

SPRINT

Vereinsmagazin der LA Nidwalden

Ausgabe 3/2023



Hauptsponsor



Co-Sponsor



Co-Sponsor



Ausrüster



Sportförderung



Printpartner



www.w-r-s.ch



**Durch stetes Training
mobil bleiben.**

WRS unterstützt dich dabei.



3 Millionen Tonnen
bewegen unsere Lokomotiven
gemeinsam pro Jahr.



Tag & Nacht
für Sie und
Ihre Güter im Einsatz.



Rund 100 Mitarbeitende
sind zurzeit bei WRS beschäftigt.



Unser Familienbetrieb
entscheidet schnell, flexibel
und kundenorientiert.

» **Schweiz, operatives Zentrum und Hauptsitz:**

WRS Widmer Rail Services AG, Emmetterstrasse 3, 6375 Beckenried

» **Deutschland:** WRS Deutschland GmbH, Beiertheimer Allee 22, Karlsruhe

INHALTSVERZEICHNIS

Ausgabe 3/2023

- 04** Jahresbericht 2023 des Präsidenten
- 07** Jahresbericht 2023 der Technischen Kommission
- 10** Jahresbericht 2023 der Schüler-Leichtathletik
- 12** Erfolgreiche Bergläufer/innen bei der LA Nidwalden
- 13** Team-Gold im Berglauf für Sven Marti an der Masters-EM
- 14** Zentralschweizer Berglauf Challenge 2023
- 15** Michelle Liem an den U20-Europameisterschaften
- 16** Kantonewettkampf
- 17** Nachwuchsmeeting
- 17** Regionalfinal Mille Gruyère
- 18** Julia Niederberger an den Weltmeisterschaften
- 20** Schweizerfinal UBS Kids Cup
- 21** Gold für die LG Unterwalden an der Team-SM
- 21** Switzerland Marathon Light
- 22** Staffel-Schweizermeisterschaften
- 24** SM U16/U18
- 26** SM U20/U23
- 27** Schweizer Vereinsmeisterschaften
- 28** Schweizerfinal Visana Sprint
- 29** Schweizerfinal Mille Gruyère
- 30** Velotour Europa-Park
- 33** Bohnanzturnier
- 34** SwissCityMarathon

IMPRESSUM

Redaktionsteam

Daniel Blättler und Aina Näpflin
(Koordination Berichte),
Julia Niederberger (Layout),
Andrea Baumgartner (Korrektorat),
Sven Marti (Bilder),
Guschti Baumgartner (Sponsoring)

Redaktionsschluss Sprint 1/2024

31. März 2024

Druck

ABC Print – Die Stadtdruckerei, Luzern

Auflage

340 Exemplare



JAHRESBERICHT 2023 DES PRÄSIDENTEN

von Jürg Eggerschwiler

Geschätzte Vereinsmitglieder

Auch im Vereinsjahr 2023 waren die sportlichen Leistungen unserer Athlet/innen schlicht beeindruckend. Aus allem heraus ragt der Sieg von Shirin Kerber am EYOF (European Youth Olympic Festival) über 1500 m, welcher gleichbedeutend mit dem ersten internationalen Titel für die LA Nidwalden ist.

Weiter Sorgen bereiten die dünne Personaldecke und die Schwierigkeiten, Abgänge bei den Trainer/innen und Funktionär/innen zu ersetzen.

VORSTAND/VEREIN

Die Vereinsgeschäfte wurden an vier Vorstandssitzungen behandelt. Der Vorstand war komplett besetzt.

Weiter beschäftigt hat uns die Situation um den Eichli-Park. Einige unserer Anliegen wurden auf-

genommen. Andere, wie eine grössere Distanz zwischen dem Pump-Track und der Sprintbahn, wurden nicht berücksichtigt. Das «pfannenfertige» Projekt hat sich wegen des unzureichenden Planungsstandes und eines überraschenden Mitwirkungsanlasses um mehr als ein Jahr verzögert. Es bleibt abzuwarten, ob die Stanser Gemeindeversammlung den benötigten hohen Zusatzkredit bewilligen wird.

Erfreulich war, dass das Postulat für ein kantonales Sportanlagekonzept vom Landrat angenommen und überwiesen wurde. Die Hoffnung stirbt bekanntlich zuletzt. Einen geeigneten Standort für eine 400-Meter-Rundbahn zu finden bleibt schwierig.

Sponsoring-Chef Gushti Baumgartner hat nach zwölf Jahren im Vorstand seine Demission eingereicht. Leider konnte noch kein/e Nachfolger/in gefunden werden. Gushti hat unsere Printmedien

auf ein nächstes Level angehoben. In seiner Ära wurde unter anderem das Sponsoring mit WRS, RUAG und Concordia realisiert. Weiter hat Guschti alle Veranstaltungen mit Startnummern, Drucksachen und Sponsorings bedient. Für seine grossen Verdienste danken wir Guschti ganz herzlich. Natürlich lassen wir ihn nur ungern ziehen.

Der Helfer Anlass wurde am Mittwoch, 27. September 2023 im Restaurant Nidair durchgeführt. Nach dem Apéro wurden rund dreissig Helfer/innen kulinarisch mit Wildspezialitäten verköstigt.

SPORTVERANSTALTUNGEN

Der 26. Nidwaldnerlauf fand am Samstag, 6. Mai 2023 endlich wieder im Stanser Dorfzentrum statt. Obwohl die Teilnehmerzahlen noch nicht frühere Dimensionen erreicht haben, war die Veranstaltung trotzdem ein voller Erfolg. Die neue Streckenführung vom Dorfplatz durch die Schmiedgasse und zum Winkelriedhaus hat sich bewährt. Leider hat das Wetter wieder einmal nicht ganz mitgespielt. Profitiert davon hat die Festwirtschaft, welche unter der Leitung von Paul Hemminger sehr gut lief. Jvo Eicher hat nach fünf Jahren als OK-Chef seinen Rücktritt eingereicht. Auch hier konnten wir noch keine/n Nachfolger/in finden. Besten Dank an Jvo für das grosse Engagement als OK-Chef und das erfolgreiche «Coming Home» ins Stanser Dorfzentrum.

Die lokale UBS-Kids-Cup-Ausscheidung wurde am Mittwoch, 31. Mai 2023 in Ennetbürgen mit rund hundert Teilnehmer/innen durchgeführt. Für mich als OK-Chef war das eine kleine Herausforderung, da ich kurzfristig beruflich in China unterwegs war. Glücklicherweise haben mich Martin Filliger und alle Resort-Chefs vor Ort bestens vertreten.

Zwei Tage später, am Freitag, 2. Juni 2023, wurde der Visana-Sprint-Kantonalfinal unter Leitung von OK-Chef Chris Winkler ebenfalls in Ennetbürgen ausgetragen. Aus rund hundert Sprinter/innen wurden die Jahrgangsschnellsten ermittelt, welche dann Nidwalden am Schweizerfinal vertreten durften. Wie üblich hat Chris mit dem ganzen Helferstab den Visana Sprint reibungslos durchgeführt.

TRAININGS- UND WETTKAMPFBETRIEB

Das Schülertraining wurde unter der Leitung von Ivo Christen durchgeführt. Insgesamt haben sich

die Teilnehmerzahlen mit dem neuen Aufnahme-konzept stabilisiert. Die Trainings konnten mit dem verfügbaren Trainerstab gut abgedeckt werden. Für weitere Details verweise ich an den Jahresbericht der Schüler-Leichtathletik von Ivo.

Mehr Schwierigkeiten bereitete die Organisation des Mehrkampftrainings. Emma Meissner musste aufgrund der Verschiebung ihres Lebensmittelpunktes nach Chur die Leitung abgeben. Dank dem grossen Engagement von Dani Blättler, Christian Gloor und allen Trainern des Mehrkampftrainings konnte der Betrieb trotzdem sichergestellt werden. Ganz herzlichen Dank für den Extraeinsatz. Weitere Informationen zum Mehrkampftraining können dem Jahresbericht der Technischen Kommission von Dani entnommen werden.

Wie eingangs erwähnt, haben unsere Athlet/innen wieder einmal abgeliefert. Hier die Top-Highlights der Saison:

- Alles überstrahlt hat die Goldmedaille von Shirin Kerber am EYOF in Maribor (Slowenien). Dank hervorragender Taktik stiess sie auf der Schlussrunde von Position vier an die Spitze und siegte in fantastischen 4:17.52 min.
- Nino Portmann erreichte an den Jeux de la Francophonie in Kinshasa (Demokratische Republik Kongo) im Zehnkampf den tollen zweiten Rang.
- An der Masters-EM in Adelboden gewann Sven Marti die Teamwertung im Berglauf.
- Julia Niederberger startete an den Weltmeisterschaften in Budapest (Ungarn) mit den beiden 4x400-Meter-Staffeln (Mixed und Frauen).
- An Schweizermeisterschaften wurden insgesamt dreizehn Medaillen gewonnen, etwas weniger als in den Vorjahren, aber immer noch ganz beachtlich.

Die vielen weiteren grossartigen Ergebnisse können ebenfalls dem Jahresbericht der Technischen Kommission von Dani entnommen werden.

VIELEN DANK

Ich bedanke mich ganz herzlich bei meinen Vorstandskollegen, den Trainer/innen, Funktionär/innen, Helfer/innen, Athlet/innen und Sponsoren, welche unsern Verein im 2023 unterstützt haben und wünsche allen viel Erfolg und Spass im nächsten Leichtathletik-Jahr.



**ABC
PRINT**

Die Stadtdruckerei.



berggashof.ch

Wir drucken
schnell &
professionell.

abcprint.ch

Marcel Stöckli – Ihr Berater für farbigen Druck.

ABC Print GmbH Hirschmattstrasse 42 6003 Luzern 041 210 91 31 info@abcprint.ch

 **myclimate**
shape our future

JAHRESBERICHT 2023

DER TECHNISCHEN KOMMISSION

von Daniel Blättler, Technischer Leiter

Geschätzte Athlet/innen, Trainer/innen, Eltern, Sponsoren und Fans der LA Nidwalden

Gerne möchten wir auf den folgenden Zeilen auf das Vereinsjahr 2023 der LA Nidwalden zurückblicken. Welche Trainingsgefässe wurden angeboten, wie wurden sie genutzt und wer hatte die Verantwortung? Wie kamen die erfreulichen Wettkampfergebnisse zustande, welche Bedeutung hatten die externen Gefässe für den Verein und wie war die Zusammenarbeit mit der LG und der Gemeinde?

INFRASTRUKTUR UND TRAININGSGRUPPEN

Die Vereinstrainings der Mehrkampf- und Laufgruppe wurden im Winterhalbjahr unter der Leitung von Emma Meissner und Jürg Eggerschwiler nach dem bewährten Muster am Dienstag und Donnerstag im Turmatt angeboten. Durch den Wegzug von Emma mussten bei der Mehrkampfgruppe die Aufgaben per Ende April neu verteilt werden: Christian Gloor übernahm die Trainingsplanung, während ein Teil der Gruppe neu am Montag (anstelle Dienstag) im Eichli trainierte. Hierfür bot uns die Gemeinde unkompliziert Hand für diese kurzfristige Lösung.

Keine wesentliche Verbesserung ergaben sich bei den Wurftrainings, welche in der Halle fast unmöglich sind. Diese unterliegen im Eichli aufgrund der knappen Platzverhältnisse immer wieder grossen Einschränkungen. Das Hürdenttraining in der Halle lässt wegen des fehlenden Materials noch immer zu wünschen übrig. Längere Sprintstrecken mussten auswärts trainiert werden. Die Laufgruppe war von Mai bis September jeweils am Dienstag auf der 400-Meter-Rundbahn in Sarnen anzutreffen.

Ergänzt wurde das Training beider Gruppen durch die Einheiten im Kraftraum am Montag und Mitt-

woch sowie das Konditionstraining am Samstag in Büren (nur Winterhalbjahr). Daneben nutzten drei Athletinnen gemeinsame Trainingsgefässe der LG Unterwalden, sieben Athlet/innen hatten ihren Trainingsschwerpunkt im Athletikzentrum Sarnen-Unterwalden und vier Athleten bei United Athletes Unterwalden. Diese beiden Vereine unter der Leitung von Thomi Rymann bzw. Sandro Jöri sind reine Trainingsgefässe – die Athlet/innen starten an den Wettkämpfen also weiterhin im Dress ihres Stammvereins.

TRAININGSLAGER UND VEREINSLEBEN

Die LA Nidwalden führte in der ersten Osterferienwoche unter der Leitung von Daniel Blättler ein fünftägiges Trainingslager für U14 und älter in Schüpfheim durch. Mehrkampfleiter Paul Hemminger amtierte dabei als Lagerkoch. Weitere sportliche Anlässe aus dem Vereinsleben waren die Velotour in den Europapark, das Skiweekend auf der Bannalp und der Skitag in Grindelwald.

TECHNISCHE KOMMISSION

Unter der Leitung von Daniel Blättler wurden drei TK-Sitzungen durchgeführt, in welchen die anstehenden Herausforderungen konstruktiv diskutiert wurden. Knackpunkte 2023 waren die Organisation des Mehrkampftrainings nach dem Wegzug von Emma Meissner sowie der Umgang mit der Gemeinde Stans bezüglich der vielen kurzfristigen Trainingsabsagen.

WETTKAMPFTEILNAHMEN

Der Wettkampfplan der LA Nidwalden umfasste rund 60 Anlässe, wobei der Verein für ambitionierte Athlet/innen auch die Startgelder an weiteren Wettkämpfen bezahlte. Sabine Rymann übernahm die grosse Arbeit für die Anmeldung, interne Kommunikation, Leiterzuteilung und Planung. So kamen total etwas über 800 Wettkampfteilnahmen zustande, was wieder dem Niveau von vor Corona entspricht.

Mit jeweils rund 60 Teilnehmer/innen waren die drei Veranstaltungen Nidwaldnerlauf, Visana Sprint und UBS Kids Cup unter den Vereinsmitgliedern am beliebtesten. Bei den lizenzierten Wettkämpfen schwang mit 32 Personen der ILV Event in Luzern obenaus.

MEISTERSCHAFTSMEDAILLEN UND INTERNATIONALE EINSÄTZE

Mit dreizehn nationalen Medaillen war die Saison 2023 etwas weniger erfolgreich als in den vergangenen Jahren, doch mit Shirin Kerber (1. Rang über 1500 m am EYOF), Nino Portmann (2. Rang im Zehnkampf an den Jeux de la Francophonie) und Sven Marti (1. Rang in der Berglauf-Teamwertung an der Masters-EM) durfte die LA Nidwalden sogar drei internationale Erfolge feiern. Weitere Highlights waren die Einsätze von Julia Niederberger im Schweizer Dress an der Hallen-EM (400 m), der WM (4x400 m Frauen und Mixed) sowie an der Team-EM (4x400 m Mixed mit Schweizerrekord) und von Michelle Liem an der U20-EM in Jerusalem (400 m).

Tolle Teamerfolge an Schweizermeisterschaften waren bei den U20w zu feiern: Das Quartett mit Shirin Kerber, Michelle Liem, Selina Odermatt und Sereina Liem holte in der Olympischen Staffel überlegen Gold und verpassten den Schweizerrekord hauchdünn. Zusammen mit der LG Unterwalden gewann das U20-Team die SVM ganz knapp vor dem LC Zürich. Aufgrund einer Regelementsänderung reicht dies aber leider, im Gegensatz zu 2018, nicht mehr zur Qualifikation für den Europacup. Schliesslich erreichten auch die U16w in der SVM-Wertung das beste Ergebnis der Saison und konnten die entsprechende Auszeichnung in Empfang nehmen.

Auch dreissig neue Vereinsrekorde durften in die Annalen des Vereins eingetragen werden (siehe Tabelle rechts). Vor allem Julia Niederberger, Michelle Liem, Shirin Kerber, Sven Rymann und Vanessa Feierabend machten 2023 einen grossen Leistungssprung und verbesserten gleich mehrere Rekorde.

Die LA Nidwalden dankt den Trainerteams des Athletikzentrums Sarnen-Unterwalden und United Athletics Unterwalden für die unermüdliche und fachlich kompetente Förderung der Athlet/innen, welche schwergewichtig für diese Erfolge verantwortlich sind.

HERAUSFORDERUNGEN UND AUSBLICK

Die Erfolge dürfen jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass vereinsintern diverse Herausforderungen anstehen, die gelöst werden sollten. Noch immer kann sich niemand von den Trainer/innen vorstellen, die Hauptleitung der Mehrkampfgruppe zu übernehmen. Nur dank der Rückkehr von Nino Baumgartner ist es überhaupt möglich, die regulären Trainings am Dienstag und Donnerstag anzubieten. Die Rückkehr der Mehrkampfgruppe von der Turmatt- in die Eichlihalle ist erneut gescheitert, obwohl uns durch die Gemeinde vor fünfzehn Jahren klar versichert wurde, dass es sich um eine temporäre Massnahme handle. Eine Rundbahn in Stans ist trotz angenommenem Postulat zum kantonalen Sportanlagenkonzept in weite Ferne gerückt. Aus dem Verein wurde noch niemand gefunden, der sich vorstellen kann, von Daniel Blättler die Aufgabe als Vertreter/in im TK der LG Unterwalden zu übernehmen. In dieser Position ist man auch gleichzeitig das Bindeglied des Vereins zu allen extern trainierenden Athlet/innen.

Das TK hat sich vorgenommen, die anstehenden Herausforderungen anlässlich eines Impulstages im Winter 2024 zu thematisieren.

SCHLUSSWORT

Zum Schluss möchten wir allen ein grosses Dankeschön aussprechen, welche die LA Nidwalden im vergangenen Jahr unterstützt haben: Den internen und externen Trainer/innen für ihren Einsatz auf dem Trainings- und Wettkampflplatz, den Eltern für die Übernahme von Funktionen im Verein, für die Helfereinsätze und die Fahrdienste sowie dem Vorstand für das entgegengebrachte Vertrauen.

NEUE VEREINSREKORDE

Disziplin	Kategorie	Person	Leistung	Bisher, Jahr
600 m	Männer	Navid Kerber, 03	1:19.62 min	Ramon Christen, 2017
800 m	Männer	Navid Kerber, 03	1:48.78 min	Navid Kerber, 2022
60 m Hürden	U18m	Sven Rymann, 07	8.44 s	Nino Portmann, 2017
110 m Hürden	U18m	Sven Rymann, 07	14.60 s	Noah Risi, 2015
Weitsprung	U18m	Sven Rymann, 07	6.69 m	Nino Portmann, 2017
Kugel 7.26 kg	Männer	Nino Portmann, 00	14.40 m	Nino Portmann, 2022
Speer 700 g	U18m	Tim Jakob, 06	53.00 m	Tim Jakob, 2022
Vierkampf	U12m	Maël Schürmann, 12	1800 Punkte	Nino Portmann, 2011
60 m Hürden	U12m	Luca Rütimann, 13	15.05 s	-
60 m	Frauen	Julia Niederberger, 00	7.57 s	Julia Niederberger, 2022
60 m	U20w	Michelle Liem, 05	7.84 s	Julia Niederberger, 2018
80 m	U16w	Sereina Liem, 08	10.14 s	Julia Niederberger, 2015
100 m	Frauen	Julia Niederberger	11.54 s	Julia Niederberger, 2022
100 m	U20w	Michelle Liem	12.03 s	Julia Niederberger, 2019
200 m	Frauen	Julia Niederberger, 00	23.42 s	Julia Niederberger, 2022
200 m	U20w	Michelle Liem, 05	24.10 s	Michelle Liem, 2022
300 m	Frauen	Julia Niederberger, 00	37.18 s	Julia Niederberger, 2021
300 m	U20w	Michelle Liem, 05	39.05 s	Julia Niederberger, 2019
400 m	Frauen	Julia Niederberger, 00	51.87 s	Julia Niederberger, 2022
400 m	U20w	Michelle Liem, 05	53.70 s	Michelle Liem, 2022
600 m	U16w	Vanessa Feierabend, 08	1:31.30 min	Michelle Liem, 2020
800 m	U18w-Frauen	Shirin Kerber, 06	2:08.74 min	Shirin Kerber, 2022
1000 m	U16w-Frauen	Vanessa Feierabend, 08	2:51.21 min	Shirin Kerber, 2021
1500 m	U18w-Frauen	Shirin Kerber, 06	4:17.52 min	Shirin Kerber, 2022
3000 m	U18w-Frauen	Shirin Kerber, 06	9:44.35 min	Rahel Blättler, 2021
Kugel 3 kg	U18w	Enya Rohrer, 07	13.06 m	Enya Rohrer, 2022
Diskus 1 kg	U18w	Enya Rohrer, 07	33.79 m	Jeannine Würsch, 2006
Siebenkampf	U20w	Selina Odermatt, 05	4802 Punkte	Tina Baumgartner, 2019
4x100 m	U20w-Frauen	Sereina Liem, 08 Michelle Liem, 05 Selina Odermatt, 05 Vanessa Feierabend, 08	47.97 s	Selina Odermatt Julia Niederberger Tina Baumgartner Michelle Liem, 2022
Olympische Staffel	U18w-Frauen	Shirin Kerber, 06 Michelle Liem, 05 Selina Odermatt, 05 Sereina Liem, 08	3:43.05 min	Shirin Kerber Michelle Liem Selina Odermatt Lya Niederberger, 2022



JAHRESBERICHT 2023

DER SCHÜLER-LEICHTATHLETIK

von Ivo Christen, Chef Schüler-Leichtathletik

Liebe Athlet/innen, Trainer/innen, Eltern und Freunde der Leichtathletik in Nidwalden

*«Wir fördern junge Menschen durch wertvollen Sport.»
J+S Leitbild 2022*

Zum 50-Jahre-Jubiläum von Jugend+Sport 2022 wurde ein neues Leitbild verfasst. Dieses bildet auch für uns die Grundlage unserer Tätigkeit und deckt sich mit unserem Wirken.

Wir bieten:

- Hohe Qualität und Sicherheit
- Bedeutsame Begegnungen und Emotionen
- Bedürfnisgerechte Ausbildung und Förderung

Wir sind:

- Vertrauenswürdig und engagiert
- Praxisnah und nachhaltig
- Respektvoll und offen

TRAININGSBETRIEB

Insgesamt haben 67 Kinder im Jahr 2023 am Freitagstraining teilgenommen. Diese Anzahl ist stabil

und entspricht dem, was wir mit unseren vorhandenen Ressourcen an Trainer/innen und Anlagen bewältigen können. Die Kinder haben insgesamt 1557 Trainingseinheiten absolviert, aufgeschlüsselt wie folgt:

- U10: 21 Kinder, 517 Trainingseinheiten
- U12: 25 Kinder, 590 Trainingseinheiten
- U14: 21 Kinder, 450 Trainingseinheiten

Zusätzlich fand das Mittwochstraining statt, welches 360 Trainingseinheiten verzeichnete. Insgesamt wurden beeindruckende 2875.5 Stunden Sport getrieben. Einige U14-Athlet/innen konnten am Trainingslager in Schüpflheim teilnehmen, um sich dort den letzten Schliff für die Wettkampfsaison zu holen.

Das Abschlusstraining vor den Herbstferien wurde in diesem Jahr in Form eines Grillabends mit Lottomatch durchgeführt. An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Vätern am Grill herzlich bedanken.

Auch in diesem Trainingsjahr konnten wir die Sportanlagen der Gemeinde Stans im Eichli für

unsere Aktivitäten nutzen. Angesichts von 70 Kindern in sechs verschiedenen Gruppen, die gleichzeitig Sport treiben, erfordert dies eine genaue Planung, da uns beispielsweise nur eine Laufbahn und eine Hochsprunganlage zur Verfügung stehen. Jeder Wegfall von freien Rasenflächen stellt uns vor neue Herausforderungen, da diese ebenfalls von uns genutzt werden. Daher betrachten wir das Eichli-Park-Projekt kritisch, insbesondere weil die LA Nidwalden nicht in die Planung einbezogen wurde.

Wir möchten uns herzlich bei den folgenden Trainer/innen bedanken, die sich dieses Jahr beim Freitagstraining engagiert haben. Ohne sie wäre die Durchführung der Trainings und Wettkämpfe in dieser Form nicht möglich: Laura Barmettler, Nino Baumgartner, Daniel Blättler, Remo Blättler, André Briker, Anja Christen, Flavia Christen, Ivo Christen, Kathrin Christen, Niklas Christen, Alessia Coelho, Lara Droz, Jasmin Gauch, Stephan Hengartner, Julia Häberli, Michael Jacober, Samira Odermatt, Alain Schürmann und Rita Spichtig. Vielen Dank für euer Engagement und eure Unterstützung! Sie alle leisteten am Freitag insgesamt 217 Trainereinsätze. Im Mittwochstraining wurden zusätzlich 82 Trainereinsätze geleistet. Glücklicherweise konnten wir unseren Trainer-Stab leicht ausbauen. Ebenso konnten sich einige ältere Athlet/innen für den ersten Schritt in eine Trainerlaufbahn begeistern lassen. Sie besuchten einen 14/18-Kurs oder einen Leiter-Grundkurs und geben nun ihre Erfahrung weiter.

Die Hauptverantwortung für die einzelnen Gruppen lag bei:

- Kathrin Christen (U10, Jahrgänge 2014 und 2015)
- Samira Odermatt (U12, Jahrgänge 2012 und 2013)
- Ivo Christen (U14, Jahrgänge 2010 und 2011)

Ein besonderer Dank geht an Kathrin Christen, die zahlreiche Anfragen von leichtathletikinteressierten Kindern und Eltern beantwortet und koordiniert hat, einschliesslich der Organisation von Schnuppertrainings.

Leider konnten wir nicht allen leichtathletikinteressierten Kindern einen Trainingsplatz in einer der drei Gruppen anbieten und führen wiederum Wartelisten.

WETTKÄMPFE

An den nachfolgenden Wettkämpfen haben Kinder des Freitagstrainings der LA Nidwalden vom November 2022 bis Ende September 2023 teilgenommen:

- UBS Kids Cup Team (Eschenbach/Sarnen/Luzern)
- UBS Kids Cup Team Regionalfinal Willisau
- UBS Kids Cup Team Schweizerfinal Yverdon
- Obwaldner Cross
- Quer durch Zug
- Eröffnungsmeetings Cham und Willisau
- Nidwaldnerlauf
- Nachmittagsmeeting Horw
- UBS Kids Cup (Kerns/Ennetbürgen)
- UBS Kids Cup Kantonalfinal Sarnen
- Nachwuchs-SVM Hochdorf
- ILV-Staffelmeisterschaften Cham
- Visana Sprint Kantonalfinal Ennetbürgen
- ILV-Event Luzern
- Regionenmeisterschaften Aarau
- Kantonewettkampf Aarau
- Sommermeeting Sarnen
- Mille Gruyère Regionalfinal Emmenbrücke
- UBS Kids Cup Schweizerfinal Zürich
- Bettagsmeeting Zug
- Visana Sprint Schweizerfinal Fribourg
- Mille Gruyère Schweizerfinal Regensdorf
- ILV-Mehrkampfmeisterschaften Hochdorf

An dieser Stelle möchte ich allen Jungen und Mädchen herzlich zu ihren erreichten Leistungen gratulieren. Einige erlebten ihren ersten Start in einer neuen Disziplin, während andere neue persönliche Bestleistungen erzielten, sich für einen Schweizerfinal qualifizierten oder eine Meisterschaftsmedaille gewannen. Ich freue mich über die Erfolge, die aus dem Training hervorgehen. Die Resultate sind den Wettkampfberichten und der Bestenliste zu entnehmen.

Die Betreuung der Kinder an den Wettkämpfen fordert das Trainerteam sehr. Vielen herzlichen Dank für die 80 Betreuungseinsätze, die meist an Wochenenden geleistet wurden. «Ehrenamt ist keine Arbeit, die nicht bezahlt wird. Es ist Arbeit, die unbezahlbar ist.»



ERFOLGREICHE BERGLÄUFER/INNEN **BEI DER LA NIDWALDEN**

Als Mitgründer und ehemaliger OK-Präsident des Bannalper Berglaufes ist es für mich praktisch ein Muss, am «Bannalper» dabei zu sein. Besonders freute ich mich, dass mit Ursina Brunner und Lara Droz zwei Läuferinnen der LA Nidwalden an der Startlinie standen. Hinter der Tagessiegerin Susanne Rügger aus dem Zugerland klassierten sich Ursina und Lara auf den Rängen zwei und drei. Die beiden durften für ihren Sieg in der Kategorie Juniorinnen (Ursina) und Frauen 1 (Lara) an der Rangverkündigung einen Preis entgegennehmen. Beide eifern der Vize-Schweizermeisterin und Berglauf-Team-Weltmeisterin Selina Burch nach, welche seit letztem Jahr für die LA Nidwalden startet.

Am Seelisberger Berglauf durfte die LA Nidwalden sozusagen einen Dreifachsieg feiern, denn Ursina und Lara klassierten sich hinter Lucia Hofmann, die bis vor ein paar Jahren noch Mitglied der LA Nidwalden war, auf den beiden weiteren Podestplätzen.

Anfang Juli beteiligten sich Ursina und Lara am Stanserhorn Berglauf und begeisterten wieder mit Spitzenklassierungen. Lara erkämpfte sich den dritten Rang bei den Frauen 1 und war damit die schnellste Nidwaldnerin. Ursina gewann die Juniorinnen-Kategorie überlegen mit über 20 Minuten Vorsprung auf die Zweitklassierte.

Bei der Gründung der LA Nidwalden gab es schon einmal einen Athleten, der zur nationalen und internationalen Berglauf-Elite gehörte, denn damals war der Emmetter Bergläufer Hanspeter Näpflin noch Mitglied der LA Nidwalden. Hanspeter wurde 1988 Vize-Weltmeister im Berglauf und 1989 Schweizermeister im Berglauf. Später gehörte Lucia Hofmann zu den besten Berg- und Marathonläuferinnen der Schweiz (Tagessiegerin Luzern Marathon 2012). Lucia war Teilnehmerin an den Berglauf-Weltmeisterschaften 2013 in der Toskana und gewann 2013 die Bronzemedaille an den Schweizermeisterschaften im Berglauf. Mit Selina, Ursina und Lara wird diese Berglauf-Tradition momentan weitergeführt. Daneben gibt es weitere Mitglieder der LA Nidwalden, die erfolgreich an Bergläufen dabei sind oder waren: Mirjam Niederberger, die 2018 den Matterhorn Ultraks Trail «Mountain» in Zermatt als Tagessiegerin gewann sowie Rahel Blättler, Dani Blättler, Mesfin Müller, Martin Filliger und weitere.

Franz Hess

TEAM-GOLD IM BERGLAUF FÜR **SVEN MARTI AN DER MASTERS-EM**

Adelboden, 9. Juli 2023

Während die Nachwuchskategorien in der Leichtathletik grosse Beachtung finden, ist unsere Sportart bei den Masters (also allen 35-Jährigen und älter) wenig im Mittelpunkt des öffentlichen Interesses. Auf Leichtathletikanlagen findet man an einigen Wettkämpfen ein paar Unentwegte, die bis ins hohe Alter um Meter und Sekunden kämpfen, doch in der Innerschweiz kann man diese an zwei Händen abzählen. Anders sieht es im Laufbereich aus, wo die Felder ab 35 Jahre grösser werden und Athlet/innen aus höheren Kategorien auch immer wieder Wettkämpfe gewinnen können.

Was viele nicht wissen: Auch die Masters bestreiten offizielle Meisterschaften – so Anfang Juli 2023 in Adelboden in den Disziplinen Berglauf und Trailrunning. Aufgrund der verhältnismässig kurzen und «flachen» Strecke von 8.8 Kilometern und 660 Höhenmetern entschied sich Sven Marti hier für einen Start im ungewohnten Gelände. Er legte zur Vorbereitung einige coupierte Einheiten ein und lief die Wettkampfstrecke vorgängig einmal ab – daneben trainierte er aber «as usual».

Am Berglauf nahmen knapp 300 Athleten über 35 Jahren teil. Mit 38 ging Sven in der jüngsten Kategorie an den Start – die Ältesten waren knapp 80 Jahre alt. Das Streckenprofil bot viel Abwechs-

lung und zwei Downhillpassagen, bevor auf dem finalen Aufstieg das Sillerbühl erklommen wurde.

Nach dem Start führte das Rennen auf einer Strasse zunächst moderat bergauf. Sven reihte sich um die Position 15 ein – vorne machten die beiden Schweizer Pierre-André Ramuz (Schweizer Crossmeister) und Francois Leboeuf Tempo. Sven meisterte die steilen Uphill- und die anspruchsvollen Downhillpassagen mit Bravour und auf dem flachen Trail machte er kräftig Tempo. Es folgte der Schlusaufstieg mit einem fulminanten Sprint – hier konnte Sven nochmals zwei Gegner in die Schranken weisen.

So erreichte Sven das Ziel in 43:19 min als Dreizehnter – knapp drei Minuten hinter dem Sieger aus Grossbritannien. Den zweiten Streckenteil hatte er sogar als Neunter absolviert. In der Kategorie M35 bedeutete dies Rang sechs – und zusammen mit zwei Teamkollegen den Sieg in der Teamwertung. Damit darf sich Sven nun offiziell Europameister Master Team nennen.

Herzliche Gratulation zu dieser Leistung!

Daniel Blättler



ZENTRALSCHWEIZER BERGLAUF CHALLENGE 2023

Bereits seit mehreren Jahren gibt es die Möglichkeit, an acht verschiedenen Bergläufen in der Zentralschweiz teilzunehmen. Mit Hingabe organisieren Gruppen von Berglauf-Fans ihren alljährlichen Lauf und bieten den Läufer/innen ein unvergessliches Wettkampferlebnis mitten in wunderschönen Bergkulissen.

Ursina Brunner

Der Anfang der Zentralschweizer Berglauf Challenge organisiert das OK von Seelisberg mit dem Rütli-schwur-Gedenklauf. Die 9.5 Kilometer lange Strecke mit den 1115 Höhenmeter setzt einen happigen Start in die Saison. Weiter geht der Cup mit dem Haldi-Berglauf und dem Bannalper-Berglauf und anfangs Juli ertönt der Startschuss auf dem Dorfplatz in Stans und das Rennen auf den Hausberg beginnt. Als bereits zweifache Teilnehmerin an diesem Wettkampf kann ich aus eigener Erfahrung sagen, dass dieser Lauf eine besondere Herausfor-

derung darstellt und dass wie immer gutes Einteilen der Kräfte zentral ist. Wer im unteren Teil bereits zu schnell anläuft, wird im oberen Abschnitt wahrscheinlich büßen müssen. In diesem Jahr ist es mir gelungen, die 10.9 Kilometer lange Strecke mit den 1416 Höhenmeter acht Minuten schneller zu durchlaufen als im Jahr zuvor. Auf diese Verbesserung und Leistung bin ich sehr stolz.

Weiter nahm ich im September am Wildspitz-Berglauf teil, welcher sich besonders durch die super Organisation auszeichnet. Als Abschluss der Zentralschweizer Berglauf Challenge lief ich in Hasle mit starker Konkurrenz über die Startlinie und kam nach weniger als 50 Minuten im Ziel an. Ebenfalls in diesem Lauf zeigte sich, im Vergleich zu der Erstteilnahme, eine beachtliche Verbesserung spezifisch meiner Zeit.

Zurückblickend bin ich sehr stolz auf mich und meine Leistung und ich freue mich schon auf nächste Herausforderungen in der Saison 2024.

MICHELLE LIEM AN DEN U20-EUROPAMEISTERSCHAFTEN

Jerusalem, 7. bis 10. August 2023

Michelle Liem qualifizierte sich an ihrem zweiten internationalen Grossanlass für den Halbfinal.

Franz Hess

Michelle startete am Montag, 7. August 2023 zu ihrem Vorlauf über 400 Meter. Sie wurde im schnellsten der vier 400-Meter-Vorläufe eingeteilt und erlief sich eine sehr schnelle Zeit von 53.74 Sekunden und erkämpfte sich als Serienvierte die Teilnahme für die Halbfinals vom Dienstag.

Im Halbfinal lief es für die 18-jährige Stanserin nicht mehr so optimal. Nach einem verhaltenen Start steigerte sie sich nach der 200-Meter-Marke und lief als Sechste ihrer Serie mit der Zeit von 54.14 Sekunden ins Ziel ein. Leider bedeutete dies das Ausscheiden am gleichen Ort, an welchem es letztes Jahr noch für den Final gereicht hatte.

Für Michelle war der Wettkampf in Jerusalem eine gute Erfahrung an Grossveranstaltungen und sie wird davon sicher profitieren können in den kommenden Jahren.





KANTONEWETTKAMPF

Aarau, 20. August 2023

Am 20. August 2023 fand in Aarau bei heissen Temperaturen der Kantonewettkampf für die Kategorien U14 und U16 statt. Bei diesem Vergleichswettkampf geht es darum, für sein Verbandsgebiet in verschiedensten Disziplinen möglichst viele Punkte zu ergattern. Von der LA Nidwalden durften Sereina Liem, Anja Christen, Vanessa Feierabend und James Achermann für das Team ILV starten.

Aline Rymann

Am frühen Morgen reiste das gesamte Team ILV gemeinsam mit dem Car nach Aarau. Der Wettkampf begann mit den Mixed-Staffeln, wobei Anja und Sereina mit der U16-Staffel den tollen fünften Rang erreichten. James sprintete mit der U14-Staffel auf den achten Rang. Er durfte zusätzlich im Weit-

sprung (4.42 m, Rang 12) und über 80 m (11.97 s, Rang 13) antreten. Anja bestritt den Hürdensprint (12.91 s, PB, Rang 8) und den Weitsprung (5.06 m, Rang 7). Top-5-Rangierungen erreichte Sereina im 100-Meter-Sprint (12.81 s, PB, Rang 4) und über die Hürden (12.27 s, Rang 4). Vanessa konnte die 800 m in einer Zeit von 2:17.85 min am schnellsten absolvieren und holte somit die maximale Punktzahl für das Team ILV. Mit einem Gesamttotal von 140 Punkten belegte das Team ILV bei den U16w den vierten Schlussrang. Herzliche Gratulation!

NACHWUCHSMEETING

Zofingen, 12. August 2023

Nicht weniger als 500 Athlet/innen haben während der Sommerferienzeit den Weg ins Stadion Trinermatte gefunden. Das Wetter versprach beste Bedingungen für ein ereignisreiches Meeting. Leider schmälerte eine kurze, aber niederschlagsreiche Gewitterzelle über die Mittagszeit die Hoffnung auf trockene Verhältnisse während des ganzen Tages.

Moreno Würsch

Von der LA Nidwalden waren fünf Athletinnen (Enya, Marilou, Sereina, Aline und Anja) sowie zwei Athleten (Sven und Moreno) in den Kategorien U16 und U18 auf der Startliste zu finden. Gesamthaft versuchten wir in 19 Disziplinen-Starts unser Bestes abzuliefern. Total konnten wir sechs neue PBs erzielen. Daneben wurden viele weitere, starke

Resultate erbracht, aber natürlich auch das ein oder andere Lehrgeld bezahlt. Enya Rohrer konnte im Kugelstossen mit 12.84 m wie auch im Diskus mit 33.21 m sämtliche Konkurrentinnen übertreffen und jeweils souverän die Tagesbestweiten erzielen. Ebenfalls im Diskus konnte Aline Ryman in ihrer Kategorie mit einer Weite von 32.74 m eine neue PB verbuchen. Und Sereina Liem (12.18 s) wie auch Anja Christen (12.99 s) erreichten über 80 m Hürden jeweils neue persönliche Bestzeiten. Sereina lieferte zudem die schnellste Sprintzeit des Tages ihrer Kategorie mit 10.32 s über 80 m ab und liess mit starken 12.96 s über 100 m bei den U18 aufhören. Auch Sven Ryman konnte im Weitsprung seine Bestweite um 12 cm auf 6.48 m verbessern. Ein Dank geht an die unermüdlischen Betreuer/innen der LA Nidwalden, welche uns immer wieder mit vollem Elan unterstützen.

REGIONALFINAL MILLE GRUYÈRE

Emmenbrücke, 23. August 2023

Am 23. August 2023 haben in Emmenbrücke beim Mille Gruyère vorwiegend jüngere Athlet/innen der LA Nidwalden mitgemacht und tolle Ergebnisse erzielt.

Anouk Scheuber

Die Jahrgänge 2011 bis 2013 mussten eine Strecke von 1000 m absolvieren und erzielten dabei folgende Resultate: Einen Podestplatz feiern durften Maël Schürmann und Mara Stalder. Maël sicherte sich den dritten Rang mit einer super Zeit von 3:23.17 min. Mara durfte sich mit einer hervorragenden Zeit von 3:40.81 min über den zweiten Rang freuen. Seraina

Hengartner erreichte mit einer Zeit von 3:48.33 min (PB) den elften Rang. Sophia Langestein klassierte sich auf dem sechsten Rang und Nick Achermann erreichte mit einer neuen PB als Fünfter das Ziel. Die jüngeren Läufer/innen rannten 600 m. Louis Schürmann konnte sich den dritten Rang sichern, dicht gefolgt von Jan Habermacher, welcher das Podest leider knapp verpasste. Leandra Christen und Emilia Imboden klassierten sich auf dem fünften und sechsten Rang. Nathal Zerezghi verpasste das Podest sehr knapp, konnte aber eine gute Laufzeit hinlegen und Ewan Kosmidis landete auf dem guten siebten Rang. Mara Stalder konnte sich für den Schweizerfinal qualifizieren. Wir wünschen ihr viel Glück dabei!





JULIA NIEDERBERGER AN DEN WELTMEISTERSCHAFTEN

Budapest, 19. bis 27. August 2023

Julia Niederberger läuft zwei Einsätze mit der 4×400-Meter-Staffel und macht mit schnellen Abschnittszeiten auf sich aufmerksam.

Franz Hess

Erstmals war die Schweiz in Budapest an einer WM mit einer 4×400-Meter-Mixed-Staffel im Einsatz. Julia lief zusammen mit Lionel Spitz (Adliswil Track Team), Giulia Senn (LC Zürich) und Ricky Petrucciani (LC Zürich) im zweiten Vorlauf in 3:14.38 min auf Platz sechs und wurde unter sechzehn Teams Gesamt-Elfte. Mit dieser Zeit blieb das Quartett sechzehn Hundertstel über dem Schweizer Rekord, den es in der gleichen Zusammensetzung an der Team-EM im Juni in Chorzow (Polen) aufgestellt hatte. Um in den Final vom Samstagabend einzuziehen, hätte es eine Zeit von 3:13.90 min gebraucht.

Die 4×400-Meter-Staffel der Frauen war in Budapest zum dritten Mal in Folge an einer WM dabei. Nachdem die Schweizerinnen letztes Jahr in Eugene (USA) sensationell in den Final gelaufen waren, reichte es diesmal nicht ganz für die Top-Acht. Zusammen mit Giulia Senn (LC Zürich), Rachel Pellaud (Stade Genève) und Catia Gubelmann (LAC TV Unterstrass/Tochter des ehemaligen Hergiswiler Leichtathleten Hanspeter Gubelmann) brachte Julia den Stab in 3:29.07 min ins Ziel und wurde im Vorlauf Siebte. Damit belegten sie unter siebzehn Nationen den zwölften Gesamtrang. Sehr erfreulich: Julias Abschnittszeit war dabei in 50.97 s so schnell wie noch nie in einem 4×400-Meter-Rennen und sie war damit deutlich die Schnellste ihres gesamten Teams.



SCHWEIZERFINAL UBS KIDS CUP

Zürich, 2. September 2023

Zwei Tage nachdem die Superstars sich gegenseitig im Stadion Letzigrund gemessen hatten, durften sich die qualifizierten Kids vom UBS Kids Cup wie ihre Vorbilder fühlen. Wir hatten vier Mädchen und vier Jungs von der LA Nidwalden am Start. Sie massen sich mit ihrer nationalen Konkurrenz in einem Dreikampf. Während des ganzen Tages wurden die Kids von einem Nachwuchstalents der Schweiz betreut.

Vor allem im Weitsprung und im Sprint konnten unsere Kids mit der Spitze mithalten. Der Ablauf war bei allen Finalistinnen und Finalisten gleich. Zuerst wärmte man mit dem Superstar ein, danach ging es in den Callroom 1. Dort wurde einem alles erklärt. Im Callroom 2 wurde einem die Startnummer mit eigenem Namen angezogen. Die Spannung stieg immer mehr bis es endlich zum Start ging. Sprint, eine der beliebtesten Disziplinen, danach folgte Ballwurf und als letztes folgte Weitsprung. An diesem Tag war der Spass auf einem hohen Niveau, neue Freundschaft wurde gebildet und man konnte

Erfahrung mit nach Hause nehmen. Unsere Kids haben super Leistungen gebracht, einige sogar PBs und SBs aufgestellt.

Das Publikum feuerte alle kräftig an und es war eine super Stimmung. Während des Wettkampfs wurden viele Unterhaltungsangebote angeboten. Die Autogrammstunden waren sehr beliebt, besonders gefragt waren die Kambundji-Schwwestern, Simon Ehammer und William Reais. Auch unser Vereinsmitglied Shirin Kerber war bei den Autogrammstunden mit dabei.

Julia Jacober

AUSZUG AUS DER RANGLISTE

Jasmin Jacober (W7): 22. Rang (608 Punkte)
Julia Jacober (W11): 19. Rang (1514 Punkte)
Nora Nöpflin (W12): 28. Rang (1381 Punkte)
Anja Christen (W14): 25. Rang (2014 Punkte)
Noah Meierkord (M8): 17. Rang (867 Punkte)
James Achermann (M12): 20. Rang (1485 Punkte)
Tim Spichtig (M13): 16. Rang (1834 Punkte)
Moreno Würsch (M14): 28. Rang (1658 Punkte)

GOLD FÜR DIE LG UNTERWALDEN

AN DER TEAM-SM

Schaffhausen, 2. September 2023

Am Samstag, 2. September 2023 fand in Schaffhausen die Team-Schweizermeisterschaften statt. Das Frauenteam der LG Unterwalden war bei der Disziplin Hochsprung mit von der Partei, somit auch Selina Odermatt von der LA Nidwalden. Mit einer guten übersprungenen Höhe von 1.50 m konnte sie ihre Bestleistung von 1.55 m leider nicht verbessern und platzierte sich auf Rang sieben. Dennoch gab es einen deftigen Grund zum Jubeln. Da das ganze Team gute Resultate ablieferte, konnten sich die Athletinnen am Ende als Team-Schweizermeisterinnen in der Disziplin Hochsprung feiern lassen. Herzliche Gratulation!

Nicole Niederberger



SWITZERLAND MARATHON LIGHT

Sarnen, 3. September 2023

Der diesjährige Switzerland Marathon Light fand am 3. September 2023 bei sonnigem Wetter und angenehmen Temperaturen statt. Mit dabei waren von der LA Nidwalden zwei Topathlet/innen, die beide den Halbmarathon mit Startzeit um 10 Uhr absolvierten.

Svenja Zumbühl

Der erste Athlet Sven Marti berichtet von seinem Lauf: «Ich war bis zum fünften Kilometer in der Verfolgergruppe. Leider musste ich schon früh feststellen, dass das Laufgefühl nicht so gut war und ich Mühe hatte, das gewünschte Tempo zu halten. Am

Schluss habe ich für den Halbmarathon eine Minute länger gebraucht, als ich mir vorgenommen hatte. Zufrieden bin ich trotzdem, obwohl kein Topresultat herausgeschaut hatte.» So berichtet Sven Marti, der schlussendlich auf dem guten elften Rang bei den Männern landete mit einer Zeit von 1:14.08 h.

Die zweite Athletin der LA Nidwalden war Elvira Keiser, sie berichtet ebenfalls von ihrem Lauf: «Mein Rennen war ganz okay. Es war gutes Wetter und eine tolle Stimmung, aber ich hatte während dem Lauf ein wenig müde Beine.» Elvira schloss das Rennen auf dem guten neunten Rang in ihrer Kategorie ab mit einer Zeit von 1:29.01 h.

STAFFEL- SCHWEIZERMEISTERSCHAFTEN

Widen, 3. September 2023

Am Sonntag, den 3. September 2023, stand mit den Staffel-Schweizermeisterschaften eines der zahlreichen Saisonhighlights auf dem Programm. Mehr als 300 Staffeln fanden sich in Widen im Kanton Aargau ein und konkurrierten in den verschiedensten Disziplinen um die begehrten nationalen Medaillen für die schnellsten Vereine resp. Vereinigungen. Auch ein kleines, aber dennoch sehr feines Team von der LA Mutschellen organisierten Wettkampf angemeldet. In diesem Jahr stellte man über die Olympische Distanz bei den U20 Frauen und die 4×100 m in derselben Kategorie ein Team. Ursprünglich wären auch in den Kategorien U18 männlich und U16 weiblich noch zwei weitere Teams geplant gewesen. Diese konnten aufgrund von Verletzungen oder Absenzen jedoch leider nicht an den Start gehen.

An nationalen Staffelwettkämpfen hat die LG Unterwalden in der Vergangenheit sehr oft mit Medaillen und weiteren Spitzenrangierungen zu überzeugen gewusst. So auch in diesem Jahr: Mit einer guten Zeit von 48.55 s und dem dritten Rang in ihrer Serie qualifizierte sich die Sprintstaffel (4×100 m) rund um die beiden Schwestern Sereina und Michelle Liem, Selina Odermatt und Schlussläuferin Marilou Krienbühl souverän für den Final. Damit stellte man zwar die drittschnellste Zeit aller Staffeln in der Kategorie auf, doch man blieb auch knapp eine halbe Sekunde über der Zeit der U20 SVM vom Juli. Im Endlauf resultierte schliesslich der undankbare vierte Rang mit einer Endzeit von 48.82 s – auf die Bronzemedaille fehlte rund eine Sekunde.

Angespornt von dieser Performance startete die Olympische Staffel ihre Mission «Titelverteidigung». Dieses spannende Wettkampfformat beginnt mit einem 800-m-Lauf (erste Läuferin), anschliessend folgen die 400 m, die 200 m und zuletzt absolviert die Schlussläuferin noch einen 100-m-Lauf. Das Tempo wird also zunehmend schneller. Shirin Kerber machte den Start und zeigte der Konkurrenz gleich einmal, dass die LA Nidwalden am heutigen Tag schwer zu schlagen sein wird. Als erste Läuferin und bereits mit einem Vorsprung übergab sie an Michelle Liem (400 m), welche auch in ihrem dritten Einsatz des Tages noch frische Beine hatte. Sie vergrösserte den Vorsprung auf die nächsten Verfolgerinnen konstant und konnte den Stab bereits mit einem ziemlich grossen Polster auf die Verfolgerinnen übergeben. Selina Odermatt über 200 m und Sereina Liem über 100 m liessen in der Folge nichts mehr anbrennen und brachten den Sieg in einer Endzeit von 3:43.05 min und mit über zwölf Sekunden Vorsprung ins Trockene. Damit verpasste man die Schweizer Allzeit-Bestleistung nur um Haaresbreite. Doch das trübte die Freude der vier Athletinnen nicht.

Mit einer Goldmedaille und einem wertvollen vierten Rang lässt sich die Bilanz der diesjährigen Staffel-Schweizermeisterschaften auch trotz Verletzungssorgen zeigen!

Navid Kerber



Selina Odermatt



Shirin Kerber (links)



Sereina Liem, Marilou Krienbühl, Michelle Liem und Selina Odermatt



SM U16/U18

Frauenfeld, 9. und 10. September 2023

Resultate Samstag

Rang	Disziplin	Kategorie	Person	Leistung
12. Rang	1500 m (Vorlauf)	U18w	Ranja Bodenmüller	5:22.58 min
1. Rang	400 m (Vorlauf)	U18w	Vanessa Feierabend	58.96 s
7. Rang	Kugel	U18w	Enya Rohrer	12.46 m
1. Rang	80 m (Vorlauf)	U16w	Sereina Liem	10.24 s
8. Rang	Stab	U18m	Tim Jakob	3.60 m (PB)
15. Rang	Diskus	U16w	Aline Rymann	30.18 m
2. Rang	80 m (Halbfinal)	U16w	Sereina Liem	10.14 s (PB)
7. Rang	Diskus	U18w	Enya Rohrer	32.63 m
3. Rang	80 m (Final)	U16w	Sereina Liem	10.19 s

Resultate Sonntag

Rang	Disziplin	Kategorie	Person	Leistung
4. Rang	80 m Hürden (Vorlauf)	U16w	Sereina Liem	12.48 s
4. Rang	80 m Hürden (Vorlauf)	U16w	Anja Christen	12.63 s (PB)
2. Rang	110 m Hürden (Halbfinal)	U18m	Sven Rymann	14.60 s (PB)
4. Rang	Speer	U18m	Tim Jakob	50.56 m
5. Rang	80 m Hürden (Halbfinal)	U16w	Sereina Liem	12.26 s
8. Rang	80 m Hürden (Halbfinal)	U16w	Anja Christen	12.64 s
7. Rang	110 m Hürden (Final)	U18m	Sven Rymann	14.95 s
6. Rang	Weitsprung	U18m	Sven Rymann	6.69 m (PB)
1. Rang	1500 m (Final)	U18w	Shirin Kerber	4:29.59 min
3. Rang	400 m (Final)	U18w	Vanessa Feierabend	56.83 s



Sereina Liem (rechts)



Tim Jakob



Vanessa Feierabend



Enya Rohrer



Ranja Bodenmüller



Shirin Kerber (rechts)



Sereina Liem

SM U20/U23

Lausanne, 9. und 10. September 2023

Während die Nachwuchs-Schweizermeisterschaften der U16- und U18-Kategorien in Frauenfeld ausgetragen wurden, war Lausanne der Schauplatz der Titelkämpfe der U20- und U23-Kategorien. Aus Nidwaldner Sicht waren vier Athlet/innen am Start, eine Athletin durfte mit einer Medaille nach Hause gehen. Herzliche Gratulation!

Cédric Achermann

Die Langsprinterin Michelle Liem startete über eine Bahnrunde. Ihren Vorlauf gewann sie souverän und qualifizierte sich so für den Final. Trotz Erkältung wurde sie über 400 m im Final starke Zweite mit einer Zeit von 55.28 s.

Michael Hofmeister startete beim Hochsprung und über 200 m. Der Höhenflug von Micheal Hof-

meister endete leider schon bei 1.80 m. Beim Hochsprung erreichte er den 14. Rang. Über 200 m lief er eine Zeit von 23.25 s, was leider nicht für den Final reichte.

Die Mehrkämpferin Selina Odermatt startete über 100 m Hürden und im Weitsprung. Selina kam über 100 m Hürden über die Zeit in den Final. Im Final wurde sie Siebte mit einer soliden Zeit von 14.85 s. Im Weitsprung glückte es ihr nicht wie gewünscht, jedoch hatte sie ein Endergebnis von stolzen 5 m.

Cédric Achermann durfte beim Weitsprung und beim Diskus in Lausanne antreten. Im Weitsprung kam er mit 6.07 m leider nicht in den Final. Im Diskus glückte es nicht so wie gewünscht und er konnte nicht im Final teilnehmen. Er warf den Diskus auf 33.75 m.



Michelle Liem



Cédric Achermann



SCHWEIZER VEREINSMEISTERSCHAFTEN

Riehen, 16. September 2023

Der Tag startete für alle sehr früh, die Abfahrt war zwischen 7.10 und 7.30 Uhr. Um 9 Uhr trafen die meisten im Stadion ein. Die Team-Manager gaben letzte Änderungen an und der Wettkampf startete für die LG Unterwalden mit der 4×100-Meter-Staffel der Frauen. Sie konnten mit 48.90 s den fünften Rang belegen und für das Team acht Punkte gewinnen.

Die LG Unterwalden hatte dieses Jahr auch eine Männermannschaft, die sich in der Promotionsliga B schon zu Beginn den Sieg in der 4×100-Meter-Staffel sichern konnte. Trotz einem sehr riskanten letzten Wechsel dominierten sie mit 43.90 s und gewannen zwölf Punkte.

Nachdem die Staffelläufe abgeschlossen waren, versuchte jede/r in den jeweiligen Disziplinen sein Bestes zu geben, um möglichst viele Punkte für das Team gewinnen zu können.

Das LG-Unterwalden-Team der Männer gewann mit 80 Punkten die Promotionsliga B und konnte somit in die Promotionsliga A aufsteigen. Das Team der Frauen hatte leider mit vielen Ausfällen zu kämpfen. Schlussendlich war es der fünfte Rang mit 206.5 Punkten. Sie stiegen weder ab noch auf.

Anschliessend gab es noch die Rangverkündigung und einen gemütlichen Pastaplausch zum Abschluss der Saison. Wir verabschiedeten uns wieder und machten uns auf den Heimweg.

Selina Odermatt

SCHWEIZERFINAL VISANA SPRINT

Fribourg, 17. September 2023

Nejla Hamzic, Julia Jacober, Nora Näpflin, Clarissa Schmied, Sereina Liem, Maël Schürmann und James Achermann vertraten die LA Nidwalden am diesjährigen Final des Visana Sprints. Julia Jacober und James Achermann schafften den Einzug in den Halbfinal, welchen Maël Schürmann um einen Rang verpasste. Sereina Liem konnte ihre Zeit von Lauf zu Lauf verbessern, schaffte den Einzug in den Final und wurde hervorragende Vierte. Herzliche Gratulation an alle Athlet/innen!

Maël Schürmann

AUSZUG AUS DER RANGLISTE

Nejla Hamzic (W10): 25. Rang (9.68 s)
Julia Jacober (W11): 16. Rang (9.11 s/9.16 s)
Nora Näpflin (W12): 32. Rang (9.71 s)
Clarissa Schmied (W13): 23. Rang (8.66 s)
Sereina Liem (W15): 4. Rang (10.33 s/10.22 s/10.18 s)
Maël Schürmann (M11): 19. Rang (9.06 s)
James Achermann (M12): 15. Rang (8.93 s/8.93 s)



Maël Schürmann

LÄUFT BEI DIR

LÄUFT BEI UNS

Leuchter
IT SOLUTIONS

RUN IT TOGETHER

SCHWEIZERFINAL MILLE GRUYÈRE

Regensdorf, 23. September 2023

Am Samstag, den 23. September 2023, nahmen zwei Athletinnen der LA Nidwalden am Schweizerfinal des Mille Gruyère in Regensdorf teil, bei dem insgesamt 350 Kinder und Jugendliche aus der gesamten Schweiz im Mittelpunkt standen. Unter optimalen Bedingungen lieferten sie sich auf der 1000-Meter-Strecke einen direkten Vergleich mit Gleichaltrigen und zeigten vollen Einsatz. Vanessa Feierabend und Mara Stalder waren zwei herausragende Vertreterinnen der LA Nidwalden an diesem spannenden Event.

Vanessa Feierabend, die in der ältesten Kategorie antrat, beeindruckte mit einem starken Rennen und erreichte das Podest, wobei sie sich den dritten Rang mit einer tollen Zeit von 2:51.21 min (PB) sicherte. Mara Stalder zeigte ebenfalls eine bemerkenswerte Leistung in der jüngsten Kategorie W10. Sie erreichte den 13. Platz mit einer hervorragenden Zeit von 3:42.54 min. Trotz der grossen Teilnehmerzahl haben beide Athletinnen die LA Nidwalden stolz repräsentiert und ihre herausragenden sportlichen Fähigkeiten unter Beweis gestellt.

Ranja Bodenmüller





VELOTOUR EUROPA-PARK

30. September bis 2. Oktober 2023

TAG 1

Am Samstagmorgen trafen wir uns um 7.30 Uhr beim Eichli. Das Wetter hätte nicht besser sein können. Zuerst fuhren wir mit kurzen Hosen und einem zügigen Tempo rund dreissig Kilometer Richtung Eschenbach. Dort trafen wir die Schülerinnen und Schüler von Dani Blättler und mit einer nun deutlich grösseren Gruppe fuhren wir weiter Richtung Aarau. Auf dem Weg hatte Sena einen Platten und musste den Reifen wechseln. In Aarau angekommen gab es Zmittag. Nachdem wir fertig gegessen hatten, ging es weiter über den Geissflue-Pass. Mit dem Ziel Basel ging es nun flach weiter. Um etwa 18.20 Uhr erreichten wir unser Youth Hotel, wo wir endlich warm duschen und etwas essen konnten. Enya übertrieb etwas mit Chili, ansonsten war das Essen sehr fein.

TAG 2

Nachdem wir alle Betten abgezogen und gefrühstückt hatten, ging es um 8.45 Uhr weiter am Rhein entlang Richtung Hartheim, wo Zmittag angesagt

war. Die ersten Kilometer waren relativ entspannt, da wir die meiste Zeit flussabwärts fahren konnten. Leider hatte auch Philipp noch einen Platten. Bei einer kurzen Pause in Breisach kaufte sich Marc schon die vierte Kugel Eis am heutigen Tag. Immer mit dem Ziel Europa-Park vor Augen ging es weiter am Rhein entlang. Die letzten Kilometer zogen sich in die Länge, aber nach etwa 100 Kilometern hatten wir es endlich geschafft! Unser wohlverdienter Lohn: Wir durften abends noch für eine Stunde in den Europa-Park.

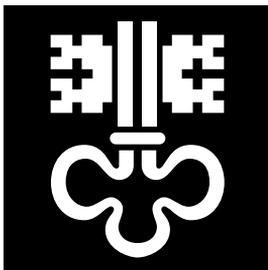
TAG 3

Den Montag verbrachten wir in Gruppen im Europa-Park. So konnten alle ihre Lieblingsbahnen individuell abklappern. Trotz den vielen Besuchern konnten wir den Tag in vollen Zügen geniessen. Nach einem interessanten, aber anstrengenden Wochenende ging es abends mit dem Car über Eschenbach zurück nach Stans.

Niklas Christen und Marc Liem



 **INTERSPORT[®]**
ACHERMANN



SWISSLOS
SPORTFONDS
NIDWALDEN



BOHNANZTURNIER

Stans, 28. Oktober 2023

Das Bohnanzturnier 2023 stand lange Zeit auf der Kippe, nachdem dessen Durchführung wegen Corona zwei Mal nicht möglich war und Titelverteidiger Nick Eggerswiler im Folgejahr keine Organisation zustande brachte. Emma Meissner sprang nun aber ein und organisierte die 16. Ausgabe des Turniers am Samstagnachmittag, 28. Oktober 2023.

Daniel Blättler

Dass dies geschätzt wurde, zeigten 12 Vereinsmitglieder, die mehrheitlich aus den Gruppen Mehrkampf und Lauf stammten. Von den extern trainierenden Athlet/innen konnte leider niemand gewonnen werden – ebenso war die Beteiligung bei den U16 sehr gering. Chapeau deshalb an Ivan Zimmermann, der als einziger der jüngeren Generation mitgemacht hat.

Das Turnier führte dieses Jahr über drei Runden und es wurden nur die Talerpunkte gezählt. Die Tatsache, dass am Tisch 1 ohne Erweiterungsset gespielt wurde, wirbelte die Rangliste nach jeder Runde wieder durcheinander und es gab im Gegensatz zu anderen Jahren sehr geringe Abstände.

Schliesslich setzte sich Dino Amstutz, der Sieger von Tisch 2 knapp gegen Samira Odermatt, Siegerin von Tisch 1 durch und entschied das Turnier mit einem Punkt Vorsprung für sich.

RANGLISTE

1. Dino Amstutz
2. Samira Odermatt
- 3a Stig Segat, 3b Loris Buser
5. Simon Fischer
6. Emma Meissner
7. Alessia Coelho
8. Sven Marti
9. Daniel Blättler
- 10a Jonas Fischer, 10b Ivan Zimmermann
12. Nicole Niederberger





SWISSCITYMARATHON

Lucern, 29. Oktober 2023

Beim SwissCityMarathon am 29. Oktober 2023 liefen drei Athlet/innen den Halbmarathon und zwei den 10-Kilometer-Lauf. Dabei zeigten die Läufer/innen unterschiedliche Erfahrungen und Leistungen.

Elvira Keiser

Remo Blättler berichtete, dass seine Vorbereitung auf den Halbmarathon eher kurz war. Längere Velotouren und Trailruns bereiteten ihn auf den Halbmarathon vor. Am Lauf konnte er mit einem sehr guten Gefühl starten und schneller laufen als geplant. Obwohl er von einem Leistungseinbruch gegen Ende erzählt, ist er mit seiner Endzeit von 1:17.53 h sehr zufrieden.

Sven Marti hingegen wählte eine defensivere Laufstrategie. Indem er langsamer startete als gewohnt, wollte er im Rennverlauf das Tempo erhöhen. Obwohl ihm das nicht ganz gelungen ist, ist er zufriedener,

da er gleichmässig laufen konnte. Gerne wäre er jedoch schneller als 1:13:11 h gewesen.

Ranja Bodenmüller, die sich für die 10-Kilometer-Distanz entschied, genoss den Lauf mehr aus Freude und Spass. Da bereits einige Startzeiten ausverkauft waren, musste sie im hinteren Feld starten. Auch Daniel Blättler startete in einer hinteren Serie. Beide berichten von einem kräfteaubenden «Slalomjoggen» beim Überholen. Auch Daniel scheint mit seiner Laufleistung nicht zufrieden zu sein. Gestartet mit 3:30 min/km, wurde er ab Kilometer zwei deutlich langsamer. Als Gründe nennt er neben seinem Startplatz in den hinteren Reihen seine Vorbereitung, die zu einem (zu) grossen Anteil aus Fahrradtouren bestand.

Hingegen erlebte Elvira Keiser ein perfektes Laufwetter. Sie erreichte ihr Ziel, den Halbmarathon in weniger als 1:25 h zu laufen. Dies obwohl das GPS ihrer Sportuhr erst gegen Ende funktionierte.

BELOHNE DICH UND UNSEREN VEREIN

Eine sichere finanzielle Basis ist der Traum jedes Vereins. Sie ermöglicht Investitionen in die Infrastruktur, Nachwuchsförderung und vieles mehr. Die Krankenversicherung CONCORDIA unterstützt uns jährlich mit einem Sponsoringbeitrag. Mit deiner Hilfe können wir unsere Kasse weiter füllen. Mitmachen ist ganz einfach und du wirst erst noch belohnt:



So einfach geht's:

1. Registriere dich auf unserer CONCORDIAplus Seite:
la-nidwalden.concordiaplus.ch
2. Wähle dein Geschenk aus
3. Schon hast du unseren Verein unterstützt. Wir sagen Dankeschön!



CONCORDIA
gemeinsam gesund

Wichtig zu wissen:

- Je mehr Registrationen wir erreichen, desto mehr Beiträge erhalten wir.
- Die CONCORDIA wird dich kontaktieren und dir unverbindlich aufzeigen, wie du profitieren kannst.

Die CONCORDIA bietet bestmöglichen und verlässlichen Schutz gegen die finanziellen Folgen von Krankheit und Unfall.

RUAG

Dein Beitrag macht den Unterschied.

Wir bieten dir besonders interessante und faszinierende Bereiche für deine Berufsbildung. Die Möglichkeiten bei uns sind vielseitig. Denn wir bilden in 13 unterschiedlichsten Berufen aus. Wir unterstützen dich bei deinen individuellen Interessen und Talenten gezielt, um uns, zusammen mit dir, Tag für Tag für die souveräne Sicherheit der Schweiz einzusetzen. Wir freuen uns auf deine Bewerbung – und auf dich.

➔ WEITERE INFORMATIONEN
www.ruag.ch
berufsbildung@ruag.ch

Um meine Ziele
zu erreichen,
lasse ich mich
von Profis
coachen.

Mehr vom Leben



Ein erfolgreiches Finanzmanagement
ist einem Langstreckenlauf ähnlich.
Wir begleiten Sie bei Ihren Vorhaben
Schritt für Schritt.



Nidwaldner
Kantonalbank

WIR BEWEGEN
DIE SCHWEIZ.



MIT ELEF® TREPPEN
GEHT ES AUFWÄRTS.

GERADE. GEWENDELT. FALTTREPPEN.

ms-element.ch

Modular. Schnell. Individuell.

MÜLLER-STEINAG ELEMENT AG
6221 Rickenbach LU
Tel. 0848 200 210
info@ms-element.ch



MÜLLER-STEINAG
ELEMENT AG