

Laufbericht, heute von Kevin und Marcel ThomaError! Bookmark not defined.

Racetalk am Winter-Bootcamp Laufcup

Kevin: Ganz ehrlich, eigentlich wäre der heutige Tag eher gemacht, um nochmals in Speicher zu laufen, oder?

Marcel: Ja Sohnmann, das Leben ist nun mal kein Wunschkonzert... Manchmal geht's halt auch von der Sonne in den Nebel. Aber auch der Nebel hat seine schönen Seiten.

Okay ja, da geb' ich dir recht. Dann nehme ich halt doch das Langarm-Shirt und nicht auch noch ein T-Shirt zu meinen kurzen Hosen.

Und ich hab bereits die Handschuhe eingepackt. Du auch?

Aber hallo? Wie soll ich denn sonst beim Kuchenbuffet zuschlagen, wenn ich kein Gefühl mehr in den Fingern habe?

In diesem Fall wirst du heute Gas geben, wenn du noch ein derart reich bestücktes Kuchenbuffet vor dir siehst? Bei mir kommt noch kein schnelles Rennen in Frage, die Erkältung und der Husten schwächt mich noch zu fest.

Okay... Dann werde ich heute an deiner Seite bleiben oder aber Windschatten spenden. Vergesse dann aber nicht aus dem Windschatten zu kommen, wenn wir bei Silvia vorbeikommen. Die Pose muss sitzen, gell.

Was hast du dir denn dieses Mal überlegt?

Du weißt doch, wie Cristiano Ronaldo jeweils seine Tore feiert? Gestern hat dies auch sein alter Trainer versucht. Wäre doch eine gelungene Aktion wenn mein Trainer auch die gleiche Pose wie ich machen würde?

Na toll, das wird bei mir ja gleich hölzern aussehen wie bei Ancelotti...

Mach dir da mal keinen Kopf, wir sehen in unseren Neon-Shirts sowieso lustig aus. Auch wenn wir mit Richi heute nur zu dritt sind.

Oh schau... Und da kommt der Richi bereits. Der wird heute noch den Superturbo zünden und seinen Heimvorteil ausspielen. Es steht jetzt übrigens 0:3 und das nach erst vier Kilometern... Und Lisa bleibt wegen deinen Wädli hartnäckig an unseren Fersen. – So macht's Spass.

Du zählst schon wieder? – Ich hab nur gerade festgestellt, dass der Nebel hier an der Thur tatsächlich auch seine schönen Seiten hat. Ist ja richtig mystisch hier?

Stimmt, aber bald geht's aufwärts. Es steht im Fall erst 6:6. So gibt's bestimmt nicht viele Punkte heute.

Über die Punkte sprechen wir dann im Ziel. Mich stört es viel mehr, dass es nicht einmal in Niederhelfenschwil oben Sonne hat.

Fokussiert bleiben, Kevin. Es geht abwärts. Jetzt kommt mein Schützengarten-Terrain, aber deine Pace kann ich so nicht halten.

Schon okay... Wenn's unten flach wird, wirst du schnell wieder aufgeschlossen haben. Aber wo sind eigentlich all die Leute aus unserer Trainingsgruppe, sind wir heute tatsächlich so gemächlich unterwegs?

Das da vorne ist doch Nina? Diesen Laufstil erkenne ich sogar ohne meine Brille und überhaupt, es steht jetzt 109:9.

Tatsächlich und da vorne sehe ich Urs im rot-weiss-schwarzen St.Galler-Jäckli, den kenne ich dafür aus den heute anwesenden 488 Läuferinnen und Läufern heraus.

Aber Max und Sabo sehe ich immer noch nicht? Trainieren die tatsächlich so hart? Max mit der Schlumpfmütze müsste man doch sehen können?

Er setzt heute wohl eine richtige Duftmarke, wenn sein Vater Oli schon nicht vor Ort ist. By the way, ich liebe es, dem Ziel näher zu kommen, da beginnt das grosse Überholen.

Recht hast du... Es steht bereits 204:9 und da kommt auch schon die 1km Tafel. Auf die habe ich mich jetzt echt gefreut. Ich kann den Kuchen schon förmlich riechen.

Oh ja... Ich bin so froh, dass es im Starterfeld so viele Kuchenbäcker gibt. Reicht's heute für eine Cremerolle?

Neeein... Wenn wieder fast 500 am Start stehen und wir „nur“ 220 überholen, wohl eher nicht. Aber vielleicht können wir bis zum Ziel noch ein paar weitere Teilnehmer überholen.

Ja, schau da vorne ist doch der beste Senior des Starterfeldes. Den kennst Du doch vom LC Brühl Leichtathletik, oder?

Ja, das ist der Chrigel Vetsch. Unverwüstlich und unverkennbar. Ich ziehe mein Chicago-Marathon-Läuferkäppi.

Du hast für heute doch 1:06.00 vorgeschlagen... Ich bin mit unseren 1:04,45 aber doch mehr als zufrieden.

Naja, das wird sich bestimmt im Handicap niederschlagen. Ich freue mich mehr darüber, dass wir 254 überholt haben, während wir nur von 10 überholt wurden (254:10).

Sowieso und schau da ist Günter. Anscheinend möchte sich der Herr Ironman auch unserer Leuchtwürmli-Gruppe anschliessen und das Kuchenbuffet lässt auch wirklich nichts zu Wünschen übrig. Ich würde mich echt gerne bei jedem einzelnen bedanken...

– 1 ½ Stunden später –

Schau, die Rangliste ist bereits online, das ging ja extrem schnell und wir sind wieder an der Sonne. – Herrlich.

Die Zeitmesser machen ebenfalls einen super Job, die werden häufig vergessen.

Bleibt nur zu hoffen, dass auch die Tschütteler des FCSG heute Nachmittag hier in der AFG Arena so einen tollen Job machen werden.

Im Punkteklassament haben wir aus unserer Trainingsgruppe im Fall sechs Trainingsgspönl in den ersten 25. Am kommenden Dienstag werden die wieder durchstarten.

Da freu ich mich schon drauf. Schau nur, Max ist 4. ... Die Duftmarke hat er tatsächlich gesetzt.

Ist ja unglaublich. Nur wird er in Bischofszell jetzt ganz sicher nicht mehr vor sondern hinter uns starten, vielleicht sogar mit Oli...

Kevin (104) & Marcel Thoma (105)

Wer hat Lust einen Bericht über den nächsten Lauf zu schreiben?

Das Schreiben eines Berichts wird mit einem Glas Honig versüsst. Bitte melde dich bei juerg.bruggmann@bluewin.ch

Weitere Mitteilungen

Peter Kuhn hat zum 22. Mal den Lauf in Henau organisiert. Mitgeholfen haben seine Velokollegen vom Rad- und Mountainbike Verein Uzwil. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei den lokalen Organisatoren und dem Team der Festwirtschaft. Zugleich weisen wir auf den **Aufruf für Helfer für das Radrennen vom 26. April 2015 in Uzwil** hin. Wir hoffen, dass sich zahlreiche Läufer dafür zur Verfügung stellen, für einen reibungslosen Ablauf des Radrennens mitzuhelfen. Mit den Nachwuchsrennen kommt auch die Jugendförderung nicht zu kurz. Wir hoffen, dass sich viele Sportler solidarisch zeigen und bereit sind, einige Helferstunden für die Radsportförderung zu leisten.

Herzlichen Dank den 66 Kuchenspendern

Swen Müller, Thomas Kliebenshädel, Petra Mullis, Andy Steingruber, Claudio Solèr, Georges Gisclon, Gabi Sonderegger, Gertrud Schnider, Heini Schiess, Emilie Lienhard, Doris Tschäppeler, Hampi Schefer, Thomas Müller, Nadia Ricklin, Sabo Agir, Jakob Stark, Thomas Bissegger, Anny Müller, Ana Leal, Martin Grogg, Maria Haas, Monika Jung (zwei Kuchen), Peter Müller, Christian Maurer, Anna Sergi (zwei Kuchen), Marion Rutz, Miranda Küng, Johannes Herth, Yvonne Haltinner, Annemarie Alther, Ruth Hug, Ursula Fässler, Berti Müller, Miriam Rüthemann, Marion Zwick, Evelyne Rickenbach, Petra Pautzke, Sandra Sägesser, Ruedi Neuhauser, Ulrike Hanser, Nina Kreisherr, Rena Kessler, Esthi Schäfer, Cäcilia Fink, Hannes Küng, Thomas Reckenwald, Hilde Amrein, Christa Huber (drei Kuchen), Isabel Spielmann, Beat Wegscheider, Angelina Jung, (zwei Kuchen), Tamara Frischknecht, Doris Willener, Gabi Sonderegger, Christina Knup, Claudia Steiner, **sowie die Honiggewinner:** Jolanda Stettler, Isabelle Preisig, Helen Zuber, Rita Wiget, Jürg Kellenberger

Leider erreichte uns schon wieder eine traurige Nachricht.

Karl Scheiwiller hat während vielen Jahren regelmässig am Lauf-Cup teilgenommen und als Teekoher zählte er zu den treuen Helfern. In den vergangenen Monaten habe Karl unter schweren Depressionen gelitten. Vor vier Wochen ist er zum letzten Mal in Speicher mit uns gestartet. – Karl wird uns als hilfsbereiter Läuferkollege in Erinnerung bleiben. Seinen Angehörigen entbieten wir unsere herzliche Anteilnahme.



Meine Seele zerfliesst in mir
Und Elend hat mich erfasst
Lautlos schreie ich zu dir
Abgründe sind mein Gast

Alle Freude von mir wich
Das Leben tut so weh
Des Schlafens Balsam fliehet mich
Müd bin ich, eh ich aufsteh

Ich bin nicht ich, ich bin nur Schmerz
Ich bin so schuldig und so leer
Ich habe Angst, es bricht mein Herz
Und weiterleben ist so schwer

Ich bin nur Trauer, will nur Tod
Ich bin ja allem Last
Gott, gib mir bitte Antwort
Warum du mich verlassen hast

Traurig nehmen wir Abschied von meinem geliebten
Lebensgefährten, unserem Bruder und Freund

Karl Scheiwiller

8. Februar 1955 – 17. November 2014

Marianne Gisler mit Familie
Cornel Scheiwiller mit Familie
Egon Scheiwiller mit Familie
Monica Lieberherr-Scheiwiller mit Familie
Rita Enezian-Scheiwiller mit Familie

Traueradressen:
Marianne Gisler, Bergstrasse 15, 9200 Gossau
Cornel Scheiwiller, Dianastrasse 10a, 9200 Gossau

Abschiedsfeier:
Mittwoch, 26. November 2014, 10 Uhr in der Paulus-
kirche

Mithilfe beim Radrennen Uzwil

Wer am Lauf-Cup in Henau war, hat sicher bereits davon Kenntnis. Für alle Anderen nochmals folgender Aufruf:

Bereits 22. Mal hat der RMV Uzwil dieses Jahr einen Lauf des Lauf-Cups organisiert. Unter dem Motto Sportler helfen Sportler suchen wir nun selber Unterstützung.

Am **Sonntag 26.04.2015** organisieren wir ein nationales Rad-Strassenrennen mit Start und Ziel in Oberuzwil. Unser kleiner Verein kann den Helferbedarf für so einen Anlass nicht vollständig mit Leuten aus den eigenen Reihen decken.

Als Spesenentschädigung vergüten wir einen Helfer-Einsatz mit Fr. 50.- sowie Gratis-Verpflegung

Ja, ich unterstütze die Veranstaltung und den Radsportnachwuchs:

☐ als Streckenposten

☐ in der Festwirtschaft

☐ Morgens

☐ Nachmittags

☐ Ich stehe den ganzen Tag zur Verfügung.

Name / Vorname: _____

Adresse: _____

Mobil: _____ E-Mail: _____

➔Meldung per Mail an: t.streule@gmx.ch

➔oder auf dem Postweg: Thomas Streule, Marktstr 10., 9244 Niederuzwil

Weitere Infos auf www.rmvuzwil.ch.

Die genauen Einsatzzeiten werden dir ca. 3 Wochen vor dem Rennen mitgeteilt. Wir stehen dir aber jederzeit für Auskünfte zur Verfügung.

Philipp Buschor, OK-Chef

Thomas Streule; Ressort Helfer

079 955 11 48

079 609 92 74

Wir hoffen, dass wir deine Aufmerksamkeit wecken konnten und wären dir im Namen aller Nachwuchs-Radsportler dankbar, wenn du dich für einen Helfereinsatz melden würdest.