



„De Läufer“

Mai 2025

In dieser Ausgabe:

06. Mai 2025	Diembergcup Strassenlauf
17. Mai 2025	Biberlauf Uzwil
25. Mai 2025	Wädi Lauf
27. Juni 2025	Lauerzerseelauf

Redaktionsschluss für die nächste Zeitungs Ausgabe:

Sonntag, 25.05.25 (an Nino Resegatti)

Aktuelles

DIEMBERGCUP STRASSENLAUF – 06. MAI 2025

Am Dienstag, 6. Mai 2025 geht es weiter mit dem zweiten Diembergcup, dem Strassenlauf. Diese Strecke bleibt wie bisher und wir starten alle um 19.00 Uhr beim ehemaligen Brunnen im Diemberg.

Wir absolvieren alle 3 Runden, ca. 4.5 km (ausser Kinder 1 Runde).
Der Streckenplan kann auf der Homepage unter «Diemberg-Cup» besichtigt werden.

Wir freuen uns auf viele Läuferinnen und Läufer! Das schöne Wetter haben wir bereits bestellt 😊.
Allen die gerne etwas backen möchten, danken wir bereits im Voraus!

Die weiteren Diembergcup-Termine:

Donnerstag, 5. Juni	Diembergcup Einzellauf
Mittwoch, 2. Juli	Diembergcup Berglauf
Freitag, 22. August	Diembergcup Wald und Absenden

Sportliche Grüsse
Carmen + Katharina

BIBERLAUF UZWIL – 17. MAI 2025

Bald schon steht die 2. Challenge der SCD-Vereinsmeisterschaft auf dem Programm.

Der Biberlauf, organisiert vom LC Uzwil, ist ein beliebter Lafevent in der Ostschweiz. Die schnelle Strecke über 10 km führt entlang der Thur, mit minimalen Höhenunterschieden. Beim Einlaufen erspähst man mit etwas Glück auch noch den einen oder anderen Biber entlang der Strecke 😊.

Gestartet wird um 10:40 Uhr bei der Sportanlage Rüti in Henau. Für die Anmeldung gibt es eine Ermässigung von 20 % auf das Startgeld, wenn die Coop Supercard genutzt wird (Anmeldeschluss 15.05.2025).

Der Biberlauf bietet eine tolle Gelegenheit, sich sportlich zu betätigen, die Natur zu genießen und gleichzeitig eine gute Sache zu unterstützen.

Sportliche Grüsse
Sven Ricklin

WÄDI LAUF – 25. MAI 2025

Am Sonntag, 25. Mai 2025 findet der Wädi Lauf in Wädenswil ZH statt, welcher in dieser Saison zur SCD Vereinsmeisterschaft zählt. Wie an der HV erwähnt, wäre es schön, wenn nicht nur viele Diemberg Läuferinnen und Läufer, sondern auch viele Fans den Weg nach Wädenswil finden würden.

Der Start zur Hauptkategorie von 10.5 km erfolgt um 11.10 Uhr. Start und Ziel befinden sich auf dem Areal der Schule Eidmatt in Wädenswil. Meldet euch selbst für den Lauf online an:

<https://waedilauf.ch/anmeldung-2025/>.

Nach dem Lauf werden wir alle zusammen gemeinsam auf dem Eventareal Mittagessen. Es hat verschiedene Essensstände und man kann sich selber etwas Feines aussuchen. Das Mittagessen wird vom Verein bezahlt. Damit wir einen Tisch reservieren können, müssen wir die Anzahl Teilnehmenden wissen. Meldet euch darum bis am **11. Mai 2025** bei Claudia Meili (claudia.meili@gmx.net) an. Mittagessen ja oder nein, egal ob Läufer:in oder Fan.

Die Anreise und Rückreise erfolgt individuell. Sprecht euch untereinander ab, damit Fahrgemeinschaften gebildet werden können. Das Eventareal befindet sich in unmittelbarer Nähe vom Bahnhof Wädenswil, die Anreise mit dem Zug empfiehlt sich daher auch.

Der Fananlass ist, wie es der Name schon sagt, zwar ein Meisterschaftslauf für alle Läufer:innen, aber auch für passive Vereinsmitglieder, welche als Fans dabei sein möchten. Wir freuen uns daher auf viele Diembergler:innen in Wädenswil.

Der Vorstand

LAUERZERSEELAUF – 27. JUNI 2025

Am Freitagabend, 27.06.2025 steht der vierte Meisterschaftslauf an, der Lauerzerseelauf. Start und Ziel für die 10 km Runde um den Lauerzersee, befindet sich beim Areal Eishockeystadion und Seebad "Zingel" im Seewen Schwyz.

Die Startnummern können ab 17:30 Uhr in der Zingelhalle abgeholt werden – bis spätestens 19:00 Uhr. Anmeldung: [DATASPORT](#)

Start für alle Kategorien: 19:35Uhr

Wünschen allen gutes Gelingen
Euer Trainingsleiter

Rückblick

MÄNNEDÖRFLER WALDLAUF 2025

Der Auftakt unserer Diemberg-Meisterschaftsläufe 2025 hätte kaum spannender sein können! Mit insgesamt 19 Läuferinnen und Läufern – 12 Frauen und 7 Männer – war der SC Diemberg in Männedorf stark vertreten.

Trotz leichtem Nieselregen beim Einlaufen klarte der Himmel pünktlich zum Start um 14:55 Uhr auf. Doch die Freude währte nicht lange: Schon die ersten 100 Meter über die matschige Wiese und zahlreiche Pfützen auf dem Kies forderten ihren Tribut. Statt von oben wurden wir von unten ordentlich durchnässt.



Und dann kam sie doch noch: die Dusche von oben! Während die schnellsten Männer vielleicht verschont blieben, bekamen die meisten von uns zum Schluss eine kräftige Portion Regen ab. Aber genau das macht solche Läufe aus – Abenteuer, Herausforderungen und Teamgeist!

Unsere Leistungen konnten sich trotz des Wetters sehen lassen: Doris Koller erlief sich den 1. Rang in der Kategorie W60, während Claudia Meili mit einem starken 2. Platz in der Kategorie W40 glänzte. Ivo Bachmann verpasste das Podest nur knapp und landete auf einem respektablen 4. Rang. Ein großes Bravo an alle Teilnehmenden für ihren Einsatz! Wir freuen uns schon auf den nächsten Meisterschaftslauf und weitere gemeinsame Erlebnisse auf der Strecke.

1. SC Diemberg-Meisterschaftslauf 2025

Frauen

1. Claudia Meili, SC Diemberg	49:06,5
2. Mirjam Berchtold, SC Diemberg	51:44,5
3. Doris Koller, SC Diemberg	52:13,3
4. Katharina Schubiger, SC Diemberg	52:24,4
5. Rahel Wespe, SC Diemberg	57:38,5
6. Renate Dörig, SC Diemberg	58:19,3
7. Andrea Hautmann, SC Diemberg	58:48,6
8. Irene Salch, SC Diemberg	1:01:43,2
9. Jasmin Noli, SC Diemberg	1:02:08,7
10. Selina Resegatti, SC Diemberg	1:04:45,6
11. Carmen Luck, SC Diemberg	1:06:16,0
12. Céline Winzeler, SC Diemberg	1:07:46,9

Männer

1. Flurin Camenzind, SC Diemberg	42:09,3
2. Ivo Bachmann, SC Diemberg	44:16,2
3. Macek Stüssi, SC Diemberg	49:25,9
4. Philipp Meili, SC Diemberg	50:16,0
5. Roman Wespe, SC Diemberg	56:55,0
6. Niklaus Böni, SC Diemberg	58:38,5
7. Bruno Rusch, SC Diemberg	1:05:14,6

Tagessieger: T-Roy Brown, STB 37:08,7
Tagessiegerin: Pascale Rebsamen, TG Hütten 43:49,7

Frauen W20 11,5 km

44 rangiert

1. Fabienne Zollinger, TG Hütten 46:28,5
6. Katharina Schubiger, SC Diemberg 52:24,4

Frauen W30 11,5 km

65 rangiert

1. Pascale Rebsamen, TG Hütten 43:49,7
9. Mirjam Berchtold, SC Diemberg 51:44,5
30. Selina Resegatti, SC Diemberg 1:04:45,6
37. Céline Winzeler, SC Diemberg 1:07:46,9

Frauen W40 11,5 km

58 rangiert

1. Andreina Schwarz, Uster 46:08,7
2. Claudia Meili, SC Diemberg 49:06,5
13. Renate Dörig, SC Diemberg 58:19,3
15. Andrea Hautmann, SC Diemberg 58:48,6
28. Jasmin Noli, SC Diemberg 1:02:08,7
35. Carmen Luck, SC Diemberg 1:06:16,0

Frauen W50 11,5 km

49 rangiert

1. Ruth Cécile von Rotz, Kriens 49:35,0
13. Rahel Wespe, SC Diemberg 57:38,5
20. Irene Salch, SC Diemberg 1:01:43,2

Frauen W60 11,5 km

15 rangiert

1. Doris Koller, SC Diemberg 52:13,3

Männer M40 11,5 km

126 rangiert

1. Stephan Wenk, TV Örlikon 38:34,5
5. Flurin Camenzind, SC Diemberg 42:09,3
22. Macek Stüssi, SC Diemberg 49:25,9

Männer M50 11,5 km

82 rangiert

1. Beat Burkhard, Tempo Sport 41:50,1
4. Ivo Bachmann, SC Diemberg 44:16,2
16. Philipp Meili, SC Diemberg 50:16,0
33. Roman Wespe, SC Diemberg 56:55,0
43. Niklaus Böni, SC Diemberg 58:38,5
66. Bruno Rusch, SC Diemberg 1:05:14,6

DIEMBERGCUP CROSSLAUF 2025

Am 02. April starteten wir in die Diembergcup Saison 2025. Wie schon letztes Jahr überlegten wir uns etwas lustiges für diesen Crosslauf. Das Wetter war auf unserer Seite, es war schön und viele Diembergler waren motiviert dabei. Als erstes mussten alle sich im zweier Team zusammenschließen. Gestartet wurde bei der Scheune Amrein im Diemberg. Alle Teams starteten in entgegengesetzte Richtung. In etwa der Mitte der Runde klatschten sie sich ab und liefen wieder zurück zum Start. Das wiederholten wir 6 mal.

Dann schnappte sich jedes Zweierteam einen Frisbee und einen Tennisball. Den Frisbee mussten sie zu zweit halten mit der flachen Seite nach oben und den Tennisball darauf legen und jonglieren. Dies funktionierte bei den einen Teams etwas besser als bei anderen. Der Spassfaktor war aber auf jeden Fall gegeben, gelacht wurde einige Male.

In die letzte Runde startete dann jeder noch für sich und rannte diese alleine bis ins Ziel.

Da Sandro Boos verletzt war, konnte er mir perfekt bei der Zeitmessung helfen und schrieb die Zeiten der Teilnehmer auf. Vielen Dank dafür Sandro!

Wie beim Diemberg bekannt, gewinnt nicht der Schnellste, oder die Schnellste, sondern der Sieger wird ausgelost. Dieses Mal stand uns der Sohn von Mirjam zur Verfügung und spielte die Glücksfee. Nach der Rangverkündigung sassen wir noch gemütlich in der Scheune zusammen bei Kuchen und Chips. Es war ein wirklich schöner Abend.

Rangliste Frauen

Name / Rang	Min	Sek	Delta
1. Doris Koller	20	26	0'00"
2. Sibylle Morger	20	41	0'15"
3. Andrea Hautmann	21	17	0'51"
4. Selina Resegatti	21	18	0'52"
5. Jamin Noli	21	19	0'52"
6. Irene Salch	21	25	0'59"
7. Mirjam Berchtold	19	05	1'21"
8. Katharina Schubiger	18	11	2'15"



Rangliste Männer

Name / Rang	Min	Sek	Delta
1. Nino Resegatti	18	41	0'00"
2. Ivo Bachmann	18	30	0'11"
3. Diego Resegatti	18	29	0'12"
4. Sandro Ricklin	18	21	0'20"
5. Urs Blöchliger	18	14	0'27"
6. Micha Goldiger	17	52	0'49"
7. Patrick Morger	20	09	1'28"
8. Reto Zahner	20	15	1'34"
9. Stefan Koller	20	46	2'05"
10. Bruno Rusch	18	29	2.19"

