

Laufbericht, heute von Kevin Thoma

Running ist...

...wenn's läuft, egal bei welchem Wetter.

Nach Berlin ist vor dem Laufcup habe ich mir am 29. September, also vor genau vier Wochen, gesagt. Zwei Veranstaltungen, die verschiedener nicht sein könnten und doch steht bei beidem dasselbe im Zentrum: Running.

Der wohl grösste Unterschied zeigt sich in den anwesenden Personen. 36.544 Finisher dort, 405 Finisher hier, oder rund eine Million Zuschauer dort und 101 Zuschauer hier. Wobei ich heute im Speicher noch zwei Pferde gezählt habe und in Berlin kann ich mich definitiv an keine Pferde am Streckenrand erinnern... Nichts desto trotz war Berlin ein absolutes Highlight, was ich jedem Läufer nur empfehlen kann.

So weckte mich am heutigen Morgen der Wecker um 06.45 Uhr und beim Blick aus dem Fenster überlegte ich mir tatsächlich, doch lieber im Bett zu bleiben. Dies war aber schlussendlich doch keine Option, denn auf die Frage eines Kollegen diese Woche, warum ich denn laufe, antwortete ich ihm, "Warum läufst du nicht?", und so hätte sich ein Rückzieher doch eher schlecht erklären lassen.

Also gabs Zopf und Nespresso zum Zmorgen und noch ein wenig Ovi, da ich mir beim ersten Lauf seit Berlin doch etwas Zeit lassen wollte - Man bedenke das Handycap - und es mit Ovi ja bekanntlich nicht besser geht, aber auf jeden Fall länger. Um 07.50 Uhr fuhren mein Vater und ich, mit der Hoffnung nach traditionell gutem Wetter nach Speicher. Das frühe Startnummernabholen war nämlich Teil unseres Deals mit Lisa Hasse, die uns, wir sind das neon-gelbe "Team Jäckli & Seitz", die Startnummern 101-106 besorgen würde und so waren wir mit Abstand die ersten die an diesem grauen Morgen die Startnummern abholten. Die pickfeine Organisation beim Startnummernbezug erinnerte uns ein wenig an Berlin, wobei es dort scheinbar Läufer gab, die bis zu 60 Minuten auf Ihre Startnummer warten mussten... Der familiäre Rahmen am Laufcup hat eben auch seine klaren Vorteile.

Als wir uns um 09.40 Uhr in Richtung Start aufmachten, fiel wieder etwas Regen vom Himmel, der Wind wurde stärker und ich überlegte mir, ob ich nun doch noch Ärmel mitnehmen sollte. Mein Entscheid, darauf zu verzichten, bestätigte sich später, das Wetter war ja geradezu optimal für uns Läufer.

Die Zeit bis zum Start um 10.00 Uhr überbrückten wir unter einem kleinen Dachvorsprung und freuten uns darüber, dass das Startfeld heute nur rund 400 Personen hatte, was auch bedeutete, dass der Start dann bedeutend ruhiger war, als noch in der deutschen Hauptstadt. Doch heute wollte ich sowieso nicht auf Resultat laufen und schonte meine Kräfte noch ein wenig im Hinblick auf die Handycap-



Berechnung. Mein Vater, ein unglaublich guter Taktiker, hatte uns speziell für das heutige Rennen einen Marschtabelle (siehe Bild) angefertigt, an welche wir uns ziemlich gut hielten. Man will sich das Leben ja nicht selber schwer machen.

Rund vier Wochen habe ich meine Beine nun erholen lassen, drei kleine Erholungsläufe und zehn Tage OLMA, die den Laktatabbau hätten beschleunigen sollen. Aber eigentlich habe ich die zehn Sündentage heute bergauf vorallem bereut, während die Schützengarten-Power beim Abwärtslaufen dann doch auch etwas Positives hatte.

Nach 58 Minuten, lustigen Gesprächen mit anderen Lauf-Cuplern und doch einigen Schweißstropfen, erreichten mein Vater, Claude Allenspach und ich zusammen und einheitlich in neon-gelb das Ziel und dann merkte ich auf einmal, was ich ja doch so schmerzlich vermisst habe, in der Lauf-Cup-losen Zeit; das geniale Kuchenbuffet... Es war in Kombination mit dem leckeren Früchtetee einmal mehr sensationell.

Und so machten wir uns zufrieden, unverregnet und mit angeregtem Magen auf den Heimweg Richtung St.Gallen. Es ist schön, dass wir den legendären Laufcup wieder zurück haben.

P.S.: Den virtuellen Bleistift für den nächsten Laufbereich gebe ich an Helena Bösiger weiter, sie hat sich freiwillig beim OK zur Verfügung gestellt. Herzlichen Dank auch von meiner Seite.

Weitere Mitteilungen

Noldy Graf hat zum 17. Mal den Lauf in Speicher organisiert. Mitgeholfen haben Hans Merz und Silvan Frei. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei den lokalen Organisatoren und dem Team der Festwirtschaft.

Wir suchen dringend eine Person für die Mithilfe bei der Dateneingabe

Auftrag: Daten der Neubezüger in Excel-Tabelle eintippen.

Zeitaufwand: Ca. ½ Stunde, während dem Lauf (kann deshalb nicht von einer/m Teilnehmer/in ausgeführt werden).

wie oft? Diese Person muss nicht an jedem Lauf dabei sein (es dient uns auch, wenn wir 2 Personen finden, die ein 50%-Pensum übernehmen).

Wir sind sehr dankbar, wenn sich eine nicht laufende Begleitperson zur Verfügung stellt, bitte melde dich bei juerg.bruggmann@bluewin.ch.

Herzlichen Dank den 25 Kuchenspendern

Dario Lauener, Nadia Ricklin, Paul Ricklin, Gertrud Schnider, Judith Stäheli, Monika Jung, Cäcilia Fink, Walti Schäfer, Miriam Rohner, Marcel Dünner, Mägi Frei, Erika Bruggmann, Thomas Kliebenschädel, Albert Fässler, Reto Sonderegger, Lydia Rutz, Christoph Weiler und dem OK Oberuzwiler Dorflauf,

sowie die Honiggewinner: Martin Grogg, Anny Müller, Helene Bösiger, Silvan Frei (2 Kuchen), und Christa Huber (2 Kuchen) - wer den gewonnenen Honig noch nicht mitgenommen hat, kann ihn beim nächsten Lauf abholen.