

## Isabel Moser am Ball

**BUCHSI** FCH-Clubhaus neu besetzt

Der FC Herzogenbuchsee hat eine Nachfolgerin für die abtretende Raffaella Moccia gefunden. Per 1. März (Neueröffnung auf dem Sportplatz Waldacker) übernimmt die 45-jährige Isabel Moser das Clubhausrestaurant.



Bild: z.V.g.

Clubhaus: Isabel Moser und ihr Team freuen sich auf die neue Herausforderung.

Die verheiratete, zweifache Mutter ist in und um Herzogenbuchsee keine Unbekannte. Sie arbeitete fast zehn Jahre lang als Servicemitarbeiterin beim Tea Room Groggi (in Herzogenbuchsee) und hatte bereits bei der Vorgängerin im Clubhaus ausgeholfen.

Die aus Niederösterreich stammende Isabel Moser freut sich auf die neue Herausforderung mit ihrem Team. Der Clubhausname «Tifosi» wird verschwinden und es wird einen neuen Namen für das Clubhaus des FC Herzogenbuchsee gesucht. Vorschläge nimmt der FCH-Vorstand

gerne entgegen. Bis zur Neueröffnung (am 1. März 2011) steht noch eine intensive aber laut Isabel Moser «spannende» Zeit mit den Vorbereitungsarbeiten an. Sie und ihr Team freuen sich auf die neue, grosse Herausforderung.

Benjamin Biens

## Grossrat Hadorn auf dem Podest

**MELCHNAU** 91 Teilnehmer am Winterschiessen



Bild: z.V.g.

Final Wintermeisterschaft 2011 (stehend): Martin Zaugg, 3. Kat. Armeewaffen, Peter Aeschbach, 2. Kat. Sportwaffen, Fritz Wyssen, Organisator Schützen Melchnau, Walter Schärer, 3. Kat. Sportwaffen, Christian Hadorn, 2. Kat. Armeewaffen. (Kniend:) Die Sieger Daniel Wick (Sportwaffen) und Rolf Hänni (Armeewaffen).

Zum zweiten Mal führte die Schützengesellschaft Melchnau auf der Schiessanlage Fischbächli das Winterschiessen durch. 91 Schützinnen und Schützen befreundeter Vereine nahmen an diesem Schiesswettkampf teil.

In den beiden Kategorien «Sportwaffen» und «Armeewaffen» wurde an den vier Schiessstagen sowie am Finaltag von letztem Samstag um Punkte und Platzierung geschos-

sen. In der Kategorie «Armeewaffen» mit 70 Teilnehmern gewann Rolf Hänni, Thörigen vor Grossrat Christian Hadorn, Ochlenberg und Martin Zaugg, Melchnau. In der Kategorie «Sportwaffen» siegte Daniel Wick, Toffen vor Peter Aeschbach, Herzogenbuchsee und Walter Schärer, Thun.

Nebst dem Wettkampf steht bei diesem Anlass auch das Üben und natürlich auch der gesellige Teil im Vordergrund. Das Winterschiessen wird auch im nächsten Jahr wieder durchgeführt. pd

## Julius Hasler neuer MTS-Präsi

**SCHWARZHÄUSERN** Mittagstisch im 12. Jahr

In Schwarzhäusern wurde der erste Mittagstisch mit der Hauptversammlung abgeschlossen. Lucienne Burkhard gab nach vier Jahren das Amt der Präsidentin an Julius Hasler weiter. Auch die Sekretärin Annemarie Grunder demissionierte. Neu übernimmt Käthi Burkhard diese Aufgabe.

Leicht angepasst wurden die Preise. Bei unverändertem Jahresbeitrag wurden die Kosten für Mitglieder von Fr. 12.- auf Fr. 14.- erhöht. Nichtmitglieder zahlen künftig Fr. 17.- statt wie bisher Fr. 15.-.

Am 9. März, 11. Mai, 22. Juni, 21. September, 26. Oktober und 23. November werden die nächsten Mittagessen im Schulhaus angeboten. In der zweiten Hälfte des Monats August ist wieder ein Spaziergang mit Zvierihalt eingeplant. Das 12. Jahr Mittagstisch Schwarzhäusern wurde mit einer Rosenkohlsuppe mit Ingwer, Apéro-Pastetchen und Wintersalat, Poulet-Geschneitzeltem an Calvados-Sauce und Nougat-Glacé-Torte eröffnet. «S'git, was het: Saisongrächt», lautet das diesjährige Motto.

hls

# Trainingsfusion

**LANGENTHAL** LVL-Schweizermeister macht FCL-Fussballern leichte Beine



Bild: Janosch Hugli

Exklusiver Lauftrainer für die 2. Mannschaft des FC Langenthals: LVL-Spitzenläufer Raphael Salm (stehend 5. von links) lehrt den Kickern von Coach Peter Ruch (stehend ganz links) mit «Flexen» effizientes Laufen ohne Ball.

Mit einem meisterlichen Lauftraining machen sich die Fussballer der zweiten Mannschaft des FC Langenthal jeden Mittwochabend für den Aufstiegskampf in die 2. Liga regional fit: LVL-Spitzenläufer Raphael Salm hat ihnen dafür auf Wunsch ein erfolgversprechendes Programm zusammengestellt. An vier Abenden macht der Langenthaler Schweizermeister U 20 des Jahres 2008 der Truppe von Coach Peter Ruch im Stadion Hard gleich selbst schnelle Beine.

Raphael Salm gehört zu den jungen Spitzenläufern der erfolgreichen LVL-Mittelstreckenrunners (www.lvl-runners.ch). 2008 wurde er Schweizermeister bei den U 20-Junioren über 1000 Meter in der Halle. Seit zwei Jahren startet er mit der Schweizer Leichtathletikelite. Entsprechend dicht ist der Alltag des Hochbauzeichners mit Berufsmatur neben dem Studium von Trainingseinheiten belegt.

Trotzdem hat der 21-Jährige die Anfrage aus dem Kader der zweiten FCL-Mannschaft nach kurzem Abwägen positiv beantwortet: er war bereit, den Fussballern von Trainer Peter Ruch für die Winterpause erstmals ein spezielles Lauftraining zusammenzustellen und das Training an vier Mittwochabenden gleich persönlich zu lancieren und zu coachen.

### Fit ohne Ball

Für jene Spieler im «Zwei», die früher schon im Kader der ersten Langenthaler Mannschaft gekickt haben, sind Lauftrainings an sich nichts neues. Für die jüngeren Spieler aber schon. Sie drehen im Winter üblicherweise Laufunden. Für alle stehen bis Anfang März jeden Mittwochabend erstmals Trainingseinheiten mit einem Laufsportler der Spitzenklasse an. Wichtigste Ziele des rund 60-minütigen Programms von Raphael Salm: Mehr Schnellkraft und Spritzigkeit in den Beinen der Langenthaler Kicker, aber auch ein

gesunder und effizienter persönlicher Stil im Laufen ohne Ball.

### Fix mit Flexen

Raphael Salm trainiert mit den FCL-Spielern eine spezielle Lauftechnik, das «Flexen». Die Fussballer sollen im Idealfall – ähnlich wie Salm als Läufer – einen ökonomischen Laufstil ohne Ball pflegen, bei dem sie weniger Energie verbrauchen als in üblicher Gangart. Mehr war dazu von beiden Seiten nicht zu erfahren, soll das in diesem Winter erlernte und geübte Laufen in den kommenden Entscheidungsspielen um den Einzug in die 2. Liga regional als Zusatzkick und fixe Geheimwaffe greifen. Nur soviel ist am Rande des Trainings von Staff und Spielern zu hören: «Die Zusammenarbeit mit Salm fägt und bringt uns viel.» Raphael Salm gibt das Kompliment gerne zurück: «Ich schätze die neue Herausforderung. Das Training bringt auch für mich neue Erfahrungen.»

Janosch Hugli

## Hervorragende Prognosen

**L'THAL** Dr. Klaus W. Wellershoff zu Gast bei der Clientis Bank Oberaargau

Bereits zum sechsten Mal führte die Clientis Bank Oberaargau ihr Managementforum Oberaargau für Vertreterinnen und Vertreter von regionalen KMU durch. Diesmal drehte sich alles um den Wirtschaftsausblick mit Gastreferent Dr. Klaus W. Wellershoff, welcher hervorragende konjunkturelle Aussichten für die nächsten sechs bis neun Monate voraussagt.

Kürzlich empfing die Clientis Bank Oberaargau rund 150 Personen in ihrem Geschäftshaus Jurapark in Langenthal zum Managementforum Oberaargau. Der Anlass scheint bei den regionalen Unternehmern an immer mehr Beliebtheit zu gewinnen. Nicht nur die Anlässe der Clientis Bank Oberaargau präsentieren sich positiv, Direktor Heinz Trösch teilte mit, dass die Bank an der kommenden Generalversammlung ein gutes und solides Jahresergebnis präsentieren dürfe.



Bild: Nick Hafner

Gut besuchtes Managementforum Oberaargau (v.l.): Heinz Trösch, Direktor Clientis Bank Oberaargau, mit Gastreferent Dr. Klaus W. Wellershoff.

Der diesjährige Gastreferent Dr. Klaus W. Wellershoff ist der Geschäftsführer der Unternehmensberatung Wellershoff & Partner und war zuvor mehrere Jahre UBS-Chefökonom. In Langenthal berichtete er über die positiven Veränderungen, welche konjunkturell auf uns zukommen. «Seit vier, fünf Wochen scheint wieder Normalität eingekehrt zu sein. Wir sehnen uns

geradezu nach ihr», sagte Wellershoff. Die Wahrscheinlichkeit, dass der Franken gegenüber dem Euro stärker wird sei für ihn klein. Der starke Franken werde sich deutlich korrigieren. Laut Wellershoff sind die kurz- und mittelfristigen Wachstumsaussichten eher positiv, auch wenn die Wachstumsraten deutlich tiefer ausfallen dürften als in der Vergangenheit. pd