

Wir feiern ein Jubiläum!

Kaum zu glauben aber wahr, uns gibt es seit **40 Jahren!** Am 5. Januar 1983 wurde unser Verein im 5. Stock des Hauptsitzes gegründet, das Protokoll natürlich mit Schreibmaschine verfasst. Wer möchte, kann gerne im [Gründungsprotokoll](#) stöbern, einiges wird euch sicherlich zum Schmunzeln bringen. Als es um den Ort eines möglichen gemeinsamen Trainings ging: "Laut Herr Lanz besteht die Möglichkeit in Wollishofen (Turnhalle) mit einem Chauffeur der ZKB zu turnen". 😊

Chauffeure hat vielleicht noch die Geschäftsleitung, und auch sonst, wenn man bedenkt, wie sehr sich das Banking in den letzten vier Jahrzehnten verändert hat, ist unser Verein geradezu unverändert geblieben. Nebst dem sportlichen Training kommt auch der soziale Aspekt nicht zu kurz. Auf diese Konstanz dürfen wir stolz sein und auf viele weitere schöne Vereinsjahre hoffen. Zu Ehren unseres Jubiläums wird das Essen an der GV noch etwas grosszügiger ausfallen als sonst schon.

Wir blicken auf ein hoffentlich letztes verkürztes und angepasstes Vereinsjahr zurück. Die letzte GV fand Ende April statt, also vor knapp neun Monaten, insofern weniger Zeit für Events und unglücklicherweise konnten auch nicht alle stattfinden aufgrund von Verletzungen und zu wenigen Anmeldungen. Es waren aber auch ein paar wunderbare Highlights dabei, unser Team am 100 km in Biel hat den Wettkampf erfolgreich bestritten und auch die Saisonabschlussfeier im Zoo war sehr gut besucht und hat für sehr viele positive Feedbacks gesorgt, das macht Freude und motiviert.

Mit Blick nach vorne kann ich schon verraten, dass uns ein schönes Jahresprogramm erwartet, endlich wieder mit der gewohnten Cupwertung. So soll der aktive Beitrag am Lauf-Sport, dem Clubleben sowie das Motivieren von neuen Läufer:innen belohnt werden. An der GV 2024 warten dann wieder grosszügige Preise.

Die Organisator:innen haben in ihren Worten die Events aus 2022 zusammengefasst, eine schöne Motivation an vielen Veranstaltungen 2023 dabei zu sein:

10.+11. Juni 22: Bericht von René Balz

100 Kilometer Staffellauf von Biel – ein eindrückliches Erlebnis

An der Generalversammlung der Laufcommunity der Zürcher Kantonalbank stellte Daniel Werder den 100 Kilometerlauf von Biel vor und berichtet von seinen Erfahrungen, Emotionen und den bleibenden Erinnerungen dieses Laufs. Er absolvierte diesen Lauf bereits mehrfach, sei es als Einzelstarter, oder im Team.

Es war Dani's Ziel an der GV fünf Teilnehmer für die Staffel zu finden. Dani's spannenden Worte verfehlten ihre Wirkung nicht, so dass an unserem Tisch Yves Lüthi und ich sofort unsere Agenden checkten und uns für dieses Erlebnis anmeldeten. Auch Fabian Eisenhut und der Präsident himself, Urs Beglinger trugen sich in die Teamliste ein. Dani war sehr glücklich fünf Teilnehmer für die Staffel gefunden zu haben und meldet uns umgehend via Datasport an. Die Streckeneinteilung und sonstige organisatorische Belange übernahm Dani ebenfalls.

Etwa drei Wochen vor dem Lauf erreichte uns die Hiobsbotschaft, dass Yves aufgrund einer Verletzung am Knie nicht am Rennen teilnehmen konnte. Die Beteiligten machten sich umgehend auf die Suche nach einem Ersatzläufer oder einer Ersatzläuferin. So schrieb ich sämtliche Laufkollegen innerhalb der ZKB an und sondierte auch den Markt ausserhalb der ZKB nach möglichen Läufern. Glücklicherweise meldete sich Robin Wicki auf meine E-Mail-Anfrage und erklärte, dass er sich bereit auf der Homepage der Laufcommunity für den Anlass angemeldet habe. Die freudige Nachricht, dass Robin mit von der Partie ist habe ich umgehend meinen Laufspändli weitergeleitet, die sich sehr über Robins Teilnahme gefreut haben. So war unser Laufteam komplett und einem Start am Bieler Hunderter stand nichts mehr im Wege, Freude herrschte.

Am Freitagabend besammelten sich die Läufer im Restaurant Piu in Zürich, um bei einem gemeinsamen Nachtessen die Nahrungsspeicher zu füllen, um das Projekt 100 Kilometer Staffel von Biel erfolgreich bestreiten zu können. Wir assen Pasta und gönnten uns dazu ein Dessert im Wissen, dass wir die Kalorien sicherlich verbrennen werden. Gegen halb acht Uhr machten wir uns mit zwei Autos auf in Richtung Biel. Der Verkehr rollte recht gut, so dass wir um 20.45 Uhr in der Tissot Arena in Biel eintrafen. In Biel herrschte bereits ein buntes Treiben. Einzel- und Staffelatleten, Begleiter, Zuschauer, Helfer, Armeeangehörige usw. haben sich in Biel zum 100 KM Lauf eingefunden. Dani war sichtlich erstaunt wie sich die Tissot Arena gegenüber vorangehenden Jahren entwickelt hat und nun den Athleten eine deutlich verbesserte Infrastruktur anbietet als vorher. Das emsige Treiben führte auch bei uns zu einem Anstieg des Pulses und es kam richtiges Wettkampffieber und auch Wettkampfstimmung auf. Wie bei den Wettkämpfen üblich bildeten sich vor den Toiletten die obligaten Warteschlangen. Die Wetterbedingungen waren mit rund 20 Grad um 22.00 Uhr perfekt für diesen Lauf und der Mond hat die Läufer während der ganzen Nacht begleitet. Um 21.50 Uhr also 10 Minuten vor dem Start ertönte die Schweizer Nationalhymne. Alle sind aufgestanden und haben inbrünstig mitgesungen bevor um 22.00 Uhr das Feld der Einzelstarter auf die Reise geschickt wurde. Zu meinem Erstaunen umfasste das Einzelstarterfeld 525 Männer und 108 Frauen. Nun galt es auch für unseren Startläufer Fabian sich langsam aber sicher sich auf seinen Start vorzubereiten. Um 22.30 Uhr ertönte der Startschuss zum zweiten Mal und die Staffelläufer der rund 60 Staffeln à je fünf Läufer wurden auf die Reise geschickt. Fabian hatte einen Halbmarathon zurückzulegen und rannte bis nach Lyss. Fabian übergab anschliessend an Robin, der eine Strecke von etwas mehr als 17 KM bis nach Oberamsern zu rennen hatte. In Oberamsern übernahm Urs die Startnummer und begab sich auf seine Strecke über 20 Kilometer nach Kirchberg. In Kirchberg schlüpfte Dani gerade noch rechtzeitig aus dem Schlafsack um sich auf die Socken in Richtung Bibern zu machen, ebenfalls etwas mehr als 20 Kilometer. In Bibern übernahm René die Startnummer und rannte via Büren an der Aare zurück in die Tissot Arena nach Biel. Diese Strecke umfasste etwas mehr als 22 Kilometer.

Besonders schön empfand ich das Rennen bei Sonnenaufgang bei sehr angenehmen Lauf-Temperaturen von rund 12 Grad. Zuerst hatte ich einen kleinen Anstieg zu bewältigen bevor mich eine Bergabpassage in Richtung Aare führte. Ich joggte durch Wälder mit Vogelgezwitscher und hörte die Grillen im Gras zirpen, es war eine einmalig schöne Stimmung. An der Aare entlang sah ich wie sich die aufgehende Sonne in der Aare spiegelte und sich kleine Nebelschwaden über dem Wasser bildeten, ein unglaubliche Ambiance durfte ich auf meiner Strecke geniessen. Das Laufen war für mich härter als gedacht und ich war langsamer unterwegs als erhofft. Dennoch erreichte ich kurz vor 07.00 Uhr das Zielgelände in Biel. Meine Laufkollegen warteten (sehnsüchtig) auf mich und wir konnten gemeinsam die letzten 100 Meter absolvieren und ins Ziel einlaufen. Alles sehr schön festgehalten von unserem Fotografen Neven.

Mit einer Zielzeit von 8 Stunden 19 Minuten und 51 Sekunden erreichten wir einen Kilometerschnitt von unter 5 Minuten pro Kilometer, was sich m. E. sehr sehen lassen darf. Wir belegten den 9. Rang von 16 reinen Männerteams. Der Sieger in der Einzelkategorie erreichte das Ziel in sagenhaften 7 Stunden 31 Minuten. Er war also rund 50 Minuten schneller als wir im Team, eine sensationelle Leistung.

Wie Dani bereits anlässlich seiner Präsentation an der GV erwähnte, handelt es sich beim Bieler Hunderter um ein einmaliges Erlebnis, welches ich nicht missen möchte. Gerne nehme ich auch im nächsten Jahr wiederum in der Staffel an diesem tollen Rennen teil.

An dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön allen Beteiligten fürs Organisieren, Mitlaufen, Fotografieren, Fahren und für die Übernahme der Kosten.



25. September 2022. Bericht vom Vorstand **Clubmeisterschaft im Rahmen des Pfäffikersee-Laufs**

Nach vielen Jahren mit warmem, wunderbarem Herbstwetter war dieses Jahr Regen angesagt. Ausgerechnet im Jahr, in dem die grosszügige Halle nicht mehr zur Verfügung stand und sich alle Teilnehmenden in ein feuchtes Zelt quetschen mussten. Die Witterung hat aber einige von uns nicht davon abgehalten, am Traditionslauf der LC teilzunehmen, auch wenn wir in anderen Jahren doch deutlich besser vertreten waren und es praktisch pro Teilnehmenden einen Preis gegeben hat. Die Chancen für einen Gewinn wären also noch nie besser gewesen. 😊 Thomas und Urs haben den Vorstand vor Ort vertreten und konnten die wunderbaren Geschenkkörbe übergeben.



29. September 2022. Bericht von Dani Kläsi **Vortrag Grande Traversata delle Alpi**

Zwölf Personen haben sich für den Vortrag "GTA 2020" angemeldet. Wir konnten wie bereits in den Vorjahren die Räumlichkeiten der ZKB Filiale Uster benutzen. Besten Dank dafür. Den zwölf Teilnehmern wurden mit Bildern, Videos und vielen Geschichten und Hintergrundinformationen gluschtig für eine Weitwanderung wie zum Beispiel die "Grande Traversata delle Alpi" gemacht. Wir hatten sogar ein Spezial-Zuhörer zu vermelden. Roger Zweifel kam mit seinem Vater, dem fünffachen Rad-Quer-Weltmeister! Katrin und Daniel hoffen natürlich, dass die Teilnehmer nun motiviert sind auch einmal eine solche Tour zu planen und anzugehen.

22. Oktober 2022. Bericht von Marcel Sonderer und Hansueli Baumgartner

Sihltallauf

Regen war angesagt, doch zum Start wurden die ansprechende Läufergruppe am frühen Samstagmorgen beim Hallenbad Gattikon mit ersten Sonnenstrahlen begrüsst. Hansueli Baumgartner und Marcel Sonderer begrüsst die Teilnehmenden zum traditionellen Sihltal-Lauf.

Eine Gruppe mit der zu absolvierenden Distanz von ca. 16 km wurde von Marcel, die andere mit ca. 12 km von Daniel Werder angeführt. Stetig bergauf wurde der Zimmerberg via Thalwiler Waldweiher und bei der längeren Gruppe noch weiter bis zum Horgener Bergweiher angepeilt. Der Rückweg führte dann durch den herbstlichen Sihlwald, teilweise der Sihl entlang zurück nach Gattikon. Die Walkinggruppe, angeführt von Hansueli, unternahm fast die gleiche Strecke. Anschliessend durften wir ein feines Frühstück im Köllibeck geniessen.



5. November 2022. Bericht von Sämi Münzenmeier und Matthias Müller

Herbstlauf Winterthur

Zum Winterthurer Herbstlauf haben wir uns einmal mehr im Winterthurer Sportepizentrum (Leichathletikstadion, Eis- und Ballsporthalle) getroffen. Bei morgendlichen frischen Temperaturen haben sich rund 15 Laufbegeisterte unter einer Eiche, um sich gegen die letzten Regentropfen zu schützen, besammelt. Apropos Eiche: diese hat ein Olympiasieger aus Winterthur im Jahr 1936 in Berlin erhalten. Giorgio Miez gewann die Goldmedaille in der Disziplin Freiturnübungen. Nun aber zurück zum Herbstlauf 2022, wir starteten in drei verschiedenen Gruppen: zwei Läufergruppen sowie eine Walkinggruppe. Die Routen führten zuerst durch die Quartiere Mattenbach und Seen. Dann ging's für einige in den Eschenbergwald und für andere in einer Runde via Oberseen zurück zum Start. Zum Glück zeigte sich das Wetter im Verlauf des Morgens auch von seiner etwas freundlicheren Seite, mit dem einen oder anderen Sonnenstrahl. Zu guter Letzt haben wir uns dann zur wohlverdienten Zmorge in einem sehr netten und feinen Café mit Bäckerei wieder getroffen und hatten auch Zeit zum Austauschen und Plaudern. Es hat allen rundum Spass gemacht 😊



9.12.2022: Saisonabschlussfeier:



Vielen Dank den Organisatoren und Fotografen! Weitere Fotos könnt Ihr auf unserer Homepage entdecken. Ich wünsche allen ein unfallfreies und erfolgreiches Lauf-Jahr und hoffe möglichst viele demnächst an der GV oder an einem Event wieder einmal persönlich zu treffen.

Für den Vorstand
Urs Beglinger

Präsident der Lauf-Community Zürcher Kantonalbank