

SPRINT

Vereinsmagazin der LA Nidwalden

Ausgabe 2/2023



Hauptsponsor

Co-Sponsor

Co-Sponsor

Ausrüster

Sportförderung

Printpartner





Hey, wie läuft's?

- Groovy
- Immer besser
- Wie auf Schienen



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 2/2023

- 04** Quer durch Zug
- 05** Sponsorenlauf
- 07** Trainingslager Schüpfheim
- 10** Mehrere Podestplätze am Luzerner Stadtlauf
- 12** Eröffnungsmeeting Cham
- 12** Ausscheidung UBS Kids Cup
- 14** 26. Nidwaldnerlauf
- 16** Meeting Moutier
- 16** Nachmittagsmeeting Horw
- 17** Frühjahrsmeeting Sarnen
- 18** Ausscheidung UBS Kids Cup und Kantonalfinal Visana Sprint
- 19** SVM Nachwuchs
- 20** Innerschweizer Staffelleisterschaften
- 22** Rütlichwur-Gedenklauf und Jugendlauf
- 24** ILV-Event
- 28** Regionenmeisterschaften
- 30** Kantonalfinal UBS Kids Cup
- 30** Athletenportrait Elvira Keiser
- 31** Sieg mit der LG Unterwalden an der U20-SVM
- 32** Spitzen Leichtathletik Luzern
- 34** EYOF-Gold für Shirin Kerber
- 36** Silbermedaillen für Julia und Navid an der Aktiv-SM
- 38** Nino Portmann an den Jeux de la Francophonie

IMPRESSUM

Redaktionsteam

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

Redaktionsschluss «Sprint» 3/2023

31. Oktober 2023

Druck

ABC Print – Die Stadtdruckerei, Luzern

Auflage

340 Exemplare

QUER DURCH ZUG

Zug, 1. April 2023

Bei kühlen und windigen Bedingungen starteten 15 Teams der LG Unterwalden am 1. April 2023 an der Staffel durch die Zuger Altstadt.

Ivan Zimmermann und Leah Würsch

Bei der Kategorie U10 Mixed gingen zwei Teams an den Start. Sie klassierten sich auf den Rängen 7 und 15. Bei der Kategorie U12 Mixed starteten vier Teams der LG Unterwalden. Diese platzierten sich auf den Rängen 9, 26, 35 und 52. Bei den U14 waren zwei Mädchen-Teams und ein Jungs-Team am Start. Die beiden Mädchen-Teams konnten sich auf den Rängen 9 und 20 platzieren. Die Jungs verfehlten das Podest knapp und landeten mit nur 35 Hundertsteln Rückstand auf dem vierten Rang. Ein Sieg gab es bei einem der drei Mädchen-Teams der U16. Mit über drei Sekunden Vorsprung gewannen Sereina Liem, Anja Christen, Lia Kruppenacher (LA Kerns), Vanessa Feierabend und Lara Binkert (LA Alpnach) ihre Kategorie. Die anderen beiden Mädchen-Teams platzierten sich auf den Rängen 8 und 17. Bei den U16 Boys ging der neunte Rang an die LG Unterwalden. Und die beiden Mixed-Teams (Frauen/Männer) der LG Unterwalden erreichten die Ränge 12 und 16.



Siegerinnen der Kategorie U16 Mädchen v.l.n.r.:
Vanessa Feierabend, Anja Christen, Lara Binkert (LA Alpnach),
Lia Kruppenacher (LA Kerns) und Sereina Liem

AUSZUG AUS DER RANGLISTE

Team 1 U10 Mixed: Sven Burch (LA Kerns), Thea Ettl (LA Kerns), Sarah Haas (LA Kerns), Lionel Egger (LA Kerns), Lena Bucher (LA Kerns) – 7. Rang

Team 2 U10 Mixed: Louis Schürmann, Dario Jacober, Emilia Imboden, Amaro Achermann, Leya Blättler – 15. Rang

Team 1 U12 Mixed: Enea Kiser (LA Kerns), Svea Aregger (LA Kerns), Nino Zimmermann (LA Kerns), Yael Bucher (LA Kerns), Lisa Imfeld (LA Kerns) – 35. Rang

Team 2 U12 Mixed: Sven Würsch, Jael Michel (LA Kerns), Jasmin Ettl (LA Kerns), Nick Achermann, Elin Kathriner (LA Kerns) – 26. Rang

Team 3 U12 Mixed: Maël Schürmann, Sophia Langenstein, Julia Jacober, Gian Murer, Delphina Schmied – 9. Rang

Team 4 U12 Mixed: Aline Schnider (TV Sarnen), Elina Burch (TV Sarnen), Luca Rüttimann, Julia Britschgi (TV Sarnen), Sofia Fruci – 52. Rang

Team 1 U14 Girls: Mia Aregger (LA Kerns), Lena Kruppenacher (LA Kerns), Elin Gestach (LA Kerns), Julia Ettl (LA Kerns), Seline Moser (LA Alpnach) – 20. Rang

Team 2 U14 Girls: Cécile Bischoff, Kristina Djordjic, Elina Glatthard, Anja Niederberger, Clarissa Schmied – 9. Rang

Team 1 U14 Boys: Timo Schmid (LA Kerns), Aaron Kruppenacher (LA Kerns), Carmelo Agustoni (LA Kerns), Jeremy Gasser (LA Alpnach), Philipp Jakob (TV Sarnen) – 4. Rang

Team 1 U16 Girls: Sereina Liem, Anja Christen, Lia Kruppenacher (LA Kerns), Vanessa Feierabend, Lara Binkert (LA Alpnach) – 1. Rang

Team 2 U16 Girls: Svenja Röthlin (LA Kerns), Leah Würsch, Malia Imfeld (LA Kerns), Sena Müller, Nadine Blättler (LA Kerns) – 8. Rang

Team 3 U16 Girls: Amy Schläufer, Aina Näpflin, Emilia Imfeld (TV Sarnen), Mona Kiser (LA Alpnach), Nora Näpflin – 17. Rang

Team 1 U16 Boys: Marc Liem, Henry Kruppenacher, Ivan Zimmermann, Moreno Würsch, Finn Schifferle (LA Alpnach) – 9. Rang

Team 1 Mixed (Männer/Frauen): Tim Jakob, Lya Niederberger, Alessia Coelho, Marilou Krienbühl, Sven Rymann, Ramon Bucher (LA Kerns) – 16. Rang

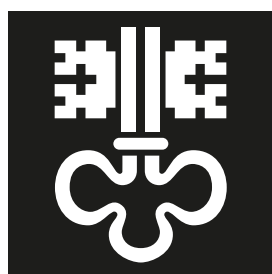
Team 2 Mixed (Männer/Frauen): André Briker, Karin Schmutz (TV Sarnen), Fabia Küchler (LA Kerns), Laura Barmettler, Sämi Duss (TV Sarnen), Nadia Ettl (LA Kerns) – 12. Rang

SPONSORENLAUF

*Herzlichen Dank an alle 58 Athletinnen und Athleten,
welche am Sponsorenlauf vom 5. April 2023 teilgenommen haben!*



 **INTERSPORT**[®]
ACHERMANN



SWISSLOS
SPORTFONDS
NIDWALDEN



TRAININGSLAGER SCHÜPFHEIM

10. bis 14. April 2023

MONTAG

Wir versammelten uns um 8.20 Uhr beim Bahnhof Stans. Mit dem Zug reisten wir nach Schüpfheim. Dort kamen wir um 9.28 Uhr an. Nach einem kurzen Marsch kamen wir bei unserem Lagerhaus an und hatten kurz Zeit, um unsere Zimmer zu beziehen. Danach ging es los zum ersten Training. Das Wetter war heute super. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter trainierten bei Emma und Christian Weitsprung, Speer und Staffel. Die U14 machten bei Ivo Staffel und Stabi und bei den Läufer/innen stand unter der Leitung von Jürg ein lockerer Dauerlauf und Dehnen an. Zum Mittagessen gab es leckere Älplermagronen. Nach den allgemeinen Infos von Dani, dem Lagerleiter und heutigen Tagesleiter, hatten wir kurz Pause, bis es dann das zweite Training gab. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter hatten Hochsprung, Diskus und Ausdauer auf dem Plan. Die U14 trainierten Kugel, Hürden und Beweglichkeit. Die Läufer/innen trainierten auf der Bahn und auf der Strasse. Nach einer Pause gab es das langersehnte Abendessen. Zur Vorspeise freuten wir uns über Nachos und einen alkoholfreien Drink. Der Hauptgang war zur Freude aller Fajitas. Um 20 Uhr begann für alle Mehrkämpfer/innen die

Wettkampfbesprechung und die Läufer/innen machten Beweglichkeit. Danach hatten alle bis zur Nachtruhe noch Freizeit.

DIENSTAG

Am Morgen wurden wir um 7.15 Uhr vom heutigen Tagesleiter Ivo geweckt. Um 7.30 Uhr gab es Frühstück und anschliessend gab es Freizeit und die Dienstag-Abwaschgruppe half abwaschen. Danach ging es um 9.30 Uhr los zum Trainingsplatz. Es war später als geplant, weil das Wetter heute schlecht war. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter hatten heute Morgen Hürden, Kugel und Stabi auf dem Programm – anstelle von Christian war heute Mario nach Schüpfheim angereist. Die Läufer/innen trainierten Schnelligkeit und Lauf. Und die U14 hatten Ball, Hoch und Beweglichkeit. Zum Mittagessen zauberten uns Küchenchef Paul und seine Familie ein feines Gericht mit Reis, Sauce und Gemüse auf den Tisch. Nach einer kurzen Pause ging es wieder los zum Training. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter hatten Sprint und Beweglichkeit. Die U14 trainierten Sprint und Weit. Die Läufer/innen machten einen Dauerlauf nach Entlebuch. Nach dem Training gab es Burger zum Abendessen. Anschliessend



konnten wir freiwillig den Film «Kindsköpfe» schauen. Nach dem Film gab es Freizeit bis zur entsprechenden Nachtruhe.

MITTWOCH

Wir wurden wie immer um 7.15 Uhr vom Tagesleiter geweckt. Nach dem Morgenessen um 7.30 Uhr gab es Freizeit, bis es um 9.15 Uhr zum Training losging, welches wie immer um 9.30 Uhr begann. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter hatten Weit, Speer und Ausdauer auf dem Programm. Der Plan der U14 war Staffel, Koordination und Ausdauer zu trainieren. Die Läufer/innen trainierten 3×400m/4×300m/6×200m auf der Bahn. Zum Mittagessen gab es Spaghetti mit verschiedenen Saucen. Am Nachmittag machten alle gemeinsam einen Ausflug in das Tropenhaus Wolhusen. Dort durften wir in zwei Gruppen unter der Leitung des Geschäftsführers zahlreiche Früchte und Pflanzen der Tropen kennenlernen. Die eine Gruppe durfte Spiele spielen, während die andere Gruppe eine Führung bekam. Dazwischen gab es ein leckeres passendes Zvierli. Später schauten wir uns noch kurz eine Burg an, allerdings war es sehr regnerisch und darum entschieden wir uns, bald zurückzukehren ins Lager-

haus. Passend zum Ausflug gab es am Abend ein typisch äthiopisches Essen: Ein Fladenbrot, auf welches man je nach Wahl Kartoffeln, Tofu, Fleisch oder Linsen geben konnte. Mesfin, einer unserer Läufer, bereitete am Nachmittag diese Spezialität aus seinem Heimatland zu. Er zeigte uns auch, wie man es mit den Händen isst. Danach wurde er noch von Dani interviewt und erzählte uns die spannende Geschichte seiner Flucht in die Schweiz. Anschließend hatten wir noch Zeit für uns bis zur Nachtruhe.

DONNERSTAG

Jasmin und Julia waren heute die Tagesleiterinnen und weckten uns am Morgen. Sie waren schon am Mittwochmittag angereist. Nach dem Morgenessen hatten wir Zeit, um uns bereit zu machen fürs Training. Wir liefen um 9.15 Uhr los, damit wir um 9.30 Uhr starten konnten. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter hatten Hoch, Diskus und Stabi auf dem Plan. Die U14 trainieren Hürden, Kugel und Beweglichkeit. Und bei den Läufer/innen stand ein Trailrun auf den Napf auf dem Programm. Sie waren knapp zwei Stunden unterwegs und erreichten auf dem Gipfel sogar den Schnee. Das Wetter verschonte uns auch heute nicht. Neben der Tatsache,

dass es kalt war, begann es kurz vor Trainingsende zu regnen und fast zu schneien. Noch schlimmer kam es am Nachmittag, als die Bahn durch ein Gemisch aus Schnee und Graupelkörnern zeitweise weiss wurde. Die U16 und älter hatten Langsprint und Beweglichkeit auf dem Programm, die U14 trainierten Speer, Hoch und Stabi und die Läufer/innen machten in der warmen Garderobe ein Krafttraining. Nach einer heissen Dusche, welche nach diesem Wetter mehr als nötig war, gab es das Abendessen. Heute gab es Cordon Bleu mit Pesto-Pasta und Broccoli. Danach durften wir uns alle über den bunten Abend freuen, welcher von Julia und Jasmin geführt und geplant wurde. Es gab vier Gruppen, in denen man in Minispielen zu verschiedenen Schulfächern Punkte sammeln konnte. Das Team mit den meisten Punkten hat gewonnen. In diesem Jahr war es unser Erwachsenenenteam. Danach hatten wir alle Freizeit bis zur Nachtruhe, welche um eine halbe Stunde verlängert wurde.

FREITAG

Am letzten Tag wurden wir von der Tagesleiterin Emma geweckt. Nach dem Morgenessen fingen wir an zu packen. Die Zimmer wurden aufgeräumt und

die Koffer gepackt und vor die Türen gestellt. Dann ging es um die gewohnte Zeit los zum Training. Wir machten alle ein Spiel zum Einwärmen. Die Mehrkämpfer/innen U16 und älter trainierten Hürden und Kugel. Die U14 hatten Weit, Diskus und Spiel auf dem Programm. Und bei den Läufer/innen stand ein hartes Bahn-/Hügellauf-Training an. Danach ging es zurück ins Lagerhaus und es gab Käse-spätzli zum Mittagessen. Bis um 13 Uhr mussten alle die Koffer endgültig gepackt haben und ins Foyer bringen. Da wir Athlet/innen uns während des ganzen Lagers an die Regeln gehalten hatten, übernahmen die Leiter/innen zusammen mit Mesfin als Dankeschön den Hausputz. Danach ging es los zum letzten Training. Die U16 und älter machten Staffel und Spiele. Die U14 konnten sich eine Disziplin aussuchen. Und die Läufer/innen gingen ein letztes Mal auf einen Dauerlauf in Richtung Escholzmatt. Nach dem Duschen und dem Verladen des Trainingsmaterials (danke Roger und Renate Würsch) brachen wir die Heimreise an. Leider fiel unser Zug aus, deshalb wurde es etwas später als geplant. Es war ein sehr tolles und lehrreiches Trainingslager!

Amy Schlauffer und Aina Näpflin





MEHRERE PODESTPLÄTZE

AM LUZERNER STADTLAUF

Luzern, 29. April 2023

Am letzten Wochenende im April nahmen 25 Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden am 45. Luzerner Stadtlauf teil. Insgesamt überquerten 11 371 Läufer/innen die Ziellinie. Die Wetterbedingungen waren ideal und die Temperaturen angenehm. Die Athletinnen und Athleten von der LA Nidwalden überzeugten mit fantastischen Leistungen.

Vanessa Feierabend

Nach dem Familienlauf, an dem auch Familie Filliger aus Buochs teilnahm, ging der Lauf weiter mit den Kategorien Knaben und Mädchen U12. Hier bewiesen Amaro Achermann, Nathal Zerezghi und Leya Blättler ihre Topform und beeindruckten mit guten Resultaten.

In den Kategorien U14, U16 und U18 traten insgesamt acht Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden an und lieferten dabei sensationelle Ergebnisse ab. Vanessa Feierabend (U16) erzielte den ersten Rang mit einer brillanten Zeit von 7:30 min über 2.1 km, während Ranja Bodenmüller (U18) ebenfalls mit einer Top-Zeit den fünften Rang erlangte. Diese Erfolge belegen, wie hart sie im Training arbeiten und wie engagiert sie im Laufsport sind. Ebenso engagiert war Daniel Blättler, als er mit seiner Schulklasse an den Start ging.

Auch in der Kategorie Altstadt Classic wurden herausragende Leistungen erbracht. Remo Blättler (M20) erreichte den 10. Rang und Nicole Niederberger (F20) sicherte sich den 25. Rang.

Besonders hervorzuheben sind die Läufer/innen aus der Kategorie Musegg Classic über 7 km. Sven Marti (M30) sicherte sich die Goldmedaille mit einer grossartigen Zeit von 22:45 min, während Elvira Keiser (F20) ebenfalls Gold mit einer erstklassigen Zeit von 27:18 min holte. Alexander Kerber (M50) und Herbert Imboden (M60) gewannen weitere Podestplätze. Martin Filliger (M30) erreichte den zehnten Rang und Samira Odermatt (F20) einen ausgezeichneten fünften Rang.

Shirin Kerber präsentierte erneut einen fantastischen Wettkampf und zog damit die Aufmerksamkeit der Zuschauer/innen auf sich. Sie dominierte die Nachwuchselite U18 mit einer hervorragenden Zeit und sicherte sich einen klaren Sieg. Dies ist bereits ihr siebter Podestplatz in Folge.

Insgesamt war der 45. Luzerner Stadtlauf ein grosser Erfolg und die Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden haben dazu beigetragen, dass es zu einem unvergesslichen Ereignis wurde, das allen Teilnehmer/innen und Zuschauer/innen lange in Erinnerung bleiben wird.



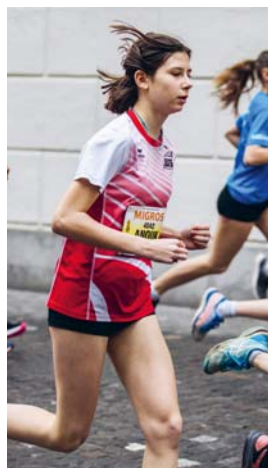
Nathal Zerezghi



Vanessa Feierabend



Severin Zumbühl



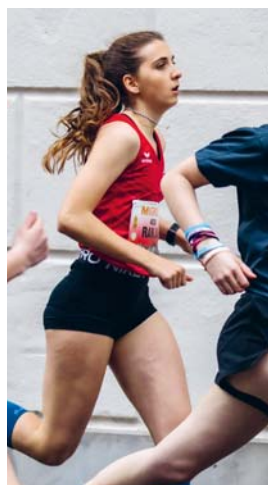
Anouk Scheuber



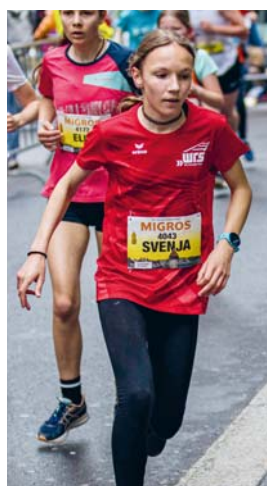
Leya Blättler



Shirin Kerber (Mitte)



Ranja Bodenmüller



Svenja Zumbühl



Fabio Hodel



Thais Bossard



Nora Näpflin

ERÖFFNUNGSMEETING CHAM

29. April 2023

Am 29. April 2023 fand das 43. Eröffnungsmeeting in Cham statt. Es war für die Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden der Start in die Outdoorsaison 2023. Das Wetter war schön, jedoch gab es auch starken Wind.

Michelle Liem

Neun Athletinnen und Athleten aus verschiedenen Altersgruppen und Disziplinen nahmen am Meeting teil. Darunter Michael Hofmeister und Sven Ryman, welche ihre Saison mit einem guten Hochsprungwettkampf eröffneten. Tim Jakob war direkt in mehreren Disziplinen am Start und konnte sich über tolle Leistungen freuen. Bei den U14 konnte Nico Christen über 60 m und im Ballwurf direkt eine PB machen. Ebenfalls in dieser Kategorie startete James Achermann, welcher über 60 m, im Hochsprung und im Ballwurf teilnahm.

Bei den U16 startete Anja Christen über 80 m und im Weitsprung und konnte ihre frühe Form beweisen. Aina Näpflin, welche zur gleichen Kategorie gehört, konnte sich über eine neue PB im Hochsprung mit 1.35 m freuen. Selina Odermatt bestritt ihren ersten Wettkampf bei den U20. Sie startete über 100 m sowie im Hoch- und Weitsprung und darf ebenfalls auf einen soliden Wettkampf zurückblicken.

Das 43. Eröffnungsmeeting war ein gelungener Start in die Saison für die Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden und man kann gespannt sein, wie sie sich in dieser Saison weiterentwickeln werden.

AUSSCHIEDUNG UBS KIDS CUP

Alpnach, 5. Mai 2023

Am 5. Mai 2023 fand der UBS Kids Cup in Alpnach statt. Von der LA Nidwalden waren drei Athletinnen und Athleten am Start.

Seraina Hengartner

In den Kategorien Knaben M08 und M11 sowie Mädchen W12 wurden die Disziplinen Weitsprung, Ballwurf und 60-Meter-Sprint absolviert. Schon am Anfang des Wettkampfes mussten alle ein Gewitter

mit Hagel überstehen. Dem Wettkampf tat dies jedoch keinen Abbruch und so konnten Maël und Louis Schürmann jeweils den ersten Rang ihrer Kategorie belegen. Dabei hat Louis in allen Disziplinen die Bestresultate geholt und überlegen gewonnen. Maël hat speziell im Ballwurf überzeugt und die Tagesbestweite von 39.34 m geworfen. Seraina Hengartner gelangen im Sprint und im Weitsprung neue persönliche Bestleistungen. Was für ein Start in die neue UBS-Kids-Cup-Saison!



**ABC
PRINT**

Die Stadtdruckerei.



berggas.hoch

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



26. NIDWALDNERLAUF

Stans, 6. Mai 2023

Florian Lussy und Nicole Lütolf liefen am diesjährigen Nidwaldnerlauf im Dorfzentrum von Stans zum Tagessieg. Sie und zahlreiche weitere Läufer/innen trotzten dem Wetter und absolvierten die attraktive, neu konzipierte Strecke durch die Gassen von Stans.

Stéphanie Blättler und Daniel Blättler

Dank guter Vorbereitung gelang es Florian Lussy einmal mehr, am Heimrennen einen Sieg zu holen. Der Athlet, der ab dieser Saison seine Rennen für den ST Bern bestreitet, absolvierte die fünf spannenden und anspruchsvollen Runden (7 km) ausgehend vom Dorfplatz in 21 Minuten und 18 Sekunden. Dabei schienen ihn die nassen Verhältnisse nicht zu stören, die engen Kurven meisterte er souverän. «Ich geniesse es sehr, vor heimischem Publikum zu laufen. Viele mir wichtige Personen, die mich durch meine Laufkarriere begleiten, sind heute anwesend. Dies hat mich sicherlich beflügelt. Auch dem Höhenttraining im Engadin ist ein Teil des Erfolges zuzurechnen.» Zu einem Kopf-an-Kopf-Rennen kam es zwischen dem zweiten und dritten Rang im Hauptfeld der Männer, wobei sich Mesfin Müller mit sechs Hundertsteln Vorsprung gegen Sven Marti durchsetzen konnte. In 27 Minuten und 47 Sekunden erreichte Nicole Lütolf das Ziel und holte sich damit vor Ursina Müller (LA Nidwalden) den Tagessieg bei den Frauen. Weitere Podestplätze holte die LA Nidwalden im Hauptlauf durch Martin Filliger (3. Rang Hauptklasse), Daniel Blättler (3. Rang Senioren) und Samira Odermatt (3. Rang Hauptklasse). Den Kurzlauf über zwei Runden gewann Remo Blättler vor Yannick Bodenmüller.

Die Läufe der Schülerkategorien wurden zunächst noch im Trockenen abgehalten, bevor es bei den U12 Mädchen begann, wie aus Kübeln zu schütten. Am besten schlugen sich die Athleten der LA Nidwalden in der Kategorie U10 männlich, wo es mit Dario Jacober, Noah Meierkord, Louis Schürmann, Nahal Zerezghi und Amaro Achermann gleich einen Fünffachsieg gab. Johnny Russy gewann die Kategorie Schüler B vor Maël Schürmann und bei den Schülerinnen B erreichten Sophia Langenstein und Mara Stalder die Ränge zwei und drei. Bei den Schülerinnen A zeigte Seraina Hengartner als Dritte und bei den Schülern A Severin Zumbühl als Viertes die besten Leistungen. Bei den Jugendkategorien konnte Vanessa Feierabend die Wertung der U16w mit 40 Sekunden Vorsprung auf Leonie Frank gewinnen und bei den U18w gewann Ranja Bodenmüller das Rennen.

Grossen Zuspruch genoss der Lauf auch bei den 84 startenden Familien, während bei den Vereinen und den Schulklassen noch etwas Potential nach oben vorhanden ist.

Damit der Lauf durchgeführt werden konnte, waren über 80 Helfer/innen nötig – darunter viele Eltern, Athlet/innen und Funktionär/innen der LA Nidwalden. Das zentrale Festzelt auf dem Dorfplatz bewährte sich und es bleibt zu hoffen, dass die Gemeinde Stans auch in den kommenden Jahren ein offenes Ohr hat für einen Nidwaldnerlauf im Dorfzentrum.



MEETING MOUTIER

7. Mai 2023

Am 7. Mai 2023 fand ein spannendes Meeting in Moutier statt. Es war ein Tag voller beeindruckender Leistungen und persönlicher Bestleistungen.

Angelika Ribler

Hier sind die herausragenden Ergebnisse der Athletinnen und Athleten: Leonie Frank erzielte eine beeindruckende Zeit von 11.18 s im 80-Meter-Lauf. Sie sprang auch im Weitsprung eine persönliche Bestleistung von 4.15 m und stiess die Kugel auf 8.05 m. In ihrem 600-Meter-Lauf erreichte sie eine Zeit von 1:50.79 min. Dino Amstutz sprintete die 100 m in 12.60 s. Im Weitsprung erreichte er eine

Weite von 5.29 m und im Hochsprung überwand er 1.55 m. Marc Liem warf den Speer auf eine Weite von 23.64 m. Im Hochsprung erreichte er eine persönliche Bestleistung von 1.35 m und stiess die Kugel auf 8.08 m. Aina Näpflin erzielte eine persönliche Bestleistung im Speerwurf mit 25.96 m und sprang im Hochsprung über 1.30 m. Leah Würsch erzielte eine persönliche Bestleistung im Speerwurf mit 23.96 m. Sie sprintete die 80 m in 11.70 s und sprang im Weitsprung 4.02 m weit. André Briker erreichte eine persönliche Bestleistung im Hochsprung mit 1.74 m. Nora Näpflin sprang im Weitsprung eine Weite von 3.60 m und warf den Ball auf 22.58 m. Amy Schlauffer sprang im Hochsprung 1.30 m und im Weitsprung 4.22 m.

NACHMITTAGSMEETING HORW

13. Mai 2023

Am 13. Mai 2023 fand das diesjährige Nachmittagsmeeting in Horw statt. Für viele Athlet/innen der LA Nidwalden war es das erste Meeting in der Outdoorsaison 2023.

Enya Rohrer

Wir hatten Athlet/innen von U14 bis U20+ am Start. Es gab sehr viele erfreuliche Resultate. Anja Christen und Sereina Liem beispielsweise erkämpften sich beide über 80 m Hürden und im Weitsprung einen Podestplatz. Bei den U16 Frauen erzielte Vanessa Feierabend eine sehr schnelle Zeit im 80-Meter-Sprint. Mit 10.43 s sicherte sie sich den ersten Rang. Vanessa konnte sich nicht nur im Sprint ein

gutes Resultat erkämpfen, sondern ebenso im 800-Meter-Lauf. Sie lief nach Shirin Kerber an zweiter Stelle ins Ziel. Beide erreichten damit eine neue PB. Auch bei den U16 Männer gab es einige Bestleistungen. Beim Hochsprung der U16 Männer erzielten Marc Liem und Ivan Zimmermann neue Bestleistungen mit 1.35 m bzw. 1.30 m. Marilou Krienbühl steigerte sich beim ersten Wettkampf im 200-Meter-Lauf und erreichte eine Zeit von 26.80 s. Lya Niederberger lief die 200 m in einer Zeit von 28.59 s. Beim Kugelstossen und Diskuswurf erzielte Enya Rohrer zwei solide Resultate. Dieses Meeting war trotz durchgezogenem Wetter für viele Athlet/innen ein guter und gelungener Start in die Saison.



FRÜHJAHRSMEEETING SARNEN

18. Mai 2023

Mit insgesamt 58 Starts war die LA Nidwalden am diesjährigen Frühjahrsmeeting reichlich vertreten. Trotz eher kalten und nicht optimalen Bedingungen konnte gut ein Drittel mit neuen persönlichen Bestleistungen überzeugen.

Rahel Blättler

Besonders in den Sprintdisziplinen darf sich die LA Nidwalden über sehr erfreuliche Resultate freuen. Zehn Athletinnen und Athleten liefen so schnell wie noch nie. Michael Hofmeister lief die 200 m in 23.12 s und wurde in der Tageswertung Dritter, Dino Amstutz überquerte die Ziellinie in derselben Distanz in 24.75 s. Auch Selina Odermatt verbesserte mit 26.33 s ihre PB über 200 m. Moreno Würsch und Ivan Zimmermann legten ebenfalls schnelle Sprints an den Tag und liefen mit 11.33 s und 12.67 s neue Bestzeiten über 80 m. Auch Nico Christen, Julia Jacober und Anja Niederberger sprinteten so schnell wie noch nie und erreichten die Ziellinie nach 60 m in 9.10 s, 9.32 s bzw. 10.22 s. Beflügelt von der neuen Bestzeit legte Ivan nochmals einen drauf und verbesserte seine Bestzeit mit 21.05 s auch über 100 m Hürden. Auch Anja Christen und Sereina Liem liessen sich von den Hürden nicht

verunsichern und meisterten zwei souveräne Läufe, wobei beide mit guten Bestzeiten von 13.17 s bzw. 12.50 s belohnt wurden. Dass Dino nicht nur schnell laufen, sondern auch hoch springen kann, zeigte er im Hochsprung, wobei er beim dritten Versuch die 1.60 m erfolgreich übersprang. James Achermann flog ebenfalls hoch und sprang mit 1.30 m zur neuen Besthöhe. Nicht hoch, dafür weit sprang Anja Christen und darf sich mit 4.87 m über ihre zweite Bestmarke an diesem Tag freuen. Im Diskuswerfen überzeugten Cédric Achermann mit 37.72 m und Aline Rymann mit 29.15 m. Leah Würsch stiess die Kugel flotte 7.48 m. Eine bemerkenswerte Leistung legte Vanessa Feierabend an den Tag. Die 600 m lief sie in einem Sololauf in sehr schnellen 1:31.64 min. Damit löst sie den Vereinsrekord von Michelle Liem aus dem Jahr 2020 ab und reiht sich in der Schweizer Bestenliste ihrer Alterskategorie auf Platz zwei ein. Ranja Bodenmüller zeigte ebenfalls ihre Laufstärke und lief die 1000 m in 3:22.92 min so schnell wie noch nie. Dass jede/r vollen Einsatz gab, zeigt sich neben den zahlreichen Bestleistungen auch an den vielen weiteren guten Resultaten. Die LA Nidwalden darf sich über einen sehr gelungenen Saisonstart freuen und zuversichtlich in die Bahnsaison blicken. Herzliche Gratulation an alle und weiter so!

AUSSCHEIDUNG UBS KIDS CUP UND KANTONALFINAL VISANA SPRINT

Ennetbürgen, 31. Mai und 2. Juni 2023

Die beiden Wettkämpfe fanden dieses Jahr am Mittwoch, 31. Mai und am Freitag, 2. Juni 2023 auf der Anlage in Ennetbürgen unter der Leitung der LA Nidwalden statt. Beim Visana Sprint amtierte Chris Winkler als OK-Präsident, für den UBS Kids Cup teilten sich Jürg Eggerschwiler (Vorbereitung) und Martin Filliger (Durchführung) die Verantwortung. Die Tatsache, dass auch die Nachwuchs-SVM und die Staffelmeisterschaften noch am gleichen Wochenende stattfanden, war unerfreulich, doch unsere Reservationen und Absprachen waren bereits getätigt, als die späte Meldung des Staffeltermins kam. Herzlichen Dank an alle Helfer/innen, welche die Durchführung der beiden Wettkämpfe ermöglicht haben.

Daniel Blättler

SIEGER/INNEN VISANA SPRINT

Jasmin Jacober (W07): 8.85 s (50 m)
Sofia Fruci (W08): 9.13 s (50 m)
Gianna Würsch (W09): 8.57 s (50 m)
Nejla Hamzic (W10): 9.85 s (60 m)
Julia Jacober (W11): 9.13 s (60 m)
Nora Näpflin (W12): 9.60 s (60 m)
Clarissa Schmied (W13): 8.55 s (60 m)
Sereina Liem (W15): 10.51 s (80 m)
Aaron Reinhart (M08): 8.63 s (50 m)
Dario Jacober (M09): 8.37 s (50 m)
Maël Schürmann (M11): 9.12 s (60 m)
James Achermann (M12): 8.92 s (60 m)
Tim Spichtig (M13): 8.71 s (60 m)

The advertisement features a black and white photograph of a female athlete in mid-stride on a track, wearing a bib with the number 201. In the background, a computer monitor displays code. The text is overlaid on the image in red and white boxes.

LÄUFT BEI DIR

LÄUFT BEI UNS

Leuchter
IT SOLUTIONS

RUN IT
TOGETHER



SVM NACHWUCHS

Hochdorf, 4. Juni 2023

Die diesjährige Nachwuchs-SVM fand an einem sonnigen Sonntag statt. Schon als wir morgens anreisten, war es angenehm warm. Es sollte aber noch heisser werden. Insgesamt starteten vier Teams für die LG Unterwalden.

Anja Christen

Schon kurze Zeit nach Wettkampfbeginn stand für das U16-Mädchen-Team die 5×80-Meter-Staffel an. Sereina, Anja, Vanessa, Lara und Leah beendeten die Staffel in einer Zeit von 51.39 s als zweites Team. Auch bei den U14-Mädchen lief die Staffel gut und sie konnten sich mit der zweitschnellsten Zeit viele Punkte sichern. Auch das U12-Mixed-Team konnte die Staffel klar für sich entscheiden. Bei den U16-Jungs lief die Staffel nicht ganz so gut. Bei den U16-Mädchen erzielte Sereina über 80 m in 10.19 s eine grossartige neue persönliche Bestleistung und sammelte viele Punkte. Auch Aina sprang im Hochsprung so hoch wie noch nie (1.40 m). Ebenso wurden im Speer und bei der Kugel neue persönliche Bestleistungen erzielt. Anja sprang im Weitsprung 5.14 m und konnte ihre persönliche Bestleistung verbessern. Die Hürden lief Sereina in einer schnellen Zeit und zum Abschluss rannte Vanessa die 1000 m in 2:54.47 min, was den verdienten Sieg für

dieses Team bedeutete. Bei den U16-Jungs wurde an diesem Tag auch manche persönliche Bestleistung erzielt. Die Jungs waren motiviert und am Ende reichte es für den siebten Schlussrang. Die U14-Mädchen hatten auch einen erfolgreichen Tag. Bei ihnen war es im Gegensatz zu den älteren Mannschaften ein Mannschaftsmehrkampf. Alle machten alles. Als erstes lief Elina die 60 m in einer Zeit von 8.68 s. Auch beim Hochsprung lief es den Mädchen nicht schlecht. Beim Kugelstossen wurden neue persönliche Bestleistungen erzielt und nach dem abschliessenden 1000-Meter-Lauf schafften es die Mädchen auf den tollen dritten Rang. Im U12-Mixed-Team wurde sowohl von den Mädchen als auch von den Jungs grossartige Leistungen erzielt. Auch sie meisterten einen Mannschaftsmehrkampf. Beim 60 m gab es schnelle Zeiten von Julia und Maël. Im Ballwurf erzielte Maël ebenfalls ein sehr gutes Resultat (36.86 m). Beim Zonenweitsprung sprang Julia mit 4.13 m am weitesten von allen. Am Schluss folgte noch der 1000 m, danach konnte das Mixed-Team als Gewinner nach Hause gehen.

Dieser Sonntag war ein erfolgreicher Tag für die LG Unterwalden. Herzliche Gratulation zu den ausgezeichneten Resultaten, ihr dürft stolz auf euch sein!



INNERSCHWEIZER STAFFELMEISTERSCHAFTEN

Cham, 3. Juni 2023

Am 3. Juni 2023 fanden die Innerschweizer Staffelmeisterschaften in Cham statt. Es war heiss und es wurde grossartig gekämpft.

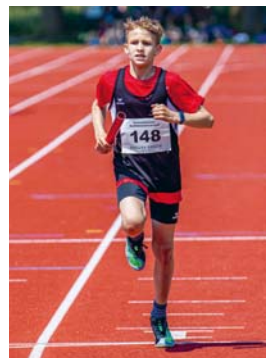
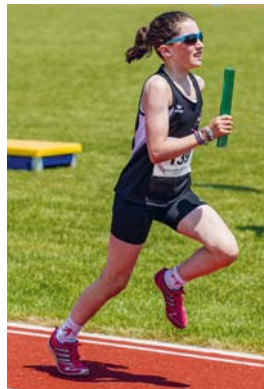
Seraina Hengartner

Bei den U14-Mädchen waren über 5×80m zwei Mannschaften am Start und eine davon durfte im Final mitsprinten. In dieser Mannschaft waren Elina Glatthard, Cécile Bischoff, Kristina Djordjic, Elin Gestach (LA Kerns) und Mia Arregger (LA Kerns) am Start. Im Final erreichten sie mit einer Zeit von 56.36 s den zweiten Rang. Die zweite Mannschaft bestehend aus Seraina Hengartner, Anja Niederberger, Mara Stalder, Sara Röthlin (LA Kerns) und Julia Ettlin (LA Kerns), liefen ihren Vorlauf in 61.56 s. Dies trotz einem kleinen Zwischenfall, als Mara von einer anderen Athletin behindert wurde. Bei den U16-Mädchen qualifizierten sich zwei Mannschaften für den Final, wo sie die Ränge eins und vier belegten. Mit einer Zeit von 51.22 s siegten Seraina Liem, Aina Näpflin, Vanessa Feierabend, Lara Binkert (LA Alpnach) und Louise Weickart (TV Sarnen) vor der zweiten Unterwaldner Mannschaft mit Leah Würsch, Amy Schlauffer, Leonie Frank, Svenja Röthlin (LA Kerns), Nadine Blättler (LA Kerns) und Lia Krummenacher (LA Kerns) mit einer Zeit von 55.86 s. Die 4×100-Meter-Staffel der U18-Frauen mit Marilou Krienbühl, Enya Rohrer, Alessia Coelho und Lya Niederberger verpasste die Finalqualifikation in 53.53 s leider knapp.

Bei den U14-Jungs gab es auch eine Mannschaft, welche über 5×80m in 56.69 s auf den ersten Rang lief. Bravo! Die Gewinner waren: Nico Christen, James Achermann, Julian Imfeld (TV Sarnen), Philipp Jakober (TV Sarnen), Carmelo Agustoni (LA Kerns) und Jeremy Gasser (TV Alpnach). Die U12-Jungs starteten bei 6×frei und erreichten den zweiten Rang in einer Zeit von 62.81 s. In dieser Gruppe waren Fabio Hodel, Johnny Russi, Jonas Kempf, Maël Schürmann, Louis Schürmann und Nino Zimmermann (LA Kerns) am Start.

Am Nachmittag waren die 3×1000-Meter-Staffeln an der Reihe. Dort waren bei den Mädchen wieder zwei Mannschaften am Start. In der ersten Staffel liefen Elina, Mia und Julia in 12:01.02 min ins Ziel. Noch etwas schneller war die andere Mannschaft mit Seraina, Mara und Sara. In 11:54.23 min liefen sie auf den fünften Rang und dies mit zwei U12-Läuferinnen. Toll gemacht! Eine Top-Zeit liefen Leonie und Vanessa zusammen mit Mariana Küng (LA Alpnach). Sie liefen in 9:54.26 min mit grossem Vorsprung ins Ziel und gewannen die U16-Kategorie.

Nach den Mädchen waren die Jungs dran. In der U14-Mannschaft liefen Julian, James und Carmelo in 12:14.48 min ins Ziel. Mit dieser Zeit erreichten sie den zweiten Rang. Die U12-Mannschaft mit Fabio, Jonas und Maël platzierte sich in 11:33.12 min ebenfalls auf dem zweiten Rang. Bravo!





Svenja Zumbühl



Leandra Christen



Ursina Brunner



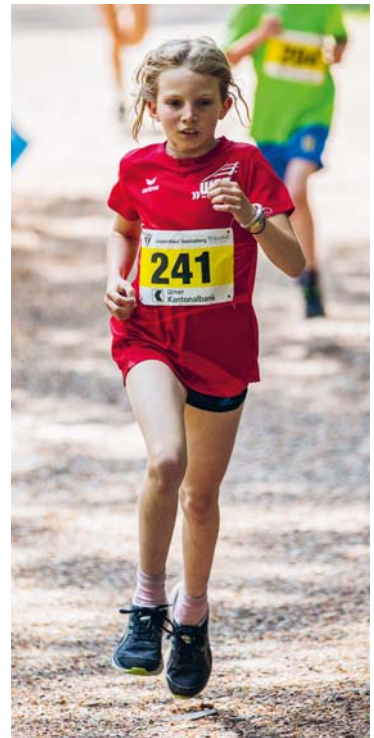
Lara Droz



Mara Stalder



Lara Droz



Mara Stalder



Svenja Zumbühl



RÜTLISCHWUR-GEDENKLAUF UND JUGENDLAUF

Seelisberg, 4. Juni 2023

Sechs Athletinnen der LA Nidwalden waren bei den familiären Rennen im Nachbarkanton am Start.

Daniel Blättler

Beim Berglauf mit 1100 m Höhendifferenz hatten die aktiven und ehemaligen Vereinsmitglieder die Nase deutlich vorne. Hinter der stark laufenden Lucia Hofmann sicherte sich U20-Athletin Ursina Brunner in 1:11:57 h den zweiten Rang, Lara Droz folgte mit nur einer Minute Rückstand auf Rang drei. Für beide bedeutete dies gleichzeitig den Kategoriensieg und für Ursina eine deutliche Steigerung gegenüber dem letzten Jahr.

Beim Jugendlauf im Seelisberger Bannwald durfte die LA Nidwalden mit Mara Stalder (U12) einen knappen Kategoriensieg feiern: Einen Zehntel lief die Emmetterin auf ihre Konkurrentin heraus. Das Duell um Platz eins knapp verloren hat Svenja Zumbühl bei den U16 – sie durfte sich aber über Rang zwei freuen. Die gute Teambilanz komplettierten schliesslich Leya Blättler und Leandra Christen als Sechste und Siebte bei den U10.



ILV-EVENT

Luzern, 17. und 18. Juni 2023

Der diesjährige ILV-Event ging leider ohne die Mehrkämpfer/innen über die Bühne, welche zeitgleich in Basel zur Schweizermeisterschaft antreten mussten. Somit standen mit Nino Portmann (3. Rang Zehnkampf Männer), Selina Odermatt (8. Rang Siebenkampf U20w) und Tim Jakob (Verletzung) leider drei Medaillenkandidat/innen auf der Allmend nicht am Start. Aufgrund eines Entscheids im TK nahmen zudem etwas weniger Nachwuchsathlet/innen teil – neu musste nämlich vorgängig ein interner Richtwert erreicht werden.

Daniel Blättler

Mit 10 Gold-, 12 Silber- und 13 Bronzemedailles darf die LA Nidwalden trotzdem auf eine gute Bilanz zurückblicken. Highlights gab es an den beiden Wettkampftagen einige und mehrere Athlet/innen zeigten grosse Fortschritte. Julia Niederberger trat lediglich über 200 m an und gewann das Rennen vor Anja Ming (TV Inwil) und Michelle Liem in 23.44 s deutlich. Vanessa Feierabend zeigte in 6:31.61 min

über 2000 m, dass sie nicht nur im Sprint grosse Fortschritte gemacht hat, sondern auch über längere Distanzen. Enya Rohrer stiess die 3-kg-Kugel zum ersten Mal über 13 m und damit knapp einen halben Meter weiter als im 2022. Und Sereina Liem schaffte das Double 80 m und 80 m Hürden mit einer Top-Hürdenzeit von 12.33 s. Erstmals klappete es nämlich mit dem richtigen Bein über alle acht Hürden. Auch ihre U16-Kollegin Anja Christen knackte im Weitsprung erneut die 5-Meter-Marke, was ihr die Silbermedaille einbrachte. In den Schülerkategorien stachen gleich fünf Athlet/innen mit Top-2-Resultaten heraus: Tim Spichtig gewann den Hürdenlauf und den Weitsprung der U14, während Maël Schürmann im Ballwurf gewann und im 60-Meter-Lauf Zweiter wurde. Clarissa Schmied lief im Sprint in 8.36 s in ganz neue Sphären und auch James Achermann machte grosse Fortschritte, die mit dem zweiten Rang belohnt wurden. Sogar zwei zweite Ränge erreichte Julia Jacober bei den U12 über 60 m und im Weitsprung. Herzliche Gratulation an alle Athlet/innen zu den guten Leistungen!

AUSZUG AUS DER RANGLISTE

Medaillengewinner/innen der LA Nidwalden

Vanessa Feierabend (U16w)

600 m, 1. Rang, 1:33.85 min
2000 m, 1. Rang, 6:31.61 min (PB)
80 m, 3. Rang, 10.51 s

Sereina Liem (U16w)

80 m, 1. Rang, 10.32 s
80 m Hürden, 1. Rang, 12.33 s (PB)

Tim Spichtig (U14m)

80 m Hürden, 1. Rang, 13.81 s
Weit Zone, 1. Rang, 4.92 m

Michael Hofmeister (M)

Hoch, 1. Rang, 1.81 m

Julia Niederberger (W)

200 m, 1. Rang, 23.44 s (+2.8 m/s)

Enya Rohrer (U18w)

Kugel (3 kg), 1. Rang, 13.06 m (PB)

Maël Schürmann (U12m)

Ball (200 g), 1. Rang, 40.27 m
60 m, 2. Rang, 8.77 s (PB)
Weit Zone, 3. Rang, 4.08 m

Sven Rymann (U18m)

110 m Hürden, 2. Rang, 15.13 s
Hoch, 2. Rang, 1.78 m
Weit, 2. Rang, 5.92 m
Kugel (5 kg), 3. Rang, 11.24 m (PB)

Julia Jacober (U12w)

60 m, 2. Rang, 8.99 s (HF 8.91 s, PB)
Weit Zone, 2. Rang, 4.21 m
60 m Hürden, 3. Rang, 11.68 s (VL 11.66 s, PB)

Cédric Achermann (M)

Diskus (2 kg), 2. Rang, 32.94 m
Kugel (7.26 kg), 3. Rang, 11.98 m (PB)
Speer (800 g), 3. Rang, 45.94 m

Anja Christen (U16w)

Weit, 2. Rang, 5.08 m
80 m Hürden, 3. Rang, 13.01 s (PB)

Marilou Krienbühl (U18w)

200 m, 2. Rang, 26.75 s (PB)
Stab, 3. Rang, 2.00 m

Michelle Liem (W/U20w)

100 m, 2. Rang, 12.31 s
200 m, 3. Rang, 24.38 s (+2.8 m/s)

James Achermann (U14m)

60 m, 2. Rang, 8.61 s (PB)

Clarissa Schmied (U14w)

60 m, 2. Rang, 8.36 s (PB)

Dino Amstutz (U18m)

Weit, 3. Rang, 5.45 m

André Briker (M)

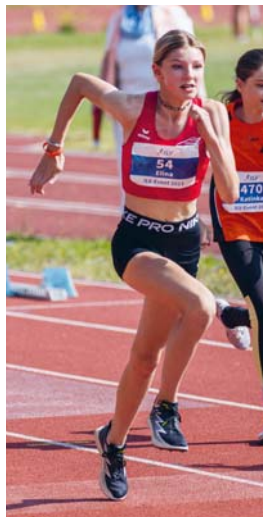
Hoch, 3. Rang, 1.75 m (PB)

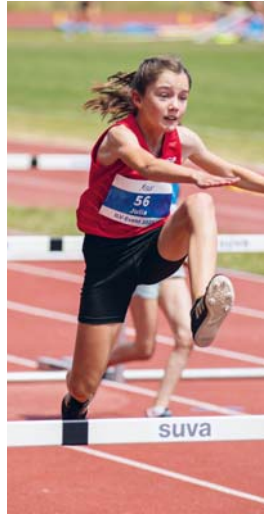
Nico Christen (U14m)

Weit Zone, 3. Rang, 4.58 m (PB)

Aline Rymann (U16w)

Diskus (0.75 kg), 3. Rang, 28.45 m



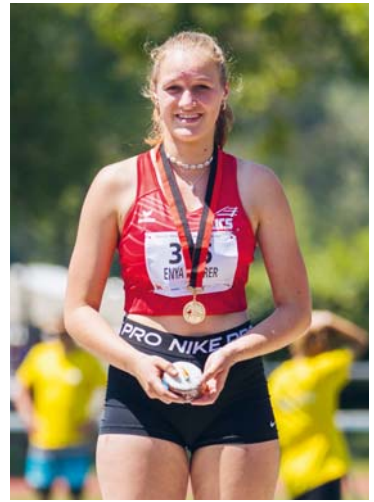




Leonie Frank



Sven Rymann



Enya Rohrer



Sereina Liem



Aina Näpflin



Vanessa Feierabend



Anja Christen



Lya Niederberger



REGIONENMEISTERSCHAFTEN

Aarau, 24. und 25. Juni 2023

Am 24. und 25. Juni 2023 fanden die alljährlichen Regionenmeisterschaften in Aarau statt. Trotz der heissen Temperaturen erzielten viele Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden neue persönliche Bestleistungen.

Marilou Krienbühl

Sven Rymann konnte in den Disziplinen 110 m Hürden und Hochsprung persönliche Bestleistungen erzielen. Im Hochsprung schaffte er es mit einer Höhe von 1.83 m auf den tollen zweiten Rang. Beim 80 m der U16 weiblich waren drei Athletinnen der LA Nidwalden am Start. Diese waren Sereina Liem, Anja Christen und Leonie Frank. Alle qualifizierten sich für die Zwischenläufe. Anja Christen verbesserte ihre bisherige Zeit und schnitt mit einer neuen PB von 10.79 s gut ab. Sereina Liem sicherte sich einen Platz im Final und erzielte dort den ersten

Rang mit einer hervorragender neuen PB von 10.15 s. Auch über 80 m Hürden gelang Sereina Liem die Finalqualifikation, wo sie mit dem vierten Rang und einer neuen Bestleistung von 12.29 s abschloss. Leonie Frank und Vanessa Feierabend gelang der Einzug in den 600-Meter-Final. Leonie Frank konnte eine neue PB erzielen und Vanessa Feierabend setzte sich bei den U16 durch und ging als Siegerin hervor. Im Diskuswurf bei den U16 weiblich wurde Aline Rymann Vierte und erreichte eine neue PB von 31.13 m. Auch Enya Rohrer erzielte im Diskus bei den U18 weiblich eine neue Bestweite von 30.35 m und gewann das Kugelstossen mit 12.77 m. Im Hochsprung egalisierte Aina Näpflin ihre Besthöhe von 1.40 m.

Wir gratulieren allen Athletinnen und Athleten herzlichst zu den neuen persönlichen Bestleistungen sowie auch den restlichen guten Leistungen.

KANTONALFINAL UBS KIDS CUP

Sarnen, 1. Juli 2023

Am 1. Juli 2023 fand der Kantonalfinal des UBS Kids Cup an einem schönen Sommertag statt. Es nahmen 34 Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden teil. Podestplätze gab es 16 für die LA Nidwalden. Drei dritte Plätze, vier zweite Plätze und neun erste Plätze. Auf den ersten Platz und somit an den Schweizerfinal geschafft haben es: Jasmin Jacober (W7), Julia Jacober (W11), Nora Näpflin (W12),

Clarissa Schmied (W13), Anja Christen (W14), Noah Meierkord (M8), James Achermann (M12), Tim Spichtig (M13) und Moreno Würsch (M14). Neben den drei Disziplinen gab es auch den Topsy Cup, ein Swissmilk-Glace-Stand und eine Festwirtschaft. Alle Teilnehmer/innen bekamen ein UBS Kids Cup T-Shirt.

Tim Spichtig



ELVIRA KEISER

Athletenportrait

Geburtsdatum

20. Juli 1999

Wohnort

Stansstad

Schule/Beruf

Oberstufenlehrerin

Hobbys (nebst Leichtathletik)

Kickboxen, Rennrad fahren,
Freunde treffen

Disziplin(en)

Langstreckenlauf
(vor allem Halbmarathon)

Wie bist du zur Leichtathletik gekommen?

Ich war als Kind kurz im LA Nidwalden dabei. Zwölf Jahre später habe ich es bereut, dass ich damals wieder ausgetreten bin. Die Begeisterung für den Sport und vor allem fürs Laufen habe ich nie verloren. Nebst den vielen Trainings alleine wollte ich noch eine Laufgruppe, welche das gleiche sportliche Niveau hat. Und so entschied ich zwölf Jahre später, mich für ein Probetraining anzumelden.

Wie sieht dein Lieblingstraining aus?

Ich mag alles... ausser 12×300m.

Was ist dein Ritual vor einem Wettkampf?

Bouillon trinken und Couscous zum Frühstück essen.

Welches sind deine sportlichen Ziele?

Marathon um die 3h, Halbmarathon näher an die 1h 20min kommen.



SIEG MIT DER LG UNTERWALDEN AN DER U20-SVM

Alle, 2. Juli 2023

Wie schon vor fünf Jahren nahm ein schlagkräftiges Mädchenteam der LG Unterwalden an der U20-SVM teil und stellte die grossen Stadtvereine in den Schatten. Eine erneute Teilnahme am Europacup kommt aber aufgrund einer Reglementsänderung leider nicht mehr zustande...

Daniel Blättler

Es war ein äusserst spannender Wettkampftag am Sonntag, 2. Juli 2023 in Alle (Jura). Am Schluss durfte das Team der LG Unterwalden an der U20-SVM jubeln und gewann den Wettkampf, welcher als Schweizermeisterschaft ausgeschrieben war. Wie knapp die Mannschaften beieinander lagen, zeigte ein Blick auf die Schlussrangliste: 1. Rang LG Unterwalden (249.5 Punkte), 2. Rang LC Zürich (248 Punkte), 3. Rang ST Bern (240 Punkte)...

Die Athletinnen der LG Unterwalden holten mit Michelle Liem (400 m in 54.70 s) und Shirin Kerber (1500 m in 4:28.21 min) zwei Disziplinsiege und damit je 26 Punkte. Die Staffel in der Besetzung Sereina Liem, Michelle Liem, Selina Odermatt und Vanessa Feierabend lief in 47.97 s auf den hervorragenden zweiten Rang in der einzigen doppelt zählenden Wertung. Mit dieser Zeit liegen sie in der aktuellen Schweizer U20-Bestenliste sogar auf dem zweiten Rang unter den Vereinsteamen.

Weitere sehr gute Resultate lieferten Selina Odermatt mit 14.86 s über 100 m Hürden (3. Rang) und 5.30 m im Weitsprung (4. Rang), Michelle Liem mit 12.12 s über 100 m (3. Rang) und Enya Rohrer mit 10.41 m mit der 4-kg-Kugel (4. Rang). Die beiden U16-Athletinnen Nadine Blättler (LA Kerns) und Lara Binkert (LA Alpnach) ergänzten weitere gute Resultate in den Disziplinen Hochsprung, Speer und Diskus.

Es blieb der Stabhochsprung und damit die Disziplin, welche deutlich am längsten dauerte. Marilou Krienbühl übersprang hier die 2.40 m und liess zwei andere Vereine hinter sich. Damit reichte dem LC Zürich auch der erste Rang nicht mehr, um den Rückstand aufzuholen und das Team der LG Unterwalden gelang nach 2018 zum zweiten Mal ein Sieg an der U20-SVM.

Da der Europacup im Gegensatz zu damals aber nun als gemischter Wettbewerb ausgetragen wird, qualifizierte sich dort doch der LC Zürich, welcher auch bei den Jungs angetreten war. Uns bleibt nächstes Jahr mit der LG Unterwalden aber noch ein Jahr, in welchem wir dieses Kunststück erreichen können. Schliesslich sind alle Girls nochmals startberechtigt und mit Tim Jakob, Sven Rymann, Colin Zumbühl (LA Sarnen), Leon Krummenacher (LA Kerns) und Dino Amstutz steht auch bei den Jungs ein hoffentlich schlagkräftiges Team bereit.



Shirin Kerber



Nino Portmann



Nino Portmann



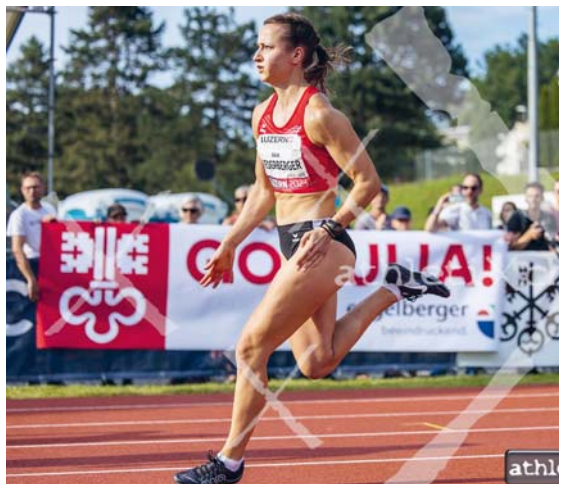
Shirin Kerber



Michelle Liem



Vanessa Feierabend



Julia Niederberger



SPITZEN LEICHTATHLETIK LUZERN

20. Juli 2023

Am 20. Juli 2023 fand in Luzern der hochkarätige Wettkampf «Spitzen Leichtathletik» statt, bei dem einige der besten Athletinnen und Athleten ihr Können unter Beweis stellten.

Lya Niederberger

Nino Portmann lief eine beeindruckende Zeit über 100 m. Mit einer starken Leistung bewältigte er die Strecke in 10.63 s und zeigte damit sein Talent. Nino schrammte ganz knapp an seiner PB von 10.61 s vorbei, aber es zeigt trotzdem, dass er auf gutem Weg ist, sich weiterhin zu entwickeln.

Julia Niederberger zeigte beeindruckende Leistungen, obwohl sie nicht in ihrer Paradedisziplin, den 400 Metern, an den Start ging. Stattdessen bewies sie ihre Vielseitigkeit und Sprintqualitäten auf den kürzeren Distanzen. Die 100 m lief sie in 11.60 s und über 200 m erzielte sie eine neue persönliche Bestleistung von 23.42 s. Trotz des Verzichts auf ihre Spezialstrecke zeigte Julia einmal mehr, dass sie eine herausragende Athletin ist und auch auf anderen Distanzen zu überzeugen weiss.

Michelle Liem behauptete sich mit 54.14 s über die 400-Meter-Distanz und erzielte somit ihre zweit-schnellste Zeit bisher und bewies auf ein Weiteres ihre Ausdauer und Stärke in dieser anspruchsvollen Disziplin.

Bei den U16-Athletinnen wurde das Rennen über 1000 m von Vanessa Feierabend dominiert. Mit einer hervorragenden Zeit von 2:54.44 min stellte sie ihr Können erneut unter Beweis und brachte den Sieg für die LA Nidwalden nach Hause.

Für einmal nicht als Athletin sondern als Tempomacherin leistete auch Shirin Kerber tolle Arbeit. In einem ausgezeichneten Einsatz über 1500 m führte sie das Feld an und trug einen wertvollen Beitrag zu den Leistungen der Athletinnen bei.

Spitzen Leichtathletik war somit ein fesselnder und beeindruckender Event, welcher talentierte Athletinnen und Athleten aus verschiedenen Disziplinen zusammenbrachte, um das Publikum zu begeistern.



EYOF-GOLD FÜR SHIRIN KERBER

Maribor, 23. bis 29. Juli 2023

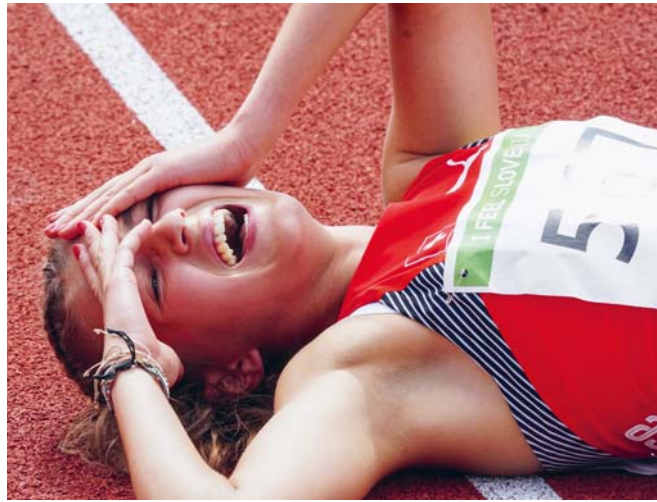
Nach ihrem dritten Rang an der U18-EM im vergangenen Sommer trumpsfte die 17-jährige Athletin zum zweiten Mal im Nationaldress gross auf: In einem packenden Finish entschied sie die 1500 m am EYOF für sich und durfte sich über Gold und eine deutliche neue PB freuen.

Daniel Blättler

Als eine von 24 Athletinnen und Athleten aus der Schweiz wurde Shirin Kerber von Swiss Athletics für das EYOF (European Youth Olympics Festival) selektioniert, welches Ende Juli in Maribor (Slowenien) stattfand. Während einer Woche standen hier die Nachwuchstalente in verschiedenen Sportarten im Einsatz und kämpften um Medaillen. Shirins Vorlauf über 1500 m wäre eigentlich am Donnerstag, 27. Juli 2023 geplant gewesen, doch mangels Teilnehmerinnen wurde dieser abgesagt und am Samstag, 29. Juli 2023 fand direkt der Final mit 16 Athletinnen statt. Eine lange Wartezeit also...

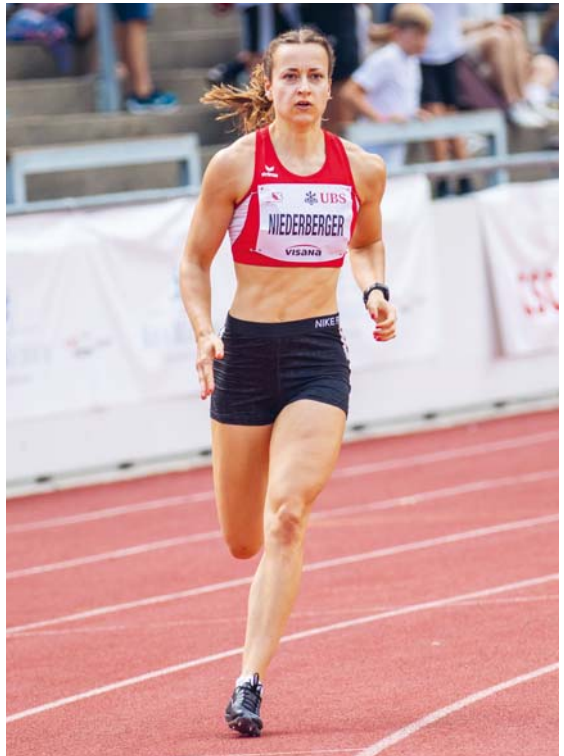
Im Final lief Shirin taktisch geschickt und hielt sich lange im Windschatten ihrer Konkurrentinnen auf. So hatte sie in der letzten Runde als die Post abging noch viel Kraft, um aussen zu überholen. Sie blieb an der führenden Türkin Ayça Fidanogulu dran und kam schliesslich direkt hinter ihr auf die Zielgerade. Vor einem Jahr noch hatte die Türkin die Nase vorn und wurde an der U18-EM Zweite – diesmal liess Shirin nicht locker und machte auf den letzten 50 Metern den Unterschied. Sie übersprintete Fidanogulu wenige Meter vor dem Ziel und erreichte in 4:17.52 min eine deutliche neue persönliche Bestleistung.

Mit diesem Rennen zeigte die 17-jährige Kehrsiterin einmal mehr, dass sie ein Wettkampftyp ist und sich sehr gut auf ihre Saisonhöhepunkte fokussieren kann. Die Geduld, mit welcher Shirin bis ganz am Schluss gewartet hat, war eine taktische Meisterleistung!





Navid Kerber



Julia Niederberger



Michelle Liem



Florian Lussy



SILBERMEDAILLEN FÜR JULIA UND NAVID AN DER AKTIV-SM

Bellinzona, 29. und 30. Juli 2023

Die Athletinnen und Athleten der LA Nidwalden haben an der Aktiv-SM wiederum grossartige Leistungen erbracht. Navid Kerber und Julia Niederberger konnten sogar je eine Silbermedaille mit nach Hause nehmen.

Franz Hess und Daniel Blättler

Julia Niederberger lief mit ihrem Finallauf über 400 m in eine neue Dimension und verbesserte ihre Bestleistung um 0.7 Sekunden auf 51.87 s. Es ist die fünftschnellste Zeit, die je eine Schweizerin gelaufen ist. Nur Lea Sprunger, Anita Protti, Corinne Simasotchi und Giulia Senn, die an dieser SM mit neun Hundertsteln vor Julia gewann, waren je schneller. Mit dieser Zeit erlief sie sich den Swiss-Starter-Status und sicherte sich die Startplätze innerhalb der 4x400-Meter-Staffeln (Mixed und Frauen) für die Weltmeisterschaften in Budapest. Für einen Einzelstart über 400 m hat es leider ganz knapp nicht gereicht. Bei der Qualifikation über das Worldranking war Julia die erste nichtqualifizierte Athletin.

Navid Kerber startete das erste Mal mit Medaillenchancen an einer Aktiv-SM. Der Medizinstudent, der die meisten Trainings in Bern absolviert, konnte seine PB über 800 m im Verlauf der Saison bereits von 1:50.65 min (2021) auf 1:49.36 min senken. In den drei Vorläufen qualifizierten sich je die beiden

Schnellsten direkt für den Final – für Navid klappte dies mit einer 1:53er-Zeit ohne Probleme. Der Final ging unter der Pace des Saisonschnellsten Ramon Wipfli dann schnell los und Navid versuchte sich nach 250 m an Position drei einzureihen. Leider klappte dies nicht und nach einem kleinen Gerangel nahm er mit Position vier Vorlieb. Er passierte die 400 m bei 53 Sekunden und blieb an seinen Vorderleuten dran während die vier Hinteren abreißen lassen mussten. Er wartete in Folge geschickt bis ca. 660 m, bis er zu einem langgezogenen Schlusspurt ansetzte. Einen Konkurrenten überholte er sogleich, der zweite wehrte sich noch erfolgreich bis 20 m vor dem Ziel. So erreichte Navid das Ziel in deutlicher neuer PB (1:48.78 min) als hervorragender Zweiter.

Als dritte Nidwaldnerin war Michelle Liem in Bellinzona am Start. Sie hatte sich im Hinblick auf die U20-Europameisterschaften im August über 100 m und 200 m angemeldet. Am Samstag erreichte sie über 100 m den Halbfinal und am Sonntag über 200 m sogar den Final. Dort lief sie in 24.10 s (PB) auf den hervorragenden fünften Rang.

Auch am Start war Vereinsmitglied Florian Lussy im Dress des STB. Florian startete über 5000 m und lief in 14:22.05 min nur vier Sekunden an der Bronze-medaille vorbei. Er ging das Rennen eher defensiv an und konnte sich im Vergleich zu seinem letzten Einsatz in Paris um sechs Sekunden verbessern.



NINO PORTMANN AN DEN JEUX DE LA FRANCOPHONIE

Kinshasa, 28. Juli bis 6. August 2023

Der Zehnkämpfer Nino Portmann wurde für die Jeux de la Francophonie in Kinshasa (Demokratische Republik Kongo) selektioniert und wurde mit 7329 Punkten hinter Landsmann Daniel Malach guter Zweiter.

Daniel Blättler

Anstelle eines «normalen» Sommers mit Meetings und der Aktiv-SM entschied sich Nino dafür, diesen Sommer zusammen mit Swiss Athletics in die Demokratische Republik Kongo zu reisen, um hier an den Jeux de la Francophonie einen Zehnkampf zu absolvieren. Dieser Multisportanlass findet alle fünf Jahre statt und hat als Ziel, den Austausch unter den französischsprachigen Ländern dieser Welt zu fördern. Leider liess die Organisation des Anlasses sowie auch diejenige von Seite Swiss Athletics zu wünschen übrig. Die Athletinnen und Athleten erhielten die Informationen zu spät resp. erst auf Umwegen und am Anlass gab es am zweiten Tag Verspätung. Zudem kamen die Stäbe per Luftfracht nicht in Kinshasa an, weshalb sich Nino vor Ort mit fremden Stäben aushelfen musste.

Er bewies aber gute Moral und startete über 100 m (10.61 s) und im Weitsprung (7.20 m) mit soliden Leistungen in den Wettkampf. Im Kugelstossen gab es mit 13.86 m einen leichten Dämpfer (54 cm unter der PB), dafür klappte es im Hochsprung mit 1.89 m (Egalisierung PB) dann wieder nach Wunsch. Nach einem soliden 400-m-Lauf in 48.90 s war er dann auch der Führende nach dem ersten Tag. Der zweite Tag startete mässig: Auf 15.25 s über 110 m Hürden und 38.11 m im Diskus folgten 3.90 m im Stabhochsprung. Die 52.51 m im Speerwurf waren wieder nahe an der PB, bevor Nino den abschliessenden 1500 m knapp unter fünf Minuten lief. Das Total von 7329 Punkten reichte hinter Landsmann Daniel Malach zum guten zweiten Rang im Wettkampf. Die Punktzahl lag jedoch deutlich unter den 7502 Punkten, die er Ende April am Zehnkampf in Italien erreicht hatte. Sein Saisonziel wären die 7600 Punkte – hierfür bleibt im Herbst noch genügend Zeit.

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



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!



Wichtig zu wissen:

- Je mehr Registrationsen wir erreichen, desto mehr Beiträge erhalten wir.
- Jeder kann mitmachen - auch unsere Fans!
- 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