

# Telegramm einer erfolgreichen Läuferwoche

Autor: Ruedi Meier

Nach unserem LCR Abendmeeting, bei dem unsere LäuferInnen vor allem als PacemakerInnen brillierten, folgten bereits wieder viele gute Resultate.

## **Aarau; Abendmeeting:**

Stefan Marti zeigte über 800m, dass er sich von seinem Militär-WK erholt hat.

Nach einem eher verhaltenem Start (Militärschuhe?) stand Stefan den Lauf aber erfreulich gut durch und blieb mit **1:59.37** erstmals unter der Zweiminutengrenze, womit er nun definitiv zu den richtigen Mittelstreckenläufern gehört.

Weniger gut lief es Kevin Hangartner in der vierten 800m Serie. Auf den letzten 200m fehlte ihm offenbar der „Surfer“-Wind, so dass er das Ziel erst nach 2.14.65' !!! erreichte.

## **Chiasso; GP Medrisiotto**

Weil die Reise an den geplanten Start in Birmingham zu teuer und kompliziert wurde, entschied sich Joelle Flück anstelle von Birmingham kurzfristig für einen schnellen 800m Lauf nach Chiasso zu fahren.

Obwohl Joëlle und ich vor dem Lauf sicher waren, dass sie ihre Bestzeit bestimmt noch verbessern würde, war das Resultat schlussendlich doch eine Sensation, denn es gelang Joëlle ihre persönliche Bestzeit von 2.07.35 um fast eine Sekunde auf **2:06.76'** zu verbessern. Dass sie nach dem Lauf überzeugt war, dass eine nochmalige Verbesserung der PB möglich ist, freut mich besonders.

## **Birmingham GBR; GP Final**

Nach dem für ihn enttäuschenden LCR Abendmeeting, flog Mirco an den britischen GP Final nach Birmingham. In der besten Serie, die in 3:41.16' gewonnen wurde, konnte er aber leider nicht ganz mithalten. Immerhin war er aber als elfter mit **3:49.53'** schon wieder deutlich schneller als in Regensdorf.

## **Schaffhausen; Qualifikation „Mille Gruyère“**

Steven Malischke, unser jüngster Mittelstreckler, der offenbar während seinen Familienferien in USA tatsächlich sehr gut trainiert hat, konnte sich mit einem feinen dritten Rang für den Final Mille Gruyere qualifizieren. Mit der 1000m Zeit von **2:50.98'** stellte er in dieser Saison bereits seine 8. persönliche Bestzeit auf.

## **Lausanne; Triathlon Weltmeisterschaften im Team-Sprint**

Vor der „Glötze“ sitzend, hatte ich heute Nachmittag einen sehr hohen Puls.

Was wir heute von unseren LCR Mitgliedern Melanie Annaheim und Jan van Berkel zu sehen bekamen, war absolute Weltklasse.

Melanie Annaheim, der ehemaligen Mittelstrecklerin (mehrfache Nachwuchs-Schweizermeisterin über 1500m und 3000m) gelang schlichtweg der Wettkampf ihres Lebens. Mit der **schnellsten Laufzeit** übergab Melanie lediglich wenige Sekunden hinter den Führenden an ihren Teamkollegen Ruedi Wild. Ergänzt mit Nicola Spirig und Sven Riederer wurde das Schweizerteam Vizeweltmeister.

Auch Jan van Berkel, der bekanntlich für Holland startet, gelang ein sehr guter Wettkampf. Jan konnte seine Partnerin auf dem für Holland sehr guten vierten Rang in den Wettkampf schicken. Zum Schluss belegten die Holländer den achten Rang.