

Laufbericht, heute von Silvio Delgrosso und von Roland Thommen

Vorschau von Silvio Delgrosso:

1. Dezember, 1. Advent, 1. Lauf in Goldach. Als in Goldach aufgewachsener Laufcupteilnehmer freut es mich speziell, mit einigen Zeilen die Premiere des Laufes begleiten zu dürfen. Die Strecke verläuft vorbei am St. Scholastikakloster auf dem Hügel aus dem Jahre 1905 kurz durch das Dörfchen Tübach. Nach diesem „Warmlaufen“ in der Ebene auf 415m über Meer führt der Lauf Richtung Goldacher Tobel. Ab nun folgt man eine Zeit lang dem Flusslauf der Goldach, welche in der Nähe des Ruppenpasses im Appenzellerland entspringt. Der Name hat nichts mit Gold sondern mit der keltischen Ableitung Gol, grober Steinschutt, zu tun. Ohne Strassenquerung, geht es durch die Unterführung vorbei an der grossen Bruggmühle Goldach (1670 gegründet). Auf dem folgenden flowigen Naturweg führt der Lauf unter der ältesten Doppelspur-Eisenbahnbrücke der Schweiz aus dem Jahre 1856 durch einen der fünf Halbreisgewölbe hindurch. Ein erster kleiner Anstieg treibt den Puls ein erstes Mal in die Höhe, vorbei an der Haldenmühle aus dem Jahr 1492.

Nach einem kurzen Stück Asphalt unter dem imposanten, 60m hohen Autobahnviadukt hindurch, führt der Weg in den Rantelwald. Nun zieht sich die Steigung kontinuierlich auf der Naturstrasse entlang dem Vita Parcours hoch via Hospertwald nach Untereggen. Die Oberschenkel schon fordernd, streift man am Rande das Dörflein Untereggen, welches schon im 9. Jahrhundert erwähnt wurde. Erneut fordern Höhenmeter aktives Laufen und beim Weiler Vogtlüt wird mit 641m über Meer der höchste Punkt der Strecke überschritten. Der anschliessende geschlossene Wildheckenweg hinunter zum Schlossweiher, einem Naturschutzgebiet von nationaler Bedeutung, hat seinen speziellen Reiz. Der Blick auf dem Höhenweg entlang dem Weiher auf die Bodenseeumgebung; bei schönem Wetter ein Genuss. Weitere Höhenmeter können nun vorbei am Schloss Sulzberg (auch Mötteli-Schloss genannt) wieder eingelöst werden. Auf gerader Strecke führt der Weg zurück auf Goldacher Boden. Auf dem Rückweg nach dem Motto: Was man raufläuft geht auch wieder mal runter, folgt beim Autobahnbrückenkopf ein letzter Abstieg durch den Wald zurück Richtung Kellensportanlage, entlang der Goldach und Bruggmühlekanal. Ein herrlicher Lauf in der oberen Bodenseeregion. Vielen Dank dem OK und allen Helfern.

Première in Goldach - Laufbericht von Roland Thommen

Da gibt sich Silvio Delgrosso eine grosse Mühe, die neue Strecke vorzustellen. Und dann verletzt er sich und kann gar nicht starten.

Weil ich glücklicherweise nicht verletzt bin, kommt es zu einem fliegenden Wechsel des Schreibstifts.

Auch ich kenne jeden Meter des Parcours. Mein Bericht ist aber aus der Optik eines Frühstarters.

Der Beginn begann allerdings aufgeregt. Ich wurde von einem ebenfalls startenden Neffen, Christoph aus Frauenfeld, abgeholt und liess Startnummer und Chips zu Hause. Kein Problem für die Organisatoren! Kein Stirnrunzeln, keine Missbilligung! Schon hatte ich eine eindrückliche vierstellige Ersatznummer.

Meine Startzeit 09.37. Wo sind die bekannten Gesichter? Philipp Heerdegen sehe ich nicht, Hugo Järmann ist da, startet aber 3 Minuten früher. Ich entdecke drei ehemalige Schüler, sie starten aber viel später. Genau wie Regula Vetsch, die Tochter des legendären Christian. Und Concetta, stets umringt von Bekannten.

Am Ende sind wir nur zu zweit, Ruth Hug und ich. Ich bin froh, dass ich nicht allein bin, denn von Tübach her nähern sich ganze Völkerscharen, die alle starten werden. Wir schaffen den Durchgang, Ruth läuft etwas schnell, hat trotzdem Zeit, ganz vielen einen guten Morgen zu wünschen.

Nach der Passage des Startgeländes geht es auf dem zuvor perfekt beschriebenen Parcours durch Wälder und Wiesen.

Selten gibt es Massierungen. Ich laufe meistens allein. Erst nach der Kirche Goldach kommen wieder «Völkerscharen». Diesmal nähern sie sich aber von hinten und brausen an mir

vorbei. Ich freue mich, dass einige trotz ihrem Tempo mir noch aufmunternde Grussworte zuschicken. Wüsste ich nur ihre Namen!

Später erfahre ich, dass ich 82,8 Punkte eingelaufen habe. Das werde ich beim nächsten Lauf mit einer späten Startzeit büssen müssen.

Am Ziel erkundige ich mich nach der Bewertung der Strecke. Das «repräsentative» Ergebnis bei 12 LäuferInnen ergibt zu 100% eine sehr positive Bewertung. Allerdings fragten sich einige, wie es wohl bei Schnee und Pflutsch ausgesehen hätte. Aber welche Strecke ist schon wettersicher? Für den ersten Advent hatten wir Glück! Etwas kalt zwar, aber trocken und durchaus angenehm, sofern man nicht zu viel angezogen hatte. Mindestens einer hatte dies sicher nicht. Mich schauderts noch jetzt, wenn ich an seine kurzen Hosen und das kurze Leibchen denke!

Fazit des Laufs vom 1. Dezember: Die Ost-Erweiterung des Lauf-Cup- Angebots ist eine echte Bereicherung! Danke den Organisatoren, insbesondere der radelnden Lisa!

Weitere Mitteilungen

Dank der Initiative von Streckenchef Ruedi Rohner konnten wir erstmals in Goldach zu einem Lauf starten. Der heutige Lauf konnte bei guten Wetterverhältnissen durchgeführt werden. Wenn bei einer der nächsten Austragungen auch noch die Sonne scheint, dann dürfen wir uns auch über ein grandioses Panorama überhalb des Bodensees erfreuen. Sicherlich werden wir sehr gerne nach Goldach zurückkehren, herzlichen Dank für die tolle Organisation an Ruedi Rohner und sein Team!

Ausserdem geht ein grosser Dank an das Kantonsforstamt des Kantons St. Gallen. Vor wenigen Jahren noch war es für den Lauf-Cup sehr schwierig, auf St. Galler Kantonsgebiet eine Bewilligung zu erwirken. In der Zwischenzeit scheint nun auch die St. Galler Kantonsverwaltung von der Nachhaltigkeit unserer Laufveranstaltung überzeugt zu sein und wir durften uns freuen, dass der Goldacher Lauf bereits aufgrund der ersten Anfrage bewilligt wurde.

Herzlichen Dank für die 31 gespendeten Kuchen

Mägi Frei, Berti Müller, Heidi Scheuch, Yvonne Dürr, Arnold Kappeler, Claudia Tesch de Oliveira, Cäcilia Fink, Concetta Bösch, Rosmarie Keller, Gertrud Schnider, Irene Lehmann, Aimee Costado, Nicole Ricklin, Doris Tschäppeler, Erika Bruggmann, Günther Baumann, Roman Landolt, Walter Oertle, Yara Flammer, Thomas Müller, Anny Müller (2 Kuchen), Helena Bösiger, Peter Suhner, Claire Eilinger,

sowie die Honiggewinner: Christina Knup, Tamara Reutener, Regula Vetsch (2 Kuchen), Alice Etter und Silvia Kern - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

01.12.2019/jb