

Laufbericht, heute von Andrea Egli

Wie fast überall ist auch in Appenzell Fasnacht angesagt, und wie man sagen hört, waren auch wir gestern Abend im Dorf zu finden. Der Umstand, dass heute Laufcup ansteht und ich als Berichteschreiberin anwesend sein sollte, machen meiner Motivation auf dem Weg nach Frauenfeld etwas zu schaffen.

Auf den Punkt genau 12 Minuten vor meinem Start kommen wir bei der Zuckerfabrik an und werden auf einen für uns unbekannten Parkplatz geleitet. Auch der Startplatz muss erst gefunden werden, da dieser dank unzähligen Rundballen verlegt werden musste. Der kalte Wind in Frauenfeld zwingt mich dazu, die wenig verbleibende Zeit bis zum Start für ein spontanes Einlaufen zu nutzen, bevor es für mich losgeht. Begleitet von 2 jungen Herren stelle ich mich den knapp 13 km. Da ich das Thurgauer Klima schlecht einschätzen kann, laufe ich ohne Handschuhe, dafür mit Kappe und Halstuch los. Die ersten Meter gehen ganz gut, trotz der Kälte, welche mich und alle anderen Läufer begleitet. Mit jedem Schritt verliere ich die Müdigkeit, mit welcher ich in den Tag startete.

Die Strecke ist mir aus den vorherigen 2 Jahren noch gut in Erinnerung geblieben. Leider konnte ich mich bisher nicht mit dem Lauf anfreunden, obwohl die Gegend allerlei Abwechslung bietet. Unzählige Bauernhöfe, genauso viele Pfützen und einige freilaufende Tiere sind zu sehen. Auch auf der Strecke wird es nicht langweilig. Es geht rauf und wieder runter, entlang an Strassen und Wäldern.

Auch nach der Hälfte der Strecke geht es mir erstaunlich gut und ich bekomme gar etwas Freude an meinem heutigen Vorhaben. Bei km 9 ist bereits die Zuckerfabrik von weitem sichtbar, das ist natürlich sehr erfreulich. Jedoch ein kurzer und doch steiler Anstieg steht unserem Ziel im Weg. Vom Ehrgeiz und einem kleinen Hunger angetrieben, bezwinde ich den Hügel und kann mich auf die letzten Meter konzentrieren. Kurz vor dem allerletzten km begleitet mich spontan mein persönlicher Pacemaker, danke nochmals Oli. So packen wir gemeinsam die letzten Meter und können uns glücklich dem Kuchen- und Teebuffet widmen. Ich persönlich habe mich mit dem Lauf in Frauenfeld beinahe arrangiert. Warten wir mal nächste Saison ab, aber jetzt ist erstmal Erholung angesagt.

Appenzell, 10.02.2018/ Andrea Egli

Weitere Mitteilungen

Seit 19. Dezember 1992 hat nun der Laufsport Verein Frauenfeld zum 26. Mal für uns den Lauf zwischen Ellikon, Kefikon und Frauenfeld organisiert. Zum 8. Mal hat Erich Gentsch die Verantwortung des Streckenchefs übernommen. Im Namen aller Teilnehmenden bedanken wir uns herzlich bei Erich und seinem Team. Ebenfalls einen herzlichen Dank geht an die Zuckerfabrik und an die Firma Amacker und Schmid AG, welche uns Gastrecht gewährten.

Wegen den zahlreichen Grossballen, die vor der Zuckerfabrik gelagert werden, mussten wir den Startort verschieben. Dies hat allerdings keine Auswirkung auf die Laufdistanz.

Herzlichen Dank für die 24 gespendeten Kuchen

Samira Bürki, Christa Huber, Caroline Lüchinger, Claire Eilinger, Ruth Hug, Patricia Reiser, Raja Schönholzer, Nicole Ricklin, JosefENZ, Anna Sergi (2x), Ralf Zuber, Adrian Bächle, Beatrice Eberle, Priska Föllmi, Noldi Kappeler,

sowie die Honiggewinner: Regula Vetsch, Günther Baumann, Aliji Bujalin (2x), Gertrud Schnider (2x), Anny Müller (2x) - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

Teekocher für Lauf-Cup 2018/19 gesucht

Zwei Teekocher möchten nach mehreren Jahren ihr Amt abgeben. Wir suchen nun zwei Personen, welche die Nachfolge übernehmen.

So läuft es ab:

- Wir geben dir einen Thermobehälter (Inhalt 9.5 Lt.), dieser bleibt in deiner Obhut.
- Du bereitest zu Hause den Tee zu und bringst ihn vor dem Start an den Verpflegungsstand.
- Nach dem Lauf nimmst du den leeren Thermobehälter wieder mit nach Hause, um ihn beim nächsten Lauf erneut gefüllt mitzubringen.
- Falls du bei einem Lauf verhindert bist, suchst du selber einen Ersatz. Andernfalls meldest du dich bei der nachfolgenden E-Mail-Adresse und wir werden für eine Ersatzlieferung sorgen.
- Die Teelieferung kann auch im Jobsharing erledigt werden. Bei Bedarf geben wir zwei Thermobehälter ab.
- Selbstverständlich wirst du nach Saisonende zum Helferessen eingeladen.
- Bist du bereit, etwas zum Gelingen des Lauf-Cup beizutragen?
- Dann melde dich bei: erika.bruggmann@bluewin.ch, besten Dank ☺

Schlusslauf in Götighofen

In zwei Wochen treffen wir uns zum letzten Lauf in Götighofen. Neustarter erhalten am Schlusslauf die Startnummer zum halben Preis (Fr. 10.00) - eine gute Gelegenheit eure Läuferkollegen/kolleginnen für einen Schnupperlauf zu motivieren.

Aufgrund der schwierigen Parkplatzsituation bitten wir euch, möglichst in **Fahrgemeinschaften anzureisen**.

In Götighofen stehen zwei Streckenlängen zur Auswahl. Die traditionelle Strecke führt über 20.4 km. Um den für längere Distanzen nicht erprobten Teilnehmenden den Start ebenfalls zu ermöglichen, wurde 2007 erstmals eine Kurzvariante eingeführt:

Die Teilnehmenden brauchen sich beim Start noch nicht zu entscheiden, welche Distanz sie wählen möchten. Die ersten 12 km sind bei beiden Varianten identisch. Nach der Traverse des Golfplatzes, in Buchackern, wird die Strecke entzweit:

- Die Kurzdistanz führt nach links, Richtung Süden. Es dauert noch 1.0 Kilometer bis ins Ziel beim Schulhaus Götighofen.
- Die Langdistanz führt in Buchackern geradeaus, Richtung Westen. Der Lauf dauert noch 8.2 Kilometer. - Ca. 400 Meter nach der Verzweigung werden auf der Langdistanz Getränke angeboten.

Punkte für das Gesamtklassement:

- Langdistanz: Sieger: 100 Punkte, Letzter 40 Punkte
- Kurzdistanz: Sieger: 80 Punkte, Letzter 30 Punkte

Im Anschluss an den Lauf findet in der **Turnhalle Götighofen das Rangverlesen** statt. Der Dorfverein Götighofen betreibt für den Lauf-Cup eine Festwirtschaft. Das OK Lauf-Cup freut sich, wenn viele Läuferinnen und Läufer dabei sind.

Transponderabgabe: Bitte den Transponder beim Ziel abgeben. Andernfalls den Transponder (ohne Plastikhülle und ohne die Startnummer) senden an: Dino Lioi, Brückenstr. 7b, 8280 Kreuzlingen

jb