

Laufbericht, heute von Daniela Rumpf

St. Gallen, 23. Januar 2016

Vor gut zwei Jahren, war der Auffahrtslauf St. Gallen und Franziska Ammann für mich die Motivation, dass ich mir Laufschuhe kaufte und mit Laufen begann. Trotz der guten Unterstützung in meinem Umfeld, konnte ich meine Vorsätze, dies nun regelmässig zu machen, nicht immer einhalten. Vor allem im Winter war der innere Schweinehund häufig sehr viel stärker als ich. Aber diesen Winter hatte und habe ich mir vorgenommen über die kältere Jahreszeit mehr zu machen, so dass ich im Frühjahr nicht wieder fast von vorne beginnen muss. Von Bekannten hörte ich vom Lauf-Cup. Er wurde mir sehr empfohlen. Im Internet wurde ich schnell fündig und fand, dass ist genau das Richtige für mich. Auch wenn mich zum Teil die Höhenmeter etwas abschreckten, denn bei meinen eigenen Runden baue ich von diesen freiwillig nicht zu viele ein, meldete ich mich an. Leider war der Erkältungs- und Grippevirus bisher nicht sehr gnädig mit mir, so konnte bzw. kann ich nur fünf Läufe mitmachen. Auch heute war das "Nastuch" mein ständiger Begleiter. Aber nichtsdestotrotz waren alle Läufe schön und zum Teil eine Herausforderung für mich. Auf den heutigen Lauf freute ich mich jedoch am meisten. Da mein Bruder mit seiner Familie in Dozwil wohnt, kenne ich die Gegend ein bisschen und fühle mich hier wohl. Hier hatte ich auch zum ersten Mal meine eigene kleine Fan-Gemeinde, die das Starten zu etwas Speziellem machte. Aber bevor es losging, ich stand schon bei der Startuhr und wartete dass meine Zeit kommt, wurde kurz vor dem "Startschuss" die Uhr noch kurz ein paar Meter nach hinten verlegt, aber ich konnte trotz allem pünktlich loslaufen. Obwohl ich am Anfang etwas skeptisch war, was die Höhenmeter anbelangt (Sulgen hatte ja auch nur 90 und dort hatte ich das Gefühl, dass es doch immer wieder hinauf ging), war heute die Strecke genau richtig. Es hatte ein paar Steigungen, aber es waren alle machbar. Die Kilometer zogen schnell vorbei, auch wenn es mir nicht immer leichtfiel und die Beine etwas schwer wurden, weil die Strassen/Wege matschig oder rutschig waren. Wie üblich, wurde ich dann auf den letzten 2 bis 3 km vor dem Ziel von den ganz Schnellen überholt. Was mich nicht weiter stört, denn es zeigt mir auch, dass das Ziel nicht mehr weit ist. Und schon sah man das Schulhaus vom Weiten. Auch "meine Fans" waren wieder da und machten so auch aus dem Zieleinlauf etwas Spezielles. Ich habe dann zwar später vernommen, dass ich vor allem für meinen Gottibub nicht schnell genug ins Ziel kam. Nachdem schon einige Läufer ins Ziel gekommen sind, meinte er nur, wo bleibt denn Gotti? Ist sie soooo langsam? Ich werde versuchen, mich zu bessern. Zum Trost, gab es dann Kuchen ☺

Leider war der heutige Lauf mein Letzter für diese Saison. Ich möchte mich bei allen, die den Lauf-Cup möglich machen und die tolle Organisation (u.a. Nummernausgabe, Strecke, Getränke, Fotos, Kuchen) ganz herzlich bedanken. Ich habe mich sehr wohl gefühlt und werde sicher im nächsten Winter wieder dabei sein. Nur auch schon, um meinen kleinen Fans zu zeigen, dass ich schneller sein kann. Ich wünsche euch allen einen schönen Sonntag.

Weitere Mitteilungen

Der Dozwiler Lauf wurde zum sechsten Mal durchgeführt. Seit letztem Winter wird dieser Lauf von Peter Bühler und seinen Kollegen vom +1001-Treff Amriswil organisiert. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei den lokalen Organisatoren.

Herzlichen Dank für die 31 gespendeten Kuchen

Christa Huber, Ruth Hug, Regula Vetsch, Silvia Bollhalder, Heidi Keller, Nadia Ricklin (2x), René Schönholzer, Corinne Hablützel, Reni Heckendorn, Thomas Kliebenshädel, Cäcilia Fink, Anna Sergi (2x), Claudio Solèr, Köbi Frischknecht, Astrid Leu, Adrian Bächle, Richard Zwick, Regula Schiess, Roger Schmitter, Christina Knup, Marlies Gmür, Anny Müller, Christa Huber, Mägi Frei,

sowie die Honiggewinner: Berti Müller, Sabrina Müller, Paul Huber, Heidi Messerli Aliji Bujalin - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

Wer schreibt den Laufbericht aus Frauenfeld?

Hast du Lust mal einen Laufbericht, aus Henau oder über einen späteren Lauf, zu schreiben? Schreibe etwas über den aktuellen Lauf, über deine Beziehung zum Lauf-Cup oder generell zum (Lauf-)Sport. Das Schreiben eines Berichts wird mit einem süßen Glas Honig verdankt – melde dich bei juerg.bruggmann@bluewin.ch - besten Dank!

Start- und Ranglisten zum Drucken: siehe unter Home / Archiv / 2015-16

Die Start- und Ranglisten zum Drucken findet man als pdf-Datei im „Archiv“. Die Aufschaltung dieser Dateien erfolgt jeweils erst einige Tage später, wenn die Rangliste bereinigt ist.