20,5
260. Marti Valentin	2004	5.30,2

Kategorie B

28. Müller Elsa	2003	4.30,6
52. Roppel Alessia	2004	4.47,5
54. Herrmann Marla	2003	4.48,7
61. Schwarz Katharina	2004	4.54,4
106. Zimmermann Joleen	2004	5.11,6
124. Loppacher Tabea	2004	5.17,1
158. Tork Jasmin	2005	5.26,7

Kategorie C

1. Breer Nils	2001	3.23,8
20. Sträuli Valentin	2002	3.45,9
33. Schweizer Tom	2001	3.51,7
63. Pfander Hannes	2001	4.11,3
107. Marti Clemens	2002	4.25,1
127. Banerjee Till	2002	4.29,6
129. Rast Marius	2002	4.29,8
158. Zeender Kilian	2001	4.37,7
207. Graf Eric	2001	4.53,3
274. Gelzer Tim	2002	5.15,4
307. Loppacher Julian	2001	5.28,8

Kategorie D

3. Debelic Anna	2001	3.43,8
4. Zimmermann Mia	2001	3.43,9

5. Göhring Anais	2001	3.44,4
6. Boeniger Zoë	2001	3.44,8
10. Tork Riana	2001	3.52,5
20. Werthmüller Lina	2001	4.01,6
41. Ratkovic Tamara	2001	4.15,4
46. Lalor Simone	2001	4.16,8
123. Weber Hanna	2002	4.47,4
145. Zeender Rima	2002	4.54,3
175. Scheffler Lina	2002	5.01,4
178. Loitz Julie	2001	5.03,5

Kategorie E

14. Stoller Noah	1999	5.46,7
39. Müller Johann	2000	6.16,2
51. Ruf Yannic	2000	6.27,0
70. Weber Moritz	2000	6.42,0
81. Haller Raphael	1999	6.50,1
87. Stamm Robin	2000	6.52,3
97. Zarnegin Nima	2000	6.57,5
100. Bucker Alexander	2000	6.58,1
115. Kunz Ruben	2000	7.08,1
154. Sutter Yannick	2000	7.29,4
162. Brechbühler Cédric	2000	7.35,3
164. Schär Melvin	1999	7.37,4
275. Herzog Valentin	2000	9.16,3

Kategorie F

6. Boog Olivier	1996	4.56,0
86. Kapp Thierry	1997	6.27,3
152. Iddrisu Malik	1998	7.13,5

Kategorie G

5. Zimmermann Zoé	2000	5.54,2
-------------------	------	--------

12. Zimmermann Ronja	1999	6.02,9	32. von Jackowski Selina	1997	6.09,7
14. Keller Fiona	1999	6.06,8	43. Baehny Laura	1996	6.14,7
18. Dirnhofer Laetitia	2000	6.12,6	45. Lang Salome	1997	6.16,9
20. Kleiner Moana	1999	6.13,8	51. Stauffenegger Viktoria	1997	6.28,4
27. Burns Annabelle	1999	6.29,2	52. Barczay Lena	1996	6.29,3
29. Sawaneh Jahra	1999	6.32,3	58. Rempert Anyisia	1996	6.35,7
31. Utermann Karolina	1999	6.34,0	62. Giamboni Lia	1996	6.42,2
34. Bachmann Eva	1999	6.35,3	71. Buess Sabrina	1996	6.47,2
42. Wirz Anna-Milena	1999	6.43,6	78. Vaclavkova Margareta	1997	7.00,7
45. Keller Anna	2000	6.45,3	94. Probst Ilona	1997	7.11,8
56. Guzzetta Xenia	2000	6.52,3	106. Yanze-Kontchou Lucie	1998	7.21,4
57. Vorster Viviane	1999	6.52,5	112. Bühler Tatjana	1996	7.29,8
60. Zürcher Nora	2000	6.54,8	147. Jeanguenat Hannah	1996	7.47,1
64. Moser Lara	2000	6.56,2	155. Maier Vera	1996	7.54,4
185. Moll Marie-Charlotte	2000	8.15,9	161. Saner Florence	1997	7.56,0

Kategorie H

7. Nedwed Vivian	1997	5.27,6
8. Stöcklin Pascale	1997	5.34,5
23. Lüber Anna	1997	5.57,9
28. Thoma Janice	1998	6.05,0
30. Blättler Noëmi	1998	6.07,7
31. Purtschert Marietta	1998	6.08,5
32. Vonmoos Giulia	1997	6.09,7

Kategorie I

1. Collins Sarah	1994	19.34,0
68. Duarte Cristina	1993	27.40,1

Kategorie L

10. Kreppke Jan-Niklas	1992	18.06,8
30. Maiori Lukas	1995	20.12,7
87. Klemperer Jonas	1995	23.10,1



FELDSCHLÖSSCHEN

Part of the Carlsberg Group

OB - Neumitglieder

		Der Verein	
Aeschbacher David	2001	Reisch Emanuele	2003
Angehrn Henrik	2004	Rüger Nils	2002
Armstrong Kamilah-Sharik	1997	Schacher Elia	2003
Bachmann Eva	1999	Schärner Mattia	2003
Boog Basile	2003	Scheffler Klaus	2004
Boss Sophie Magdalena	2002	Scheffler Lina	2002
Bossert Valeria	2004	Schwarz Katharina Helene	2004
Casagrande Diego	2004	Spengeler Gianluca	2000
De Jesus Golovattei Caio	2004	Spengeler Marina	2003
De Jesus Golovattei Victor	2003	Stamm Robin	2000
Debelic Anna	2001	Stendardo Davide	2000
Deecke Flynn	2006	Sträuli Julian	2003
Deecke Linus	2004	Sträuli Valentin	2002
Dirnhofer Philip	2005	Sutter Yannick	2000
Fedriga Manuel	1997	Testa Naomi	1997
Fontana Jasper	2004	Thürkauf Joanna	2002
Frey Fiona	2000	Thürkauf Sammy	1995
Ham Alexander	1995	Tork Laura	1999
Hanson Wolf Leonhard	1998	Tosin Davide	2000
Lalor Simone	2001	Tschudi Isabelle	2003
Loppacher Tabea	2004	Verrascina Luca	2000
Lüber Anna	1997	Vogt Kaspar Jakob	2002
Marti Valentin	2004	Weber Hanna	2002
Maurer Jean-Pierre	1976	Willaredt Frug	1996
Meienberg Timo	2003	Wohlwender Salome	2003
Mighali Silja	2001	Zarnegin Nima	2000
Ott Gregori	1994	Zeender Killian	2001
Plattner Aline	2005	Zimmermann Joleen	2004
Reisch Elisa	2000	Zimmermann Lizzy	2006

Informationen Old Boys News 1 / 2012

Redaktion

Redaktionsschluss: Ausgabe 1 / 2012 **5. März 2012**

Beiträge bitte an: - lukas.mussler@stud.unibas.ch
 - Sekretariat LAS Old Boys, Postfach 441, 4003 Basel



KREATIVBOX.CH
 DER ETWAS ANDERE ONLINE-SHOP

Geschenke für Jedefrau und Jedermann

Personalisierte Geschenke für Ihre Lieben

Ein cooles Sujet – Ihr Name, oder den der beschenken Person und das Geschenk ist perfekt.



Tischsets



Kalender



Postkarten



Mausmatten

WWW.KREATIVBOX.CH



Arbeitsbühnen-Vermietung



Filiale Pratteln: Tel. 061 813 03 03
 ws-skyworker.ch info@ws-skyworker.ch



Ein guter Deal: das neue **go4free** Jugendkonto.

Das neue **go4free** Jugendkonto zahlt sich aus:
Du erhältst gratis eine Maestro-Karte und
profitierst von weiteren Vorteilen. Eröffne jetzt
dein **go4free** Jugendkonto bei uns oder unter:
www.raiffeisen.ch/go4free

Raiffeisenbank Allschwil-Schönenbuch
Baslerstrasse 70
4123 Allschwil
www.raiffeisen.ch/allschwil

RAIFFEISEN