

Laufbericht, heute von Fabienne Schnyder

Zuerst das Wichtigste, damit es nicht vergessen geht: Ich wünsche allen Läuferinnen und Läufern sowie allen Helferinnen und Helfern inkl. Organisationskomitee des Lauf-Cups von Herzen ein schönes, erfolgreiches und vor allem verletzungsfreies Laufjahr 2023.

Nach der Premiere im letzten Jahr durften wir heute wiederum die Sportanlage der Kanti Frauenfeld als Start- und Zielpunkt anpeilen. Für mich war es das erste Mal, auch wenn ich einige Teilstücke der Strecke bereits kannte. So war also der persönliche Vorsatz klar: Langsam und besonnen beginnen und erst nach Streckenhälfte, wenn es dann wieder abwärts geht, laufen lassen. Tja, wie es halt mit Vorsätzen so ist, sie einzuhalten, stellt zuweilen eine Kunst dar. So liess ich mich wiederum dazu verleiten, halt auch auf der ersten Streckenhälfte möglichst mit den anderen mitzuhalten. Und siehe da, auch wenn sich der Puls permanent im roten Bereich bewegte, das Training in «meinen» Hinterthurgauer Hügeln macht sich immer mehr bezahlt. Während ich in meinen Läuferanfängen vor vielen Jahren möglichst jeder Strecke auswich, die nur ansatzweise von der Ebene abwich, machen mir heute coupierte Läufe viel mehr Spass.

Die äusseren Bedingungen waren für uns Läufer heute nahezu ideal, nicht zu kalt für die Jahreszeit, ein leichter Nieselregen, die Strecke bis auf kleine Ausnahmen griffig. So startete ich um Punkt 10 Uhr mit meinen Gspänlis, die teilweise schneller loslegten. Aber ich wusste ja, dass in Oberherten noch lange nicht der höchste Punkt war. Auch beim Weiler Unterrüti lag der langgezogene Anstieg durch den Wald noch vor uns. Nach sechs Kilometern war es dann fast geschafft, nur der kurze bissige Anstieg im Wald hatte es noch in sich. Der Kopf liess aber kein Gehen zu, also weiterrennen, bis der Puls wieder ein bisschen herunterkam. Oberhalb des Weilers Kirchberg kam mir die Begegnung, welche ich mit einem Rotmilan hatte, wieder in den Sinn. Wo ich lange glaubte, dass es sich bei Angriffen von Raubvögeln auf Läufer um eher seltene Zufälle handelte, wurde ich letzten Frühling eines Besseren belehrt. Ja, die lieben Vögel greifen tatsächlich lautlos von hinten an, und es fühlt sich an, wie wenn man geschupst wird. Sie meinen es ja nicht böse, aber erschrecken einen gewaltig. Irgendwo in diesem Bereich überholte mich Nina und ich überlegte mir kurz, mich ihr anzuhängen. Der Gedanke verflog jedoch so schnell, wie er gekommen war. Anstatt in ihrem Tempo mitzulaufen, hielt ich lieber mein Versprechen an Nina, den heutigen Laufbericht zu verfassen.

Nach einem langgezogenen Abschnitt wieder durch den Wald, im Prinzip vorbei am Stählibuckturm, konnte man es ab dem gleichnamigen Reservoir so richtig «sausen» lassen. In diesen Momenten bin ich froh um meine langen Beine, die ich beim Hosenkaufen manchmal verfluche. Heute genoss ich den Abstieg jedoch so richtig, die Beine machten gut mit und den Weg bis ins Ziel kannte ich. Zurück wieder auf der Neuhauserstrasse und anschliessend auf der Speicherstrasse erinnerte ich mich an den letzten Frauenfelder – nicht den Lauf-Cup, sondern DEN Frauenfelder – nur dass ich im November dann schon über 40 km in den Beinen hatte. Ein kleiner Sprint noch ganz am Schluss auf der Rennbahn, und schon wieder war ein tolles Lauf-Cup-Erlebnis beendet.

Danke an jene, die mitgeholfen haben, dass die Läufer und die Unihockey-Spieler in den Garderoben aneinander vorbeikamen. Danke an jene, die uns die Strassen zum Kreuzen freihielten. Danke an jene, die Kuchen und Getränke organisierten und ausschenkten. Und DANKE an alle, die vor und hinter den Kulissen als Heinzelmännchen wirken und die 10 wunderbaren Läufe ermöglichen!

Weitere Mitteilungen

Zum 30. Mal durfte in Frauenfeld zu einer Etappe des Lauf-Cups gestartet werden. Dabei starteten wir 28 Mal im Westen der Stadt und nun führte zum zweiten Mal führte die Strecke am Stählibuck vorbei. Lediglich in Götighofen wurde auch schon so oft gestartet. Da es den „Götighofer“ nun nicht mehr gibt und die Anlage bei der Kantonsschule Frauenfeld für den **07.01.2024** bereits reserviert ist, wird Frauenfeld nicht nur wegen des Militärwettmarschs und Marathons oder wegen des Stadtlaufs sondern auch wegen des Lauf-Cups DIE Läuferstadt sein. - Ganz herzlichen Dank an Andreas Portner und seine Helfer für die Organisation dieses schönen Laufs.



Herzlichen Dank für die 18 gespendeten Kuchen

Gertrud Schnider, Christina Knup, Thomas Kliebenshädel, Heidi Scheuch, Yvonne Dürr, Armin Grüninger, Arnold Kappeler, Nicole Ricklin, Hanspeter Tuchs Schmid, Tobias Schmid, Cäcilia Fink,

sowie die Honiggewinner: Anny Müller (2 Kuchen), Alice Etter (2 Kuchen), Rebecca Bruggmann, Anna Sergi und Reni Heckendorn - wer den Honig noch nicht abgeholt hat, kann ihn beim nächsten Lauf am Kuchenstand entgegennehmen.

Treffpunkt nach dem Lauf - Rangverlesen

Vor Corona haben sich jeweils rund 70 Personen nach dem Lauf zum Kaffee oder zu einem Bier getroffen. In den vergangenen beiden Jahren mussten wir darauf verzichten und nun treffen sich lediglich noch etwa zwei Dutzend Läuferinnen und Läufer. Das Rangverlesen, der Anlass bei dem auch die Honiggewinner unter den Kuchenspendern ausgelost werden, soll sich jedoch nicht zum Treffpunkt der Jahrzehnte langen Teilnehmern entwickeln. Auch wer neu beim Lauf-Cup dabei ist, ist nach dem Lauf zu einem kurzen Verweilen unter Gleichgesinnten herzlich eingeladen.



Frauenfeld, 08.01.2023/jb