



„De Läufer“

Juli 2020

In dieser Ausgabe:

Seit 08.06.2020	Wiederaufnahme Trainingsbetrieb
25.07. – 01.08.2020	Trainingslager am Faakersee
29.08.2020	De schnellscht Eschenbacher - abgesagt
12.09.2020	Altstätter Städtlilauf - abgesagt

Redaktionsschluss für die nächste Zeitungsausgabe:

Samstag, 19.07.2020 (an Sandro Ricklin)

Aktuelles im Juli

WIEDERAUFNAHME TRAININGSBETRIEB - SEIT 08. JUNI 2020

Nach den allgemein grossen Lockerungen der Corona-Massnahmen hat der Vorstand zusammen mit dem Trainingsleiter entschieden, dass die Vereinstrainings ab dem 08. Juni 2020 wieder stattfinden können. Dies betrifft sowohl das Montags- als auch das Donnerstagstraining. Die Garderoben und Duschen stehen uns wieder zur Verfügung. Eine Beschränkung der Gruppengrössen gibt es nicht mehr.

Weiterhin gelten die allgemeinen Abstands- und Hygieneregeln. Zudem bitten wir die Trainingsteilnehmer(innen), sich beim Eintreffen in die Präsenzliste von Ivo Bachmann einzutragen zu lassen. Den Personen aus Eschenbach und den andern, bei denen dies gut möglich ist, empfehlen wir, die trockenen Kleider in den Garderoben zu deponieren und zu Hause zu duschen. ÖV wenn möglich meiden.

Um die Abstände gewährleisten zu können, besammeln wir uns für die Trainings am Montag und Donnerstag auf dem roten Platz oder bei Regen unter dem Vordach beim Schulhaus (Kirchacker), direkt neben dem Dorftreff.

Jeder entscheidet für sich selber, ob er wieder am Training teilnimmt. Absolute Sicherheit können auch wir nicht bieten. Wir freuen uns natürlich über Trainingsteilnehmende und sind überzeugt, dass das Training so wieder Spass macht.

Im Anhang findet ihr das detaillierte Schutzkonzept.

TRAININGSLAGER AM FAAKERSEE – 25.07. BIS 01.08.2020

Das Trainingslager kann erfreulicherweise wie geplant vom 25. Juli bis 01. August 2020 am Faakersee bei Villach in Österreich stattfinden. 18 Diembergler werden wie gewohnt in der 1.-August-Woche gemeinsam Lauf-, Velo-, Bike- und Schwimmtrainings absolvieren. Diesmal einfach mit ein bisschen mehr Abstand, aber trotzdem erfolgreich und mit viel Spass wie eh und je.

Da Sommerferien ins weite Ausland nicht möglich sind, können sich kurzentschlossene gerne noch bei Claudia und Philipp Meili melden.



ABSAGE DE SCHNELLSCHT ESCHENBACHER – 29. AUGUST 2020

Ende Mai wurden vom Bundesrat weitere Entscheidungen bezüglich Veranstaltungen gefällt.

Leider gibt es für die Durchführung des DsE noch keine klare Regelung.

Seit dem 6. Juni, resp. dem 22. Juni dürfen Veranstaltungen mit bis zu 300 und neu 1'000 Personen wieder durchgeführt werden. Weitere Lockerungen sind auf später angesagt. Doch was kommt und was nicht? Die Unsicherheit ist gross und alles ungewiss.

Zudem sind die BAG Schutzmassnahmen und Verordnungen weiterhin und jederzeit einzuhalten. Abstandsregelung, Personentracking und allgemeine Schutzkonzepte. Allein die Umsetzung der BAG Massnahmen ist für unseren Anlass kaum realisierbar. Der Aufwand wäre enorm und die Platzverhältnisse eingeschränkt. Und was, wenn es dann noch regnet?

Zudem können wir bei diversen Posten (Zieleinlauf, Festwirtschaft ...) die Abstände schon innerhalb der Helferinnen und Helfer nicht sicherstellen. Wir sind auf unsere zahlreichen Helfer angewiesen und tragen auch für sie die Verantwortung.

Nach ausgiebigen Diskussionen hat sich das OK vom DsE einstimmig und schweren Herzens entschieden, den Anlass in diesem Jahr nicht durchzuführen und abzusagen.

Wir zählen auf euer Verständnis innerhalb des Vereins.

Mit Elan und Zuversicht schauen wir auf den nächsten DsE vom 4. September 2021.

Reto Zahner
Im Namen des OK

Rückblick

VEREINSREKORDE DURCH ARMIN FLÜCKIGER

In Topform befindet sich auch in diesem Jahr Armin Flückiger. Bereits im Februar hatte er in Barcelona seinen eigenen Vereinsrekord im Halbmarathon nochmals verbessert. Dieser liegt neu bei 1 Stunde 7 Minuten 5 Sekunden.

Nach der Corona-Zeit werden noch keine hochkarätigen Strassenläufe ausgetragen. Auf der Bahn hingegen sind bereits wieder verschiedene Wettkämpfe im Gang. Dies hat Armin genutzt, um an seiner Schnelligkeit zu arbeiten.

In Wetzikon startete er am 16. Juni über 5000 Meter in der stärksten von vier Serien und trat damit gegen viele der besten Schweizer an. Nach einer Zeit von 14 min 53,39 Sekunden war er im Ziel und unterbot damit den 33-jährigen Vereinsrekord von Hermann Morger.

Vier Tage später nahm er in Meilen die 3000 Meter in Angriff. In der zweiten Serie lief er von Anfang weg in der Verfolgergruppe, konnte sein Tempo bis zum Schluss durchziehen und kam als Dritter ins Ziel. Seine Zeit von 8 min 37,42 s bedeutet, dass auch der 32-jährige Vereinsrekord von Kurt Bisig über diese Distanz der Vergangenheit angehört.

Die 10'000 Meter nahm er sich an den Schweizermeisterschaften in Uster vor. In einem grossen und starken Läuferfeld, in dem gleich zehn Wettkämpfer unter 30 Minuten liefen, war er nach 30 min 43,16 s im Ziel. Damit wurde nach 38 Jahren auch der älteste Vereinsrekord, bisher gehalten von Hermann Morger, unterboten.

Armin hält nun alle Vereinsrekorde auf den Langstrecken, von 3000 Meter bis zum Marathon. Herzliche Gratulation zu diesen erneuten Erfolgen!!!



Anhang

SCHUTZKONZEPT SC DIEMBERG – AB DEM 08. JUNI 2020

Allgemein gültige Regeln

1. Symptome – nur gesund und symptomfrei ins Training: Athlet/innen und Trainer/innen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen.
2. Abstand halten – bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Trainings-Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise.
Halte Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Coronavirus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person weniger als 2 m Abstand hält.
3. Gründlich Hände waschen – vor und nach dem Training. Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene.
4. Präsenzlisten führen – zur Nachverfolgung enger Kontakte von infizierten Personen. Um das Contact Tracing einfacher zu gestalten, werden grundsätzlich Präsenzlisten geführt.
5. Verantwortliche Personen sind bei uns die Trainingsleiter. Daher müssen ihre Anweisungen zwingend befolgt werden.

Umsetzung des Konzeptes im SC Diemberg

Jeder entscheidet für sich selber, ob er wieder am Training teilnimmt. Absolute Sicherheit können auch wir nicht bieten. Wir freuen uns natürlich über Trainingsteilnehmende und sind überzeugt, dass das Training so wieder Spass macht.

Während der Trainings sind wir auch auf die Eigenverantwortung der Teilnehmenden angewiesen. Mit deiner Teilnahme am Training verpflichtest du dich:

- dich in die Präsenzliste des Trainingsleiters einzutragen.
- die oben aufgeführten, allgemein gültigen Regeln einzuhalten: Insbesondere die Anweisungen der Trainingsleiter zu befolgen und den Abstand von einem Doppelmeter einzuhalten, auch bei der Begrüßung. Die Schüler(innen) halten diesen Abstand zu den Erwachsenen / Trainingsleitern ein.
- nur aus deiner eigenen Getränkeflasche zu trinken.
- während des Trainings keine Körperflüssigkeiten zu verteilen, also insbesondere nicht zu spucken.
- Damit beim Duschen und in den Garderoben der Abstand eingehalten werden kann, duschen in Eschenbach wohnhafte Athlet(innen) zuhause.

- Den andern empfehlen der Vorstand und die Trainingsleiter, dies nach Möglichkeit ebenfalls zu tun, obwohl die Duschen grundsätzlich zur Verfügung stehen. Ersatzkleider dürfen von allen Trainierenden in den Garderoben deponiert werden.

Besammlungsorte

Um die Abstände gewährleisten zu können, besammeln wir uns für die Trainings an folgenden Orten:

- Montag und Donnerstag: Auf dem roten Platz oder bei Regen unter dem Vordach beim Schulhaus (Kirchacker), direkt neben dem Dorftreff

- Mittwoch, Schülertraining: Vor dem Eingang zum Dorftreff

Die Taschen, Ersatzkleider, Getränke, usw. dürfen in den Garderoben deponiert werden.

Der Vorstand und die Trainingsleiter