

Laufbericht, heute von Nina Kreisherr

Samstag, der 9. Februar 2019, 17:20, das Wochenende ist schon wieder halb vorbei, und der Frauenfelder Lauf bereits Geschichte. Für mich eine sehr spannende, aber dazu später mehr. Auf dem Weg von Niederwil SG nach Frauenfeld zeigte sich das Wetter von seiner besten Seite, und ich habe wirklich überlegt, ob ich bei 10.5 Grad und Sonne nicht vielleicht doch nur im Shirt laufen sollte. Kaum in Frauenfeld angekommen, zogen allerdings dunkle Wolken auf und es fing an zu regnen. Somit fiel die Entscheidung zugunsten Langarm-Shirt plus T-Shirt plus Kappe plus Halstuch plus Handschuhe. Der Regen hat schnell wieder aufgehört und der Wind war zwar manchmal unangenehm, aber zwischendurch kam er auch mal von hinten. Und bekanntlich haben wir alle die gleichen Bedingungen - alles in allem gute Bedingungen für die 320 Teilnehmer und das Kuchenbuffet hat die kurzen Schauer auch überstanden.

Es gab heute gleich zwei neue Streckenrekorde, von Corina Hengartner in 50:11 und von Fabi Downs in 42:57 mit einer Wahnsinnspace von 3:18!! Beide haben mich überholt, und dann noch der OL-Läufer Martin Hubmann – Da fühle ich mich kurzfristig wie eine lahme Ente. Echt cool, dass der Lauf-Cup sowohl Profis als auch Genussläufer anzieht.

Mir gefällt der Frauenfelder Lauf. Ein wenig Auf und Ab, jedoch nie steil, die Wege breit genug zum Überholen, insgesamt eine schöne schnelle Strecke. Wobei ich meine ersten beiden Frauenfelder ganz schlimm in Erinnerung habe. Bei meinem ersten waren es ca. -14 Grad, es muss 2012 gewesen sein, und ich war am Morgen erst aus einem 3-wöchigen Keniaurlaub zurückgekommen. Der absolute Schock! Und beim zweiten bin ich es zu schnell angegangen und war ab der Mitte am Ende. Aber seitdem läuft es in Frauenfeld. Und heute sicher mit persönlicher Bestzeit dank besonderem Ansporn.

Ja, ich gehöre zu den taktischen Läufern, sogar zu den wenigen, die es zugeben. Vor zwei Jahren war es wirklich noch Zufall, ich bin in Speicher mit Kollegen gelaufen und habe die Strecke genossen, hatte dann eine längere Pause, und danach konnte ich mich jedes Mal steigern. Diese Saison dann also strategisch, den ersten nicht zu schnell, und immer ein wenig steigern. So war ich vor dem heutigen Lauf auf dem 2. Frauenrang, und startete mit dem Ziel, mich an die Spitze zu kämpfen. Vom Start weg wurde ein hohes Tempo gelaufen, vorne weg in unserer Gruppe der Andrin, zu dem ich wieder aufschliessen konnte und mit dem ich während des ganzen Laufs immer wieder die Position getauscht habe. Danke für die Motivation, Andrin! Wir konnten einen Läufer nach dem anderen überholen, und schon ab km 7 wurde das Feld immer dichter. Auf dem letzten Kilometer waren wir fast wieder alleine und haben noch einen schönen Endspurt hinlegen können.

Die Rangliste war mal wieder in Nullkommanichts online, da machen die Verantwortlichen einen super Job! Mit meiner Zeit bin ich überglücklich, und ich konnte mir einen ordentlichen Punktevorsprung herauslaufen. Mal sehen, was Götighofen bringt – den zweiten Rang gesamt werde ich wohl nicht halten können, aber vielleicht den ersten Rang unter den Frauen.

Weitere Mitteilungen

Zum 27. Mal hat der Lauf in Frauenfeld, zum 9. Mal unter der Leitung von Streckenchef Erich Gentsch, stattgefunden. Im Februar 2020 werden wir ein letztes Mal auf dieser Strecke, welche bis ins Zürcher Kantonsgebiet führt, starten. Ob anschliessend wiederum ein Lauf in Frauenfeld, in einem anderen Gebiet, gestartet wird, ist im Moment noch nicht klar.

Für die Durchführung des Laufs bedanken wir uns herzlich bei den Ehepaaren Erich und Yvonne Gentsch und Erwin und Liselotte Bertschi, sowie bei den Helfern des LSV Frauenfeld. Ebenfalls ein grosser Dank für die Benützung des Firmengeländes und der Kantine geht an die Zuckerfabrik und an die Firma Amacker & Schmid.

Herzlichen Dank für die 22 gespendeten Kuchen

Fabienne Somm, Tamara Rimann (2x), Nina Kreisherr, Manuela Lauener, Doris Tschäppeler, Anny Müller (2x), Enrico Monego, Rosmarie Keller, Claire Eilinger, Herbert Fatzer, Anna Sergi, Silvia Portner, Bea Fankhauser, Cäcilia Fink, Manuel Jacomet, Regula Vetsch, **sowie die Honiggewinner:** Köbi Frischknecht, Christina Knup, Yvonne Dürr, Raja Schöholz und Gertrud Schnider - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

Schlusslauf in Götighofen

In zwei Wochen treffen wir uns zum letzten Lauf in Götighofen. Neustarter erhalten am Schlusslauf die Startnummer zum halben Preis (Fr. 10.00) - eine gute Gelegenheit eure Läuferkollegen/kolleginnen für einen Schnupperlauf zu motivieren.

Aufgrund der schwierigen Parkplatzsituation bitten wir euch, möglichst **in Fahrgemeinschaften anzureisen**.

In Götighofen stehen zwei Streckenlängen zur Auswahl. Die traditionelle Strecke führt über 20.4 km. Um den für längere Distanzen nicht erprobten Teilnehmenden den Start ebenfalls zu ermöglichen, wurde 2007 erstmals eine Kurzvariante eingeführt:

Die Teilnehmenden brauchen sich beim Start noch nicht zu entscheiden, welche Distanz sie wählen möchten. Die ersten 12 km sind bei beiden Varianten identisch. Nach der Traverse des Golfplatzes, in Buchackern, wird die Strecke entzweit:

- Die Kurzdistanz führt nach links, Richtung Süden. Es dauert noch 1.0 Kilometer bis ins Ziel beim Schulhaus Götighofen.
- Die Langdistanz führt in Buchackern geradeaus, Richtung Westen. Der Lauf dauert noch 8.2 Kilometer. - Ca. 400 Meter nach der Verzweigung werden auf der Langdistanz Getränke angeboten.

Punkte für das Gesamtklassement:

- Langdistanz: Sieger: 100 Punkte, Letzter 40 Punkte
- Kurzdistanz: Sieger: 80 Punkte, Letzter 30 Punkte

Im Anschluss an den Lauf findet in der **Turnhalle Götighofen das Rangverlesen** statt. Der Dorfverein Götighofen betreibt für den Lauf-Cup eine Festwirtschaft. Das OK Lauf-Cup freut sich, wenn viele Läuferinnen und Läufer dabei sind.

Transponderabgabe: Bitte den Transponder beim Ziel abgeben. Andernfalls den Transponder (ohne Plastikhülle und ohne die Startnummer) senden an: Dino Lioi, Brückenstr. 7b, 8280 Kreuzlingen

Weitere [Fotos aus Frauenfeld](#) von Robin Bissegger