

## **Laufbericht, heute von Niklaus Lehmann**

Raus aus den Federn, rein in die Laufklamotten, ein Blick durch's Fenster Richtung Alpstein (stock dichter Nebel) aber ich bin mir ganz sicher, das wird ein richtig guter Tag. Obschon, Mann/Frau muss den Tatsachen in die Augen schauen: der Gossauer Lauf ist mit seinen 12km keine Wahnsinnsnummer, mit 321 Höhenmetern aber ohne Seinesgleichen, aber dazu später.

Als ich um viertel nach Neun dann in der Sporthalle Buchenwald eintreffe ist die Stimmung wie gewohnt ausgezeichnet. Die Zeitnehmer haben ihre Positionen eingenommen und die Kuchen-und Teedamen- und Herren sind wie immer bestens gelaunt und bedanken sich bei jedem mitgebrachten Kuchen mit einem humorvollen Kommentar. Silvia will bereits ein Foto von mir schiessen hat sich aber eher auf den Kuchen fokussiert. Auch Nöbi Thaler, der Gossauer Sportminister beobachtet mit Argus-Augen aber sichtlich zufrieden das Geschehen.

Dann, kurz vor zehn Uhr geht's los. Am Reitstall vorbei, durch den wunderschön gefärbten Buchenwald, dann folgt bereits der erste Aufstieg zum Rain und von dort weiter zur Hueb. Danach folgt ein Single-Trail in Richtung Schochenberg an einem alten Grenzstein vorbei, der vermutlich viel Historisches über diese Kantonsgrenze berichten könnte. Vom Weiler Schochenberg geht's dann (Gott sei Dank) mal einige Meter bergab bevor's dann richtig steil bis in's Waldstück unterhalb der Ruine Rosenberg und weiter zum genial gelegenen Aussichtspunkt Rüti geht.

**Apropos Aussicht:** fast 100 gefühlte Male konnte ich schon den Säntis von hier oben sehen und geniessen. Fast wie beim Jungfrau Marathon der plötzliche Anblick von Eiger, Mönch und Jungfrau....o.k. nur fast, und heute brauchte man Fantasie, der Nebel war stärker.

Nach der Rüti dann der berühmt-berüchtigte Abschnitt mit dem Single-Trail, der recht steil abfallenden Wiese und dem anschliessenden Treppenabstieg. Dank der ausgezeichneten Beschilderung der Streckenverantwortlichen konnte ich diesen Bereich ohne Einbezug anderer Körperteile nur mit den Beinen bewältigen. Dann weiter durch den Roserwald wieder runter in's "Tal" an der Bruggwies vorbei. Und dann DAS!!! Die eingangs erwähnten Höhenmeter. Entweder man liebt den "Gossauer" oder man respektiert ihn einfach. Der Aufstieg wieder hoch zum Rain fordert uns Alle. Wo links und rechts von mir noch emsig diskutiert, politisiert und getratscht wurde, herrscht plötzlich Totenstille. Ich höre nur noch lautes Schnaufen und spüre wie sich meine Schrittlänge auf ein absolutes Minimum reduziert. Oben angekommen aber die Erlösung. Die letzten 2 Kilometer noch auf leicht abfallenden Neben-und Waldtrassen zurück zum Ziel fühlen sich da schon wesentlich erholsamer an.

Im Ziel dann das wunderschöne Kuchenbuffet, die Teevariationen, die angeregten Diskussionen und Analysen, die warme Dusche und die anschliessende Rangverkündung mit Jürg Bruggmann.....einfach genial, vielen Dank.

Ich hab's ja gewusst, das wird ein richtig guter Tag. Also dann, bis zum nächsten Mal, ich freu mich drauf!

### **Weitere Mitteilungen**

Streckenchef Florian Kobler hat zusammen mit Thomas Kliebenschädel und Nik Lehmann zum 5. Mal den Lauf in Gossau organisiert. Wir bedanken uns ganz herzlich bei diesen drei Organisatoren und ihren Helfern vom LSV Region Gossau, sowie bei Norbert Thaler vom Sportamt der Schulgemeinde Gossau.

### **Herzlichen Dank für die 34 gespendeten Kuchen**

Raja Schönholzer, Bettina Kliebenschädel, Liselote Gähwiler, Arnold Kappler, unbekannt, Walter Oertle, Thomas Kliebenschädel, Martin Landolt, Claire Eilinger, Doris Tschäppeler, Monika Jung, Oriana Oertig, Alice Etter, Anny Müller (2 Kuchen), Gabriel Bleichenbacher, Melina Flammer, Ruedi Rohner, Florian Kliebens, Stefan Fecker, Peter Suhner, Günther Baumann, Christa Huber, Helena Bösiger, Irene Lehmann, Svenja Kobelt, Gertrud Schnider, Ragna Zulian, Berit Gossner

**sowie die Honiggewinner:** Cäcilia Fink, Concetta Bösch, Helen Zuber, Nadija Ricklin und Nicole Ricklin - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

10.11.2019/jb