

Laufbericht, heute von Nina Kreisherr

Wow, was für ein Lauf, welches Erlebnis! Am frühen Morgen in Gossau noch dichter Nebel und -1°C, bei der Abfahrt dann doch schon >5°C und Sonnenschein, aber dass es so warm wird, habe ich nicht erwartet.

378 Teilnehmer sind gestartet, gefühlt waren es viel mehr, die sich am Mittag in Götighofen versammelt haben. Viele bekannte Gesichter und einer super Atmosphäre, man kennt sich eben doch lieber Jürg 😊

Traum-Bedingungen, trockene, sehr schnelle Strecke, perfekte Sicht zu den Churfürsten und in den Alpstein. Dass ich den Lauf-Cup als schnellste Frau beenden könnte, habe ich zum Saisonstart sicher nicht gedacht, und ich habe es auch nicht geplant. Nein, ich wollte die Läufe einfach mal genießen, ohne den Zeitdruck der letzten Jahre. So bin ich Speicher gemütlich gelaufen, musste anschliessend leider drei Mal aussetzen, konnte in Dozwil aber mit verbesserter Leistung wieder vorne mitlaufen. Erst nach Henau wurde ich darauf aufmerksam gemacht, dass ich gute Chancen auf den Sieg hätte, was dann doch meinen Ehrgeiz weckte. Zudem macht es unglaublich Spass, während des Laufs das gesamte Feld von hinten aufzurollen, und am Ende noch etwas zu genießen. Zuverlässig sieht man immer wieder dieselben Personen, manche erkennt man am Laufstil, andere am Outfit, bunt wie ein Papagei oder mit der Lauf-Cup-Lauf-Hose, die schon zu einer Art Talisman geworden ist. In Götighofen war dann aber Schluss mit Geniessen, ich wollte den Lauf zur Standortbestimmung nutzen. Fazit: Sensationell, das Lauf-Jahr 2017 kann kommen!

Sonntagmorgen, mal fragen, wie es dem Gesamt-Sieger geht...

N: Guten Morgen schneller Mann, nochmal herzliche Gratulation zum Gesamtsieg! Wie geht's am „Morgen danach“?

R: Alles gut Freude im Gesicht, Muskelkater in den Beinen 😊

N: Freut mich, dass es nicht nur mir so geht! 😊 Wie war der Lauf?

R: So wie immer, Höhepunkt und Abschluss des Laufcups... tolle Strecke... mit Bergpanorama 😊

N: Du bist ja Titelverteidiger. Hast du am Anfang der Saison schon geplant, den Lauf-Cup wieder zu gewinnen?

R: Sicher nicht. Im Vordergrund stehen die Freude am Laufen und die vielen schönen Kontakte und neue Freundschaften die sich beim Lauf-Cup im Laufe der vergangenen Jahre ergeben haben.

N: Und dann nimmst du den doch sehr taktisch erlaufenen Sieg nebenbei mit?

R: Nix taktisch!! Ich nutze den Lauf-Cup im Herbst nach der Wettkampfsaison für ruhigere Läufe, und steigere dann im neuen Jahr zur Saisonvorbereitung!!!

N: Wie gefällt die die Handicap-Regelung?

R: Sehr gut... Durch die kleinen Startgruppen lernt man viele Leute kennen und sieht sich auch auf der Strecke! Dann alle zur gleichen Zeit im Ziel, perfekt!

N: Welches ist dein liebster Lauf?

R: Der "Heimlauf" im Kemmental, aber auch Heiden, Speicher...Gossau....

N: Also viele 😊 Letzte Frage: Was gibt oder gab es heute zum Frühstück?

R: Brot mit viel Laufcuphonig und Cappuccino 😊👍

N: Und eine allerletzte 😊 Dein Tipp gegen den Muskelkater in den Beinen?

R: Die Zeit heilt alle Wunden 😊oder wenn keine Zeit 1-2 Km locker schwimmen gehen mit Massagedüse.... 😊🚿

N: Alles klar 👍, danke und gute Erholung!

Der 100-Punkte-Läufer, der nach Verletzungen sehr früh starten konnte, stand gestern schon

für ein paar Fragen zur Verfügung:

N: Oli, wie war der Lauf?

O: Hammer geil, bei dem Wetter! Die Strecke ist einfach super schön, und war noch nie so schnell wie heute. Die Temperaturen auch mega angenehm, nicht zu kalt und nicht zu heiss. Und wenn man so viele überholt, ist das unglaublich motivierend!

N: Hast du am Start schon gedacht, dass du 100 Punkte holen kannst?

O: Nein, sicher nicht. Die ersten sind um 13:06 gestartet, ich hätte nie gedacht, dass ich die einholen kann. Nach 14 km hatte ich dann aber doch schon gefühlt 300 Läufer eingeholt, und sah dann nur noch einen nach dem anderen. Aber du weisst ja nie, ob das jetzt schon der erste ist. Aber da habe ich dann schon gehofft, dass es reicht. Gewusst habe ich es aber erst, als Marcel Thoma mir in der letzten Steigung entgegen rief: „Du hast 100!!“

Ich möchte mich noch bei allen Beteiligten, OK, Helfer, Läufer, für eine super Saison bedanken. Es ist immer wieder schön mit euch! Danke! 😊 Ihr seid spitze!

Weitere Mitteilungen

Der Götighofer Lauf wurde zum 26. Mal ausgetragen. Seit 16 Jahren wird dieser Lauf durch Kurt und Anny Müller organisiert. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei Anny und Kurt mit ihren Helfern für das Beschildern der mehr als 20 Kilometer (!) langen Strecke und bei Familie Hörler für die Zwischenverpflegung. Ebenfalls ein ganz grosser Dank geht an die Mitglieder des Dorfvereins Götighofen, welche für uns eine Festwirtschaft einrichteten.

Herzlichen Dank für die 31 gespendeten Kuchen

Liselotte Gähwiler, Bujalin Aliji, Gertrud Schnider, Claire Eilinger, Anna Sergi, Raja Schönholzer, Yvonne Knill, Arnold Kappeler, Christa Huber, Cäcilia Fink, Joel Schmitter, Heidi Messerli, Barbara Mettler, Martin Mettler, Erika Bruggmann, Berti Müller, Roger Sennhauser, Christina Knup (2x), Simon Kiebler, Peter Müller, Adrian Bächle, Silvan Frei, Doris Aepli, Heidi Wendel, Doris Tschäppeler,

sowie die Honiggewinner: Nicole Ricklin, Monika Jung, Anny Müller, Barbara Liebmann und Regula Vetsch.

Termine 2017/18

Wir hoffen, dass wir die Termine des 29. Lauf-Cup bereits in einigen Wochen publizieren können. - Schaut doch gelegentlich auf unsere Homepage.

Wir wünschen allen Teilnehmern eine schöne Frühlings- und Sommerzeit und freuen uns schon jetzt auf den Start zum 29. Lauf-Cup, welcher mit dem 280. Lauf wiederum in Speicher beginnen wird.

Helfer gesucht für das nationale Radrennen in Uzwil am Sonntag 30. April

Unsere Kollegen des Rad- und Mountainbike Vereins Uzwil, die Organisatoren des Laufs in Henau, suchen für ihren bevorstehenden Anlass Helfer. Wer Lust und Zeit hat, zu einem guten Gelingen dieses Radrennens (Mitarbeit in der Festwirtschaft oder als Streckenposten) beizutragen, soll sich doch bitte beim RMV Uzwil melden. - Läuferinnen und Läufer, die sich nicht für einen Arbeitseinsatz verpflichten mögen, sind natürlich auch als **Zuschauer** oder als Teilnehmer des **Fun-Rennens** willkommen ☺

<http://www.rmvuzwil.ch/strassenrennen-rund-um-uzwil/>

Zum Schluss noch etwas Statistik:

In Speicher, Gossau, Bischofszell und Dozwil starteten so viele Läufer wie noch nie, dann kam der Winter und damit weniger Läufer an den Laufcup. Erst in Götighofen waren dann wieder mehr Läufer am Start als je zuvor, vor allem auf der kurzen Strecke, die zunehmend beliebter wird. Insgesamt sind an den 10 Läufen 4177 Läufer gestartet, 189 weniger als im Vorjahr. 1044 Läufer sind gestartet (Rekord!), davon haben 21 bei allen 10 Läufen mitgemacht. 191 Läufer haben mindestens 7 Läufe absolviert und voll gepunktet.