

Laufbericht, heute von Beatrice Fankhauser

Wie fast jeden Sonntag hat mich auch heute mein Sohn geweckt. Draussen war es nass und neblig, es schrie nicht nach Laufen und doch hab ich mich angemeldet und ich komme!!! Schliesslich kenne ich die Gegend schon ein bisschen, doch laufend hab ich sie nur beim Weihnachts- und Auffahrtslauf gesehen.

Kaum in Gossau angekommen schien die Sonne in voller Pracht, herrlich!

Ich bin eher eine Schnecke auf der Laufstrecke, darum ging ich schon ziemlich früh an den Start. Bald merkte ich, dass ich viel zu warm angezogen war, so schnell wärmte die Sonne die wunderbare Gegend über Gossau und Herisau.

Die vielen Steigungen zwangen mich, diese wackelnd zu erzwingen - nicht meine Stärke, die steilen Hänge hoch. Ich arbeite dran ☺ Doch die Aussicht, die wir geniessen konnten, war jede Mühe wert.

Da ich ein Neuling beim Lauf Cup bin, war es für mich das erste Rennen mit Handicap-Start. Die vielen Läufer die mit hohem Tempo an mir vorbeigerannt sind, liessen es mir bestätigen, dass ich eher eine gemütliche Joggerin bin. Doch ich versuchte einfach mein Rennen zu machen... dann endlich, 2km vor Schluss hatte ich auch noch die Möglichkeit ein paar wenige Läufer/innen zu überholen, ist halt schon ein schönes Gefühl ☺

Der letzte Hang hat es echt in sich, müde und so steil, doch wenn ich ehrlich bin war ich grad froh, konnte ich ein wenig laufen und nochmals Energie tanken für den Schlusspurt. Juhuuu, die 500m Tafel steht da, jetzt ist es wirklich nicht mehr weit bis die Ziellinie kommt.

Meine Laufkollegin steht schon ziemlich erholt am Zielrand und feuert mich nochmals an. !!! G E S C H A F F T !!!

Jetzt freue ich mich auf einen warmen Tee und ein Stück Kuchen, was will man mehr nach einem wunderbaren Lauf durch Wald und Wiese, durch eine Gegend die wirklich wunderschön ist. Ich bin auf weitere Lauf Cup Strecken gespannt.

Für mich ist Joggen erholen, schwitzen, kämpfen und seine Grenzen finden. Mein Traum, irgendwann einen Marathon zu laufen.

Erholt euch gut, bis in Bischofszell

Weitere Mitteilungen

Nachdem die ersten drei Austragungen des Gossauer Laufs bei Regen und Morast stattgefunden haben, wurden heute die Organisatoren und Läufer/innen mit schönem Wetter belohnt. Das Verpflegungsteam war gefordert. Wegen des überraschend warmen Wetters tranken die 511 Teilnehmer doppelt so viel als üblich. Das routinierte Verpflegungsteam war gefordert. Doch auf dem Trockenen sitzen musste Niemand, auch wenn das eine oder andere Lieblingsgetränk vielleicht schon früh aufgebraucht war.

Ganz herzlichen Dank den lokalen Organisatoren um Florian Kobler, Thomas Kliebenschädel, Nik Lehmann, Andrea Knill und ihren Helfern. Ebenfalls ein herzlicher Dank geht an Norbert Thaler vom Sportamt der Schulgemeinde Gossau!

Herzlichen Dank für die 51 gespendeten Kuchen

Nadia Ricklin, Katrin Vögeli, Yvonne Knill, Ralf Zuber, Aliji Bujalin (2x), Tamara Snippe, Claire Eiling, Peter Suhner, Peter Müller Z., Anny Müller (2x), Christina Knup, Helene Bosshart, Raja Schönholzer, Cäcilia Fink, Pirmin Wenk, Beatrice Eberle, Tanja Schmitter, Heini Schiess, Alice Etter, Pascal Keller, Pia Lehnerr (2x), Corinne Solèr, Conny Lutz, Gaby

Oertle, Yvonne Dürr, Liselotte Gähwiler, Tanja Hablützel, Sandra Sägesser, Jürg Koller, Stefan Fecker, Mägi Frei, Tamara Rimann, Michael Eggenschwiler, Gertrud Schnider, Martin Landolt, Thomas Bissegger, Isabel Spielmann, Berit Gossner, Robin Stacher, Reto Stacher, Edith Rechsteiner, Regula Vetsch, Susanne Pfister,
sowie die Honiggewinner: Adrian Bächle, Irene Lehmann, Nicole Ricklin, Pascale Siebenmann und Manuela Lauener - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

Start- und Ranglisten zum Drucken: Home / Archiv / 2018/19

Die Start- und Ranglisten zum Drucken findet man als pdf-Datei im Archiv.

Die Aufschaltung der Rangliste erfolgt jeweils erst einige Tage nach dem Lauf, nach Bereinigung sämtlicher Unklarheiten des Zieleinlaufs.

Die Startliste wird jeweils 2-3 Tage vor dem Lauf aufgeschaltet.