

Laufbericht Bischofszell, heute von Rolf Järmann

Start, 11,8 km zum Ziel: Das erste Mal am diesjährigen Laufcup habe ich mich vor dem Start etwas warmgelaufen. So eine Leiderei wie beim letzten Lauf auf den ersten zwei Kilometern will ich nicht nochmals erleben. Schon auf der Brücke über die Sitter merke ich, dass es mir gut läuft und ich ohne Probleme mit der Spitze dieser Gruppe mitlaufen kann.

Noch 11km zum Ziel: Ist es doch etwas schnell? Soll ich etwas verlangsamen? Ach nein, ich habe mir vorgenommen, diesmal von Anfang an mitzulaufen. Es wird ja schon irgendwie gehen.

Noch 10km zum Ziel: In den leichten Steigungen merke ich, dass ich da eigentlich voll durchziehen kann und gegenüber meinen Konkurrenten eher Vorteile habe. Nur Thomas Müller schiesst an mir vorbei wie eine Rakete, ich habe keine Chance, ihm nur irgendwie anzuhängen.

Noch 9km zum Ziel: Ob ich zu schnell angegangen bin? Die Beine schmerzen schon ein wenig, aber ich habe immer noch das Gefühl, es läuft mir gut. Auch Thomas habe ich immer noch im Blickfeld vor mir. Warum ist der eigentlich in meiner Gruppe gestartet? Er ist doch normalerweise viel besser wie ich? Oder hat er etwa schon Zeit aufgeholt von einer Gruppe weiter hinten?

Noch 8km zum Ziel: Die Läufer vor mir sind alle schön aufgereiht. Es gibt Moral, da ich immer einzelne überholen kann, ein sehr gutes Zeichen schon so früh. Weniger Moral gibt der Ausblick rechts den Hang hinauf. Die Steigung in der gesamten Pracht. Immerhin sehe ich, dass sehr viele Läufer laufen (laufen, nicht rennen, sie heissen ja auch Läufer, nicht Renner). In der Steigung blitzt meine alte Rennfahrerklasse auf (ich war ja mal RENNfahrer, nicht Läufer, darum Renne ich die Steigung hoch). Ich kann einige, schon fast viele, Läufer, die laufen, überholen.

Noch 7 km zum Ziel: Bin ich die Steigung zu schnell hochgerannt, finde ich den Rhythmus wieder, wenns jetzt dann flach wird? Es geht problemloser wie ich gedacht habe, und noch immer ist keine Krise im Anzug (Nicht im Laufanzug, sondern als Redewendung).

Noch 6 km zum Ziel: 50m vor mir läuft Startnummer 129, der einzige, wo ich die Startnummer sehen kann. Hat er sie auf dem Rücken montiert? Eigentlich keine schlechte Idee, denn die Startnummern auf dem Bauch nützen mir ja rein gar nichts! Er ist aber auch der Einzige, dem ich keinen Milimeter näher komme. Hat er mich denn schon überholt?

Noch 5km zum Ziel: Normalerweise beginne ich da, noch Tempo zuzulegen, quasi der verlängerte Endspurt. Heute liegt das aber nicht drin, schneller zu werden. Ich bin aber immer noch sehr zufrieden mit meinem Tempo.

Noch 4 km zum Ziel: Ich hole Kurt Stacher ein, früher als sonst. Bin ich nun gut oder er schlechter wie normal? Ich hoffe auf das Erstere.

Noch 3 km zum Ziel: Eigentlich müsste ich nun meinen Schatz Anita bald einholen. Und wenn ich nach vorne Blicke, sehe ich sie auch schon mit ihrem grünblauen Oberteil und dem Rossschwanz. Allerdings sehe ich auch noch eine Steigung! Damit habe ich nun nicht mehr gerechnet! Und die Startnummer 129 ist immer noch 50m vor mir! Ich überhole meine Frau und sehe 100m vor mir auch endlich meinen Vater. Das erste Mal, dass ich ihn dieses Jahr einholen kann! Tempo verschärfen, guter Laufstil hervorheben, Schweiß abtrocknen, ruhig und langsam atmen und vorbeifliegen!

Noch 2 Kilometer zum Ziel: Durch die ganze Aktion bin ich bis auf 10m zur Startnummer 129 aufgelaufen. Endlich! - Denkste! In der Folge habe ich wieder keine Chance, das Tempo mitzugehen und ich verliere wieder Meter um Meter. Die steile Abfahrt ist sowiso nicht meine Stärke und die Säure in den Beinen nimmt immer mehr zu. Dieser Kilometer ist auch wieder extrem lang und ich habe Angst, dass es mich jetzt dann doch noch „verjagt“.

Noch 1 Kilometer zum Ziel: Sorry, den habe ich nicht gesehen und weiss auch nicht, wo er war.

Noch 500m zum Ziel: Welch eine Erlösung, nur noch 500m, das halte ich jetzt auch noch durch! Soll ich voll durchziehen oder etwas langsamer, da es hinter mir ein Loch hat? Ups, und schon rauscht ein Läufer (eher Renner) an mir vorbei, dass ich fast eine Erkältung hole, also nochmals Vollgas.

Ziel: Für mich der beste Lauf dieses Jahr, ich bin rundum zufrieden. Jetzt muss ich dann einfach mal noch schauen, wer Startnummer 129 ist, den ich übrigens nicht mehr eingeholt habe. (und wie sich später herausstellt, hinter mir gestartet ist...)

Weitere Mitteilungen

Elisabeth Hasse hat zum zweiten mal zusammen mit Monika Jung den Bischofszeller Lauf organisiert. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns bei Lisa, der ganzen Familie Jung, bei Simon+Nadja Füger, Kurt Müller, Ralf Boss und Gregor Röllli für die einwandfreie Organisation.

Herzlichen Dank den 27 Kuchenspendern

Kjetil Arnold, Gertrud Schnider, Martin Grogg (2 Kuchen), Lisa Hablützel, Jolanda Stettler (2 Kuchen), Christina Knup, Brigitte Tinz, Anny Müller, Helen Zuber, Nicole Ricklin, Rosmarie Keller, Christoph Weiler, Thomas Kliebenshädel (2 Kuchen), Reni Heckendorn, Walti Pfändler, Sabrina Müller, Armin Fuchs, Enrico Monego, Karin Arnold
sowie die Honiggewinner:

Evelyne Rickenbach, Ewald Müller, Doris Tschäppeler, Nadia Ricklin und Mira Widler

Am kommenden Sonntag beim Lauf in Sulgen ist die Festwirtschaft des Run Fit Thurgau bereits vor dem Lauf geöffnet.