

# 30. LAUF-CUP

www.lauf-cup.ch

Winter 2018/19

Hinweise für die Anreise mit öffentl. Verkehrsmittel: Siehe Website/Termine

↑ = Steigungsmeter

**1** Sonntag, 21.10.18, um 10.00 Uhr **Speicher** Massenstart, Distanz: **11.1 km**, ↑280 m  
Organisator: Noldy Graf, Läufergruppe Speicher Streckenrekord: Nina Zoller; 46'07" (Okt. 12) + Martin Leemann: 38'34" (Dez. 02)  
Startnummernausgabe: **08.30 - 09.30 Uhr Zentralschulhaus**, Schupfen 10, 9042 Speicher  
Zufahrt: Hauptstrasse St. Gallen - Trogen, bis Dorfzentrum Speicher  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Zentralschulhaus Treffpunkt nach dem Lauf: **Festwirtschaft im Zentralschulhaus**

**2** Sonntag, 28.10.18, um 09.30 Uhr **Kemmental/Alterswilen** Massenstart, Distanz: **13.7 km**, ↑140 m  
Organisator: Josef Knill, TV Neuwilen Streckenrekord: Nina Zoller 55'13" (Nov. 13) + Bruno Heuberger: 47'25" (Feb. 08)  
Einschreiben: ab 08.30 Uhr, **Schulanlage Alterswilen**, Kirchstrasse 11, 8573 Alterswilen  
Zufahrt: Hauptstrasse Berg TG - Kreuzlingen; in Siegershausen links, Richtung Märstetten, noch ca. 500m  
Toiletten, Garderoben+Duschen: MZH Alterswilen Treffpunkt nach dem Lauf: **Foyer Mehrzweckhalle**

**3** Sonntag, 11.11.18, ab 09.30 Uhr **Gossau** Handicap, Distanz: **11.9 km**, ↑321 m  
Organisator: Florian Kobler, LSV Region Gossau Streckenrekord: Nina Zoller 52'06" (Jan. 16) + Joel Drittenbass 46'33" (Jan. 16)  
Einschreiben: ab 09.00 Uhr, **Sporthalle Buechenwald**, Seminarstrasse 10, 9200 Gossau  
Zufahrt: Hauptstr. Gossau - Herisau, Abzweigung links Ri. Freibad/P+R, gebührenpflichtige Parkplätze / 2 min. ab Bahnhof  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Sporthalle Buechenwald Treffpunkt nach dem Lauf: **Sportlerbeiz Sporthalle Buechenwald**

**4** Sonntag, 25.11.18, ab 09.30 Uhr **Bischofszell** Handicap, Distanz: **11.8 km**, ↑190 m  
Organisatorin: Monika Jung Streckenrekord: Nina Zoller: 48'47" (Dez. 13)+ Martin Hubmann: 42'52" (Dez. 13)  
Einschreiben: ab 09.00 Uhr, **Sporthalle Bruggwiesen**, Amriswilerstr., 9220 Bischofszell  
Zufahrt: In Bischofszell Stadt; Richtung Amriswil/Sulgen  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Sporthalle Bruggwiesen Treffpunkt: **Rest. Hirschen**, 200 m vom Ziel, Richtung Amriswil

**5** Samstag, 08.12.18, ab 14.00 Uhr **Dozwil** Handicap, Distanz: **14.4 km**, ↑80 m  
Organisator: Peter Bühler, 1001-Treff Amriswil Streckenrekord: Nina Zoller: 56'12" (Dez. 17) + Carsten Brod: 50'35" (Dez. 16)  
Einschreiben: ab 13.30 Uhr, **Schulhaus Dozwil**, Uttwilerstr., 8582 Dozwil  
Zufahrt ab Amriswil: Im Zentrum von Amriswil Richtung Kesswil/Uttwil, bis Dozwil  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Schulhaus Dozwil Treffpunkt nach dem Lauf: **Rest. Landhaus, Dozwil**

**6** Sonntag, 16.12.18, ab 09.30 Uhr **Sulgen** Handicap, Distanz: **12.4 km**, ↑90 m  
Organisator: Dominik Schlumpf, Run Fit Thurgau Streckenrekord: Nina Zoller: 49'19" (Dez. 17) + Fabe Downs: 43'01" (Dez. 17)  
Einschreiben: ab 09.00 Uhr, **Auholzsaal**, Kappellenstr. 10, 8583 Sulgen  
Zufahrt: In Sulgen; Hauptstrasse Sulgen – Kradolf/Bischofszell; 300 m nach der Unterführung, rechts abbiegen  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Auholzsaal Treffpunkt **vor und nach** dem Lauf: **Festwirtschaft im Auholzsaal**

**7** Sonntag, 06.01.19, ab 09.30 Uhr **Weinfelden** Handicap, Distanz: **14.9 km**, ↑153 m  
Organisator: Werner Schönholzer, Fitnessriege Weinfelden Streckenrekord: Luzia Schmid: 1h03'25" (Jan. 18) + Luca Zingg: 53'39" (Jan. 18)  
Einschreiben: ab 09.00 Uhr, **Sportanlage Güttingersreuti**, Lauligstrasse 6, 8570 Weinfelden  
Zufahrt: Die Umfahrung Weinfelden, von Bürglen kommend beim 2. Kreisel, von Frauenfeld beim 6. Kreisel verlassen  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Güttingersreuti Treffpunkt nach dem Lauf: **Rest. Sportzentrum** in der Eishalle

**8** Sonntag, 20.01.19, ab 09.30 Uhr **Henau** Handicap, Distanz: **14.95 km**, ↑144 m  
Organisator: Peter Kuhn, RMV Uzwil Streckenrekord: Jutta Brod 1h02'02" (Nov. 15) + Fabe Downs 51'46" (Jan. 18)  
Einschreiben: ab 09.00 Uhr, **Sportanlage Rüti, Henau**, Rütistr., 9247 Henau  
Zufahrt: Autobahnausfahrt Uzwil, dann Hauptstrasse Niederuzwil - Zuzwil  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Sportanlage Rüti Treffpunkt nach dem Lauf: **Bistro in der Sportanlage Rüti**

**9** Samstag, 09.02.19, ab 14.00 Uhr **Frauenfeld** Handicap, Distanz: **13.0 km**, ↑170 m  
Organisator: Erich Gentsch, LSV Frauenfeld Streckenrekord: Nina Zoller: 50'40" (Feb. 18) + Matthias Rutishauser: 45'19" (Feb. 11)  
Einschreiben: ab 13.30 Uhr, Zuckerfabrik, vor der Kantine, Oberwiesenstr. 101, 8500 Frauenfeld  
Zufahrt: Autobahnausfahrt Frauenfeld West; Richtung Zuckerfabrik.  
Toiletten/Umkleide: Firma Amacker+Schmid AG. Treffpunkt nach dem Lauf: Kantine der Zuckerfabrik (bei Start/Ziel)

**10** Samstag, 23.02.19, ab 13.15 Uhr **Götighofen** Handicap, Distanz: **20.2 km**, ↑200 m  
**Kurzvariante:** Abzweigung nach 12,2 km **13.2 km**, ↑90 m  
Organisator: Kurt Müller, OL Amriswil Streckenrekord Langdistanz: Nina Zoller: 1h22'15" (Feb. 14)+ Dominik Rechsteiner: 1h10'00" (Feb. 01)  
Streckenrekord Kurzvariante: Marianne Brülisauer: 54'48" (Feb. 10) + Patrik Terzer: 48'09" (Feb. 15)  
Einschreiben: ab 13.00 Uhr, **Schulhaus Götighofen**, Schulstr. 22, 8583 Götighofen  
Zufahrt von Hauptstrasse Sulgen-Amriswil: Dorfeingang Riedt/Erlen, bei Velo Fehr rechts abbiegen, nach Götighofen  
Zufahrt von Bischofszell-Amriswil: In Zihlschlacht links, Kantonsstrasse Zihlschlacht - Sulgen  
Toiletten, Garderoben+Duschen: Schulhaus Götighofen **Schlusshöck: Festwirtschaft des Dorfvereins Götighofen**