

Laufbericht, heute von Bruno Beutler

Die Weihnachtstage und das Neujahr gehören bereits der Vergangenheit an. Über diese Tage standen Familienbesuche mit üppigem Essen an. Auch mit Freunden ging die Zeit wie im Flug vorbei, nicht nur im Training sondern eher mal gediegen. und bequem....

Schön gibt es Ihn wieder.....auch im neuen Jahr.....die offenen Termine.....der Laufcup-Serie. Nur der Gedanke daran lässt den einen oder anderen bei Festessen etwas vorsichtiger zu greifen, den das alte Lied; Hast du zu- oder ab-genommen....?? schwirrt in vielen Munden herum, warum Man(n) und Frau nicht mag.... Selbst am runden Tisch mit Freunden ist dieses Essensthema, Kalorienverbrauch, oder Fettverbrennung, welcher Pulsbereich läufst du, mit was für einer Uhr und wie zufrieden bist du damit etc. etc. ist immer wieder zu hören.

An dieser Stelle wünsche ich den Lesern und Leserinnen ein gesundes, glückliches, unfallfreies, sportliches neues Jahr 2019!!!!

Ehrlich gesagt brauchte es heute von mir und meiner Lebenspartnerin etwas Überwindung bei diesem Schmuddelwetter an den Start zu treten, aber da es doch unser Home-Run ist oder war, motivierte es uns doch diesen mit Freuden zu laufen. Dies mit dem Motto; es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleiderwahl...oder so ähnlich....

In den Umkleidekabinen hörte man ähnliches; dass es so nass, rutschig sei. Dies war beruhigend zu hören, dass wir nicht die Einzigen waren, die so dachten und fühlten. Schön ist, dass wir alle dies doch freiwillig machen, mit der Gewissheit doch gesund sein zu dürfen sich zu bewegen.

Am Start selbst hiess es sich etwas warm zu halten bis es um 09:56 Uhr losging.

In den ersten Metern, vor allem in der Wiese, merkte man wie der Boden weich und schmierig war, da hiess es verhalten und vorsichtig zu Laufen um einen Rutscher oder gar einen Sturz zu vermeiden. Im Wald lag mal mehr mal weniger Schnee und zum Teil doch grosse Wasserlachen und -pfützen. Daher musste in diesen verschiedenen Gelände, immer wieder der beste Grip oder die beste Spur gesucht werden.

Die Anstiege empfand ich es als gut hoch zu laufen, man musste sich generell etwas durchschlängeln und die Position suchen. Im Wertbühl hörte man kleine und auch grosse Seufzer der Erleichterung und auch ich war froh auf dem höchsten Punkt dieses Laufes zu sein.

Von da an ging es ja mit Erleichterung und mit grossen Schritten den Berg hinunter.

Unten an der Thur angekommen ging es in den kurzen engen Trail, auf diesem musste jeder doch vorsichtig laufen. Ich war froh diesen mit wenig "Verkehr" gemeistert zu haben.

Jetzt vor der Brücke gingen meine Beine doch noch recht gut in Richtung Heimwärts, dies vielleicht auch mit dem Gefühl, auf heimischen Wegen laufen zu können.

Vor der Laufbahn bekundete ich doch etwas Mühe in den rutschigen und unebenen Wiesen- und Schnitzel-Passagen.

Jedoch mit einem Glücksgefühl und der Gewissheit, dass dies für mich und meine Verhältnisse ein schneller Lauf war, lief ich zufrieden im Ziel mit einer Zeit von 01:18:13 ein.

Dort spornte ich, mit den anderen Lauf-Cuplern und Lauf-Cupplerinnen, die Teilnehmer die ins ins Ziel liefen, noch an. Nun folgten die schönen Minuten, in denen noch rege Erlebnisse und Gefühlskapriolen zum Lauf ausgetauscht werden und dies finde ich auch immer schön.

Auf diesem Weg möchten wir allen gratulieren für die tollen sportlichen Leistungen welche alle an den Tag legen. Auch für Erika und ihr Team, mit Ihrem Mann Jürg, einen grossen Dank für die Organisation und das Kuchen- und Getränke-Bufferet.

Allen eine gute Erholung und auf ein gesundes Wiedersehen an den weiteren Läufen.

Sportliche Grüsse
Bruno & Silvia

Weitere Mitteilungen

Die Fitnessriege Weinfeldten hat zum 2. Mal den Weinfeldler Lauf organisiert. Mitgeholfen haben. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei Streckenchef Werner Schönholzer und seinen Kollegen der Fitnessriege.

Herzlichen Dank für die 27 gespendeten Kuchen

Nicole Ricklin, Arnold Kappeler, Christina Knup (2x), Alice Etter, Simon J. Walther, Peter Suhner, Anna Sergi (2x), Cäcilia Fink, Gertrud Schnider, Raja Schönholzer, Ruth Hug, Annemarie Alther, Claire Eilinger, Rita Wiget, Tanja Frick, Christa Huber, Aliji Bujalin, Miriam Rüthemann, Simon Kiebler,

sowie die Honiggewinner: Thomas Kliebenschädel, Doris Tschäppeler, Monika Jung, Anny Müller (2x), Hansruedi Wolfer - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.