

Laufbericht, heute von Fabienne Schnyder

Der Blick heute Morgen aus dem Fenster – hellgrau-weiss, Nachbars Haus nur unklar sichtbar – verlockte mich fast dazu, im Bett zu bleiben und noch eine Runde weiter zu schlafen. Dann blitzte der Gedanke auf, dass ja heute der letzte Lauf vor Jahresende ist und ich zudem den Bericht versprochen hatte, also zwei handfeste Gründe, um der Versuchung zu widerstehen. Die Runde muss somit draussen bei Minusgraden rennenderweise absolviert werden, das Bett kann warten.

Der nächste, an allen Läufen wiederkehrende Gedanke widmete sich der Kleider- und Schuhwahl. Nebel, trocken, kalt, einige Strassenabschnitte, flache Flur- und Waldwege – der Trailschuh musste zu Hause bleiben, die Handschuhe und das Stirnband hingegen durften keinesfalls vergessen gehen.

In Sulgen hatten bereits die ersten Läuferinnen und Läufer die Startlinie passiert und liefen mir entgegen, als ich gerade aus dem Auto stieg. Das ist jeweils der Moment, in dem mir das Lauf-Cup-Phänomen immer bewusst wird: Die Ersten starten, wenn die Mittleren in Richtung Garderobe spazieren, die Letzten bereiten sich vor, wenn die Mittleren schon auf der Strecke sind. Und am Schluss kommen wir, zumindest gefühlt, alle fast gleichzeitig im Ziel an. Computer sei Dank.

Blumige Worte über ein schönes Bergpanorama oder eine wunderbare Aussicht wären im heutigen Bericht wohl deplatziert. Die Farbtupfer im nebligen Grau-in-Grau bildeten wir Läuferinnen und Läufer - gelbe, orange, pinke Laufshirts, rote, blaue hellgrüne Laufjacken, Schuhe und Mützen in knalligen Farben – ein farbiger Tatzelwurm quer durch die Region Sulgen.

Eigentlich gehört diese Strecke zu den flachen Läufen, so ein richtig knackiger Aufstieg wie in Henau, Bischofszell oder Gossau fehlt. Extrem viele Höhenmeter kommen auch nicht zusammen. Aber wahrscheinlich ist es der Lauf mit den meisten Treppenstufen, eine nicht zu unterschätzende Rhythmus-Unterbrechung, nicht nur zu Beginn, auch mittendrin. Wer weiss, wie viele Stufen es waren? Es waren genau ... keine Ahnung. Ehrlich, auch ich habe nicht mitgezählt.

Aber ein anderes Detail habe ich mir gemerkt: «Durch diese Hohle Gasse musst du gehen, es führt kein anderer Weg nach ...» Ja, in der Tat, wir wurden heute durch die Hohle Gasse geführt. Natürlich gäbe es noch andere Wege zum Schloss Bürglen, das im 13. Jahrhundert errichtet wurde und heute einen Teil der Primarschule beherbergt.

Nach den Treppenstufen, der Hohlen Gasse und vielen engen Kurven kamen die letzten drei langgezogenen Kilometer bis ins Ziel. Obwohl ich auf diesem Streckenabschnitt Gas geben konnte, fühlten sich die drei Kilometer länger an als die restlichen neun zuvor. Und warum um Himmels Willen bin ich überhaupt für meine Verhältnisse so schnell gelaufen? Die Beine haben schön mitgemacht, das Gefühl war gut, nun aber wird es sich beim nächsten Lauf rächen: Wohl werde ich mit Läuferinnen und Läufern starten müssen, von denen ich normalerweise nur eine Staubwolke zu sehen bekomme. Ja, auch das ist Lauf-Cup, selber schuld.

Ich habe es eingangs erwähnt: Es war der letzte Lauf 2023. Und somit ist der Zeitpunkt da, um euch allen von Herzen frohe Festtage und alles Gute für das Jahr 2024 zu wünschen.

Geniesst die Weihnachtstage mit oder ohne Laufen und startet gesund ins Neue Jahr!

Und zuletzt bleibt noch das grosse Dankeschön an alle, die jeweils vor und hinter den Kulissen mithelfen, dass unsere 10 Lauf-Cup-Läufe so toll funktionieren und so viel Freude bereiten. Merci vielmol!



Weitere Mitteilungen



Dominik Schlumpf hat zum 14. Mal den Lauf in Sulgen organisiert. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei Dominik, seiner Familie und den Helfern des Run Fit Thurgau für die Organisation des Laufs und für den Betrieb des Läufer-Beizlis.

Schön zu wissen, dass in Sulgen die Nachfolge-Regelung bereits geklärt ist 😊.



Herzlichen Dank für die 32 gespendeten Kuchen

Liselotte Gähwiler, Doris Tschäppeler, Cäcilia Fink, Arnold Fink, Lucretia Steinbrunner, Nicole Ricklin, Lena Strellson, Helen Widmer, Svenja Kobelt, Yvonne Dürr, Arnold Kappeler, Alice Etter, Irene Lehmann, Anna Sergi, Priska Föllmi, Christoph Wächter, Peter Müller, Thomas Kliebschädel, Helene Bosshart, Helen Zuber, Ralf Zuber, Katja Oehme, Stefan Schumacher, Andrea Schär, Hanspeter Tuchs Schmid, Irena Schär, sowie die **Honiggewinner**: Aliji Bujalin, Anny Müller (für 2 Kuchen), Sabrina Tanner, Christoph Gähler und Gabriel Bleichenbacher.



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.

Zum nächsten Lauf treffen wir uns am Sonntag, 7. Januar 2024 in der Kantonschule Frauenfeld.



Wir wünschen euch erholsame Festtage mit vielen schönen Laufkilometern und dann einen guten Rutsch in ein wunderschönes neues Jahr.

Sulgen, 17.12.2023/jb