

Laufbericht, heute von Marlies Gmür

Gut habe ich meinen persönlichen Wetterfrosch!

Im Handy lese ich: morn am 10i sölls noni so warm ond sonnig si, ech wörd trotzdem churz laufe.

In der Garderobe sind sich viele unschlüssig. Langärmlig oder churzärmlig? Stirnband? Oder gar Händsche??

Als ich meinen erhaltenen Rat weitergebe, meint jemand, dass sie sicher nicht auf einen Mann höre bei Temperaturfragen...

Ich verlasse mich auf meinen Wetterfrosch und habe Glück, denn es fühlt sich wunderbar an, in kurzen Hosen und T-Shirt durch den frischen Morgen zu rennen.

Endlich wieder Mal ein Lauf bei kühleren Bedingungen!

Ich starte in einer Traube von Läufern. Schnell wird's eng und wir kommen anfangs nur langsam vorwärts. Erst mit der Zeit gibt's Luft und da es so schön kühl ist, macht es mir Spass, Gas zu geben. Es geht hinauf und hinab, wieder hinauf und wieder hinab, immer schön im Wechsel.

Gut habe ich die Aussicht schon vom Trogener Bähnli aus genossen, denn während dem Lauf ist mein Blick auf die schönen Wege vor mir gerichtet, auf Wurzeln und Steine - und auf Kurt, aber das folgt später.

Die tiefe Herbstsonne begleitet uns und verzaubert die hügelige Appenzeller- und St.Galler Landschaft.

Irgendwann überhole ich Tamara und Nina, die gemütlich miteinander plaudern und wohl am punkten sind. Ich hingegen genieße das Austoben und lasse sie ganz unüblicherweise hinter mir.

Da, da vorne mit den langen Jogginghosen (hat wohl keinen so verlässlichen Wetterfrosch wie ich) - ist das nicht Kurt?

Den will ich noch haben!

Ich passiere den Schnuggenbock und kann bei den folgenden Steigungen kaum die wunderbare Aussicht genießen, denn ich habe nur noch Augen für Kurt.

Bald habe ich's geschafft! Juhuu , kurzes Hoisagen und dann rausche ich (gefühlte) weiter und denke bei mir:

Dies ist ja der schönste Laufcuplauf!



Weitere Mitteilungen

Am 07.12.1997 wurde erstmals ein Lauf im Kanton Appenzell (AR) durchgeführt. Noldy Graf hat seinerzeit den Lauf-Cup nach Speicher geholt und zusammen mit Hannes Merz und Silvan Frei die Strecke beschildert. Heute durften wir bereits zum 27. Mal auf der gleichen Strecke starten und noch immer ist das gleiche Trio für die einwandfreie Organisation zuständig. Auch die Festwirtschaft wird bereits seit vielen Jahren von Ursula und Peter Roth geführt. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich beim Team aus Speicher.



Kleine Streckenänderung im Schlussteil in Weinfeldern

Beim zweiten Lauf gibt es regelmässig Läuferinnen und Läufer, welche nicht zur richtigen Zeit zum Start kommen. Es gilt zu beachten, dass am kommenden Wochenende auf **Winterzeit** umgestellt wird, der Start jedoch **eine halbe Stunde früher als in Speicher, bereits um 09.30 Uhr** stattfindet.

Wegen einer Hundesport-Veranstaltung wird die Strecke auf den letzten vier Kilometern kleine Änderungen erfahren. Diese Streckenänderungen haben keinen Einfluss auf die Distanz von ca. 14.9 km. - Für die konstruktive Zusammenarbeit mit dem Zughundesportverein DCT Dog Cart Thurgau bedanken wir uns und wünschen auch den Vierbeinern mit ihren Haltern ein schönes Rennerlebnis am nächsten Sonntag.

Fotos vom Lauf

Ruedi Rohner wird neu dafür besorgt sein, dass wieder eine breitere Palette an Fotos zur Verfügung stehen. Er wird seine selber geknipsten oder die ihm zugestellten Fotos verwalten und auf unserer Website veröffentlichen (siehe Laufort, „Fotos vom Lauf“).

Beitrag aus dem Lotteriefonds

Auch in diesem Jahr darf der Lauf-Cup wieder von **Swisslos** profitieren. Wir bedanken uns beim **Sportamt Thurgau**, welches unsere Veranstaltung zu schätzen weiss.





Herzlichen Dank für die 32 gespendeten Kuchen

Irene Lehmann, Arnold Kappeler, Peter Müller Zihlschlacht, Enrico Monego, Yvonne Dürr, Elsbeth Hofer, Svenja Kobelt, Gertrud Schnider (2x), Manuela Lauener, Nicole Ricklin, Gallus Thoma, Rahel Jud, Silvan Frei, Alice Etter, Erika Bruggmann, Doris Tschäppeler, Karin Arnold, Günter Baumann, Marlies Gmür, Stefan Schumacher, Claudia Tesch de Oliveira, Liselotte Gähwiler, Ronja Studerus, Cornne Schenk, Roland Wild,

sowie die Honiggewinner: Sandra Wirth, Andrea Schär, Rebecca Bruggmann, Anny Müller (2x) und Cäcilia Fink. Die Verlosung unter den Kuchenspendern findet jeweils beim Rangverlesen in der Festwirtschaft statt (s. Programm: „Treffpunkt nach dem Lauf“). Wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

Speicher, 22.10.2023, Jürg Bruggmann, Präsident Verein Lauf-Cup