

Laufbericht, heute von Peter Kuhn, Streckenchef Lauf Henau

Präambel: In der 36. Laufcupsaison hat der RMV Uzwil zum 31. Mal einen Lauf organisiert, zum 30. Mal den Lauf der Thur entlang und zum 19. Mal mit Start und Ziel in der Sportanlage Rüti Henau. Als Streckenchef aller 31 Läufe habe ich heute wiederum die Ehre, den Laufbericht zu schreiben. Es ist nun sogar so weit, dass ich schon gar nicht mehr gefragt werde, ob ich den Bericht schreibe. Es gehört zu meinen ständigen Aufgaben.

Der heutige Lauf bot rundum perfekte Bedingungen. Seit über einer Woche fiel kein Niederschlag mehr, dazu waren die Temperaturen praktisch durchgehend am oder unter dem Gefrierpunkt. So präsentierte sich die Strecke in hervorragendem Zustand, gut für schnelle Laufzeiten, fürs Schuheputzen nach dem Lauf und auch ideal für uns Helfer zum Ausstecken. Der einzige Wermutstropfen war die komplett absente Sonne, die auch nicht ein bisschen den Hochnebel durchdringen konnte. Neun komma null Kilowattstunden Tagesproduktion zeigte die Anzeige der PV-Anlage auf dem Garderobengebäude an. Wenig Stromertrag für die Gemeinde Uzwil, die sich dafür mit den erhobenen Parkgebühren schadlos hielt. Gerade rechtzeitig mit den letztankommenden Läufer*innen war das Fässli für das Münz im Park-o-meter nämlich voll geworden! Der Parkplatz mit 250 Plätzen Kapazität war um 10 Uhr auch komplett gefüllt. Obwohl es beim Nachzählen nur 225 Autos waren (offenbar nahm man es beim Parkieren nicht so eng), deutete das auf eine hohe Teilnehmer*innenzahl hin. Tatsächlich waren es dann 338 Startende, der höchste Wert seit der Pandemie.

Fürs Ausstecken, Abräumen, Vor- und Schlussfahrer, Parkplatzeinweisen und Streckenposten hatte ich heute 11 Helfer*innen im Einsatz. Für sie war es heute nicht leicht mit der Kälte und dem fehlenden Sonnenschein. Hier halfen die Wärmesäckli aus der Migros etwas. Vielen Dank allen!

Selbst hatte ich dank meinen Helfern Zeit, den Lauf mitzumachen. Aber nicht mehr zu Fuss, seit 2019 brauche ich meine Laufschuhe nur noch zum Gärtnern, sondern mit dem Muskelvelo. Zum Glück hatte ich meinen Umwerfer noch mit extra viel WD40 behandelt und so gelang es mir beim Golfplatz, in die kleine Scheibe zu schalten. Das war auch bitter nötig, denn das Stück bei der Kobesenmüli ist wirklich abartig steil. Ich war mit den schnellsten Läufern dort unterwegs und ja, diese klettern hier zu Fuss schneller hoch wie ich mit dem Velo. Die Schnellsten waren auch wirklich schnell heute, Ramon Hinder und Nadja Fässler verpassten die Streckenrekorde nur um ein paar Sekunden.

Zum Schluss noch ein Hinweis in eigener Sache. Am Sonntag 4. Mai organisiert der RMV Uzwil in Niederwil SG den «GP Filona – Swiss Road Series». Ein Tag vollgepackt mit Radsport aller Kategorien, kombiniert mit dem Kick-Off Anlass von «Oberbüren.bewegt!» im Rahmen des Coop Gemeindeduells. Für diesen sportlichen Leckerbissen suchen wir freiwillige Helfer auf der Swiss Volunteers Plattform.

Mehr Infos dazu gibt es hier [GP Filona – Swiss Road Series | Swiss Volunteers Plattform](#). Über die Swiss Volunteers Plattform kann man sich auch anmelden oder direkt beim Helferchef Stefan Schilliger (stefan.schilliger@bluewin.ch).

Natürlich kann man an dem Rennen auch selbst teilnehmen. Wir haben Kategorien von U11 bis Ü73, für Frauen und Männer! Mehr Infos auf unserer Homepage rmvuzwil.ch.

Hier noch einige Impressionen vom heutigen Lauf (Fotos von Emilie Lienhard und Peter Kuhn):



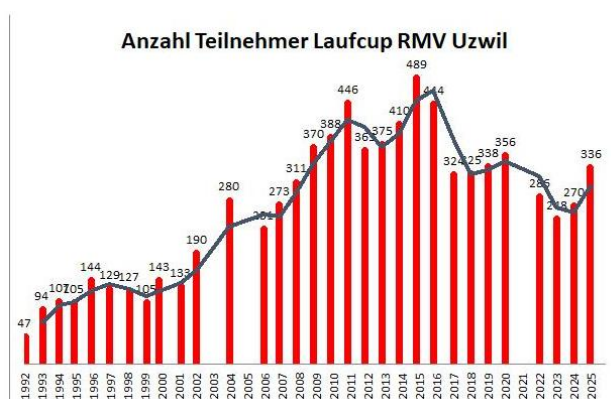
Am 8. Januar mussten wir leider Abschied nehmen von unserem Vereinsmitglied und ehemaligen Vereinspräsidenten Stephan Tappeiner. Steph war auch mit dem Laufcup eng verbunden, nahm er doch seit 1990 regelmässig am Laufcup teil und war auch bei Regen und Kälte ein treuer Helfer beim Laufcup Henau.

unten links:

Dick eingepackt in warme Kleider war es einigermaßen erträglich zum Biken, an Händen und Füssen helfen die Wärmesäckli vom Migros

unten rechts:

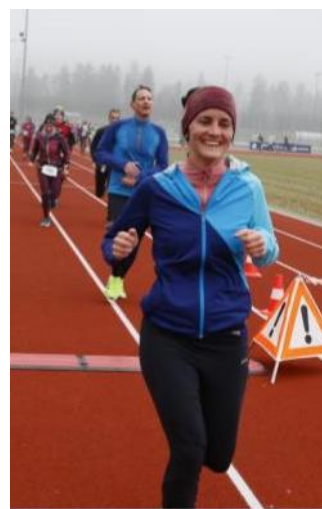
Die Teilnehmerzahlen waren wieder auf dem Stand vor der Pandemie. Bis 2016 fand unser Lauf anfangs November statt, was rund 100 Teilnehmer*innen mehr bedeutet wie im Januar.



Der Thur entlang, etwas für Roller unter den Läufern.



Gegen Ende des Laufs, auf dem Weg zur Rennbahn, verdichtet sich der Läuferpulk zusehends...



...und wenn man zum Ende noch ein Lächeln hinzaubert, geht auch unter dem Nebel ein wenig die Sonnau auf!

Wetter in Henau

Trocken, Hochnebel, Start: -1 C, Ziel: -1C

Weitere Mitteilungen

Wie in seinem Bericht erwähnt, hat Peter Kuhn mit seinen Kollegen des Rad- und Mountainbike Vereins Uzwil für uns zum 31. Mal einen Lauf organisiert. Wir bedanken uns bei Peter und seinen Vereinskolleginnen und -kollegen für die Organisation des Laufs aber auch für den Bericht mit den Fotos. Ebenfalls bedanken wir uns bei der Gemeinde Uzwil für die Benutzung der Sportanlage Rüti in Henau.



Helfer für die Zuweisung der Startnummern gesucht

Das Helferteam sucht für Herbst 2025 eine Person, welche bei der Dateneingabe mithilft: Die ausgegebenen Startnummern sind auf einer von uns vorbereiteten Teilnehmerliste (Excel) zuzuordnen. Ausserdem sind noch die Personalien von nicht angemeldeten Teilnehmern einzutragen.

Bei den ersten beiden Läufen dauert der Arbeitseinsatz etwa eine Stunde. Da anschliessend stets weniger Startnummern ausgegeben werden, nimmt die Arbeit stetig ab. Die Dateneingabe beginnt erst nach Ende der Startnummernausgabe. Deshalb kann diese Aufgabe gut durch eine Person erledigt werden, welche eine/n schnelle/n Läufer/in zum Lauf begleitet und eher spät im Startgelände eintrifft. Aus zeitlichen Gründen ist es nicht möglich, selber am Lauf teilzunehmen.

Um nicht an sämtlichen Läufen dabei sein zu müssen, kann diese Tätigkeit gut auf mehrere Personen aufgeteilt werden. Bitte melde dich bei: juerg.bruggmann@bluewin.ch



Herzlichen Dank für die 23gespendeten Kuchen

Nadia Ricklin, Paul Ricklin, Irene Lehmann, Anna Minder, Tabea Bruggmann, Mirjam Flammer, Gertrud Schnider, Doris Tschäppeler, Gabriel Bleichenbacher, Anny Müller (2x), Enrico Monego, Emilie Lienhard, Aliji Bujalin, Susanna Koopmann, Marcel Rechsteiner, Christne Hanner, Helen Zuber

sowie die Honiggewinner: Yvonne Dürr, Simon Kiebler, Christoph Gähler, Priska Föllmi und Arnold Kappeler - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.



Henau, 19.01.2025/jb