



Laufsportclub  
Wil



### - Training auf dem Leidensweg auf die St. Iddaburg



Bei kühlen, jedoch idealen Lauftemperaturen joggte eine Läufer­schar vom LSC vom Schulhaus Ägelsee via Fischen­gen über den Leidensweg auf die St. Iddaburg. Der Rückweg erfolgte via Gähwil, Altbach zurück zum Schulhaus Ägelsee.

Das zur Tradition gewor­den Lauftraining war wieder eine wahre Herausforderung. So galt es doch, 800 Höhenmeter auf 25 km zu überwinden. Dank den Laufleitern und den fleissigen Hän­den war es für die LSCler ein strenger, aber schöner Longjogg von ca. drei Stunden.



Der Start und das Ziel befand sich beim Schulhaus Ägelsee. Hier verwöhnten Gertraud Bechtiger und Ösi Schnider die müden Läuferinnen und Läufer mit Tee, Wasser und sogar Bier und Osterkuchen.



Zwischenverpflegung in Fischen­gen: Vor dem strengen Leidensweg auf die St. Iddaburg gab es feinen Tee, gekocht von Cornel Rentzmann. Zudem gab es noch Osterhä­li und Guetsli von Gertraud Bechtiger. Das war eine tolle Stärkung vor dem Aufstieg.

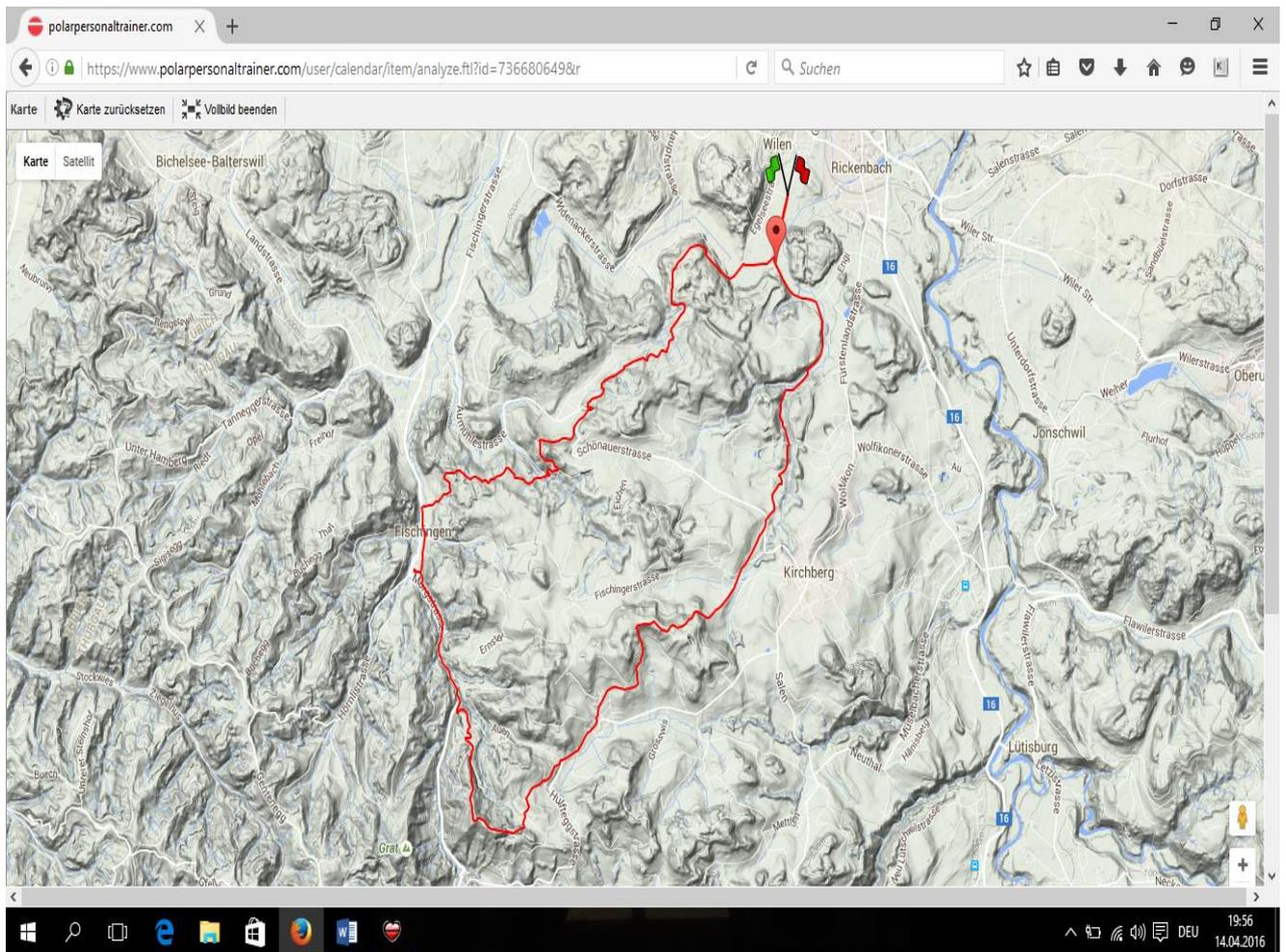


Das Wissen, dass auf der St. Iddaburg Gertraud und Ösi die „Verrückten“ mit Tee und Osterkuchen empfangen, war für mancher eine Motivation, die Höhenmeter zu überwinden. Den Tee kochten „Schniders“. Die Osterkuchen / Cakes stammten aus der Feinbäckerei von Gertrud und Gertraud.



Damit die schöne Aussicht auf St. Iddaburg mit einem wärmenden Kleidungsstück genossen werden konnte, organisierte Ösi Schnider einen Kleidertransport . Hier bestand auch die Möglichkeit, mit Ösi Schnider wieder zurück nach Wilen zu Fahren.





An dieser Stelle einen lieben Dank an Gertrud und Ösi Schnider, Cornel Rentzmann und Gertraud Bechtiger sowie an die Laufleiter Rolf Maute, Dieter Paul und Hans Moser.

Die Infos erhielt ich von Rolf Maute und Irena Schär. Das GPS Bild erhielt ich von Doris Michel. Auch lieben Dank.



**02. April 2016**  
**47. Running Day Eschenbach**



Das Logo des SC Diemberg erklärt die gelbblaue Farbe des Badetuchs ☺.



Die Farben rot – weiss – schwarz waren sehr gut vertreten in Eschenbach. Eine Werbebande musste als LSC - Garderobe erhalten.



Am Runningday waren die LSCLer sehr gut vertreten. Die Treffen mit den Kameraden und Kameradinnen ging wie ein roter Faden durch den Anlass. Am Parkplatz, bei der Startnummernausgabe, in der Garderobe, am Start, im Ziel und bei der Rangverkündigung traf ich immer wieder jemand, den ich noch nicht gesehen hatte.

Es war Spannend, wer ist noch hier vom LSC? Nachdem ich die Rangliste studiert hatte, war ich aufgeklärt. Es waren genau Dreissig von unserem Club. Sie alle nahmen die 10.4 km bei trockenen, angenehmen Lauftemperaturen unter die Füße.

Von den teilnehmenden Laufvereinen hatte der LSC die grösste Läufer­schar am Start. Bravo.



2. Rang W50: Gabrielle Schwager mit 46.37



1. Rang M60: Fredy Pfister mit 41.59



1. Rang W65: Irena Schär mit 48.21

3. Rang M50: René Bähler mit 39.59



1. Rang W70: Armin Fuchs mit 54.37

Die Besten drei Damen und Herren vom LSC aus der Overall Rangliste:

7. Rang: Gabrielle Schwager mit 46.37

15. Rang: Irena Schär mit 48.21

30. Rang: Susi Klöti mit 51.57

16. Rang: Pädgy Bosshard mit 39.16

21. Rang René Bähler mit 39.53

37. Rang: Fredy Pfister mit 41.59

:

Die gesamte Rangliste ist zu finden unter [www.scdiemberg.ch](http://www.scdiemberg.ch)



Die Glückspilze Ursula Bürge und Dieter Paul gewannen an der Schlussverlosung ein paar Laufschuhe und einen Gutschein vom Hotel....

Roland begleitete mich und knipste ein paar Fotos, lieben Dank.



04. April 2016 Start des Biketrainings am Montagabend.



Die Biker werden in drei Gruppen geführt:

Ambitionierte: Hans Ziegler

Challenge: Hans Moser

Kultur: Fred Scheidegger

Das Foto bekam ich von Luzia Neff, herzlichen Dank.

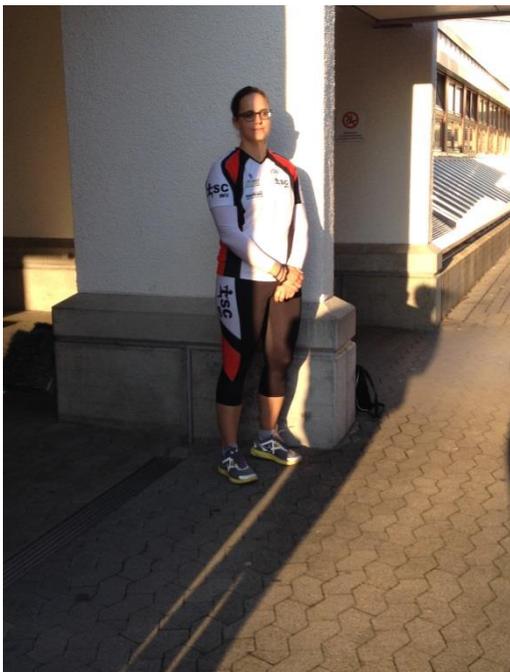


06. April 2016  
Start Laufkurs



FIT IN DEN FRÜHLING

.....unter der Leitung von Antoinette Moser mit Edy Krähenmann und Tina Rüegg.



Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen lauschten gespannt der Ansprache von unserer neuen Präsidentin Ursina Paul und den Erläuterungen von Antoinette Moser.



Die Einsteiger sowie die Fortgeschrittenen werden viel über den Laufsport erfahren und werden auch sicher viel Spass haben.



**BOSSART** SPORT WIL



20. April 2016 Laufschuhfest und Sponsorenapéro



Vor Ort war Adidas, Salomon, Brooks, Asics und New Balance vertreten.



Gross war die Auswahl an Laufschuhen, Accessoires und Kleider. Dementsprechend wurde fleissig diskutiert, anprobiert und auch eingekauft. Das hochwertige Sortiment war sehr verlockend. Gut, gibt's so ein Laufschuhtest, so muss nicht weit gereist werden, um die Schuhe vor Ort gleich zu testen und auch zu vergleichen. Läufer und Läuferinnen brauchen schliesslich gutes Schuhwerk☺.



Bei unserem Hauptsponsor Bossart Sport war die Atmosphäre im Laden sehr gemütlich. So konnte man noch gemütlich um den Laden umherschlendern und es wurde noch dies und jenes Entdeckt. Auch das gesellige Beisammensein kam nicht zu kurz.

Bossart Sport verwöhnte uns einen feinen Imbiss.

Die Clubkasse offerierte uns ein feines Dessert.





An dieser Stelle einen lieben Dank an Yvonne, Carlo und Elfriede Bossart für die Gastfreundschaft.



27. April 2016 Waldlauf



April, April, der weiss nicht was er will. Am Tag des Waldlaufs war typisches Aprilwetter.



Am Morgen des war mein Auto eingeschneit wie im tiefsten Winter. Was die Nässe angelangt, meinte es der Wettergott gut mit dem LSC und den Läufern. Es zeigte sich sogar die Sonne. Was blieb, war die Kälte.



Ohne OK – Chef und zahlreiche Helfer könnte so ein Anlass gar nicht durchgeführt. Es gibt viele kleinere und grössere Arbeiten. Die werden einfach so erledigt, ist es im Vorder – sowie auch im Hintergrund. Ein herzliches Dankeschön an alle Freiwilligen.



Kurz vor dem Start besuchte und noch eine eiskalte Bise. Nach meinem Empfinden verabschiedete sie sich wieder und es herrschte ideales Laufwetter.



Die Tagessieger Stefan Richte und Claudia Helfenberger



- 2. Rang: Marianne Brülisauer mit 42.58
- 1. Rang: Claudia Helfenberger mit 42.47
- 3. Rang: Gabrielle Schwager mit 47.10



- 2. Rang: Sven Lusti mit 37.12
- 1. Rang: Stefan Richle mit 35.20
- 3. Rang: Jörg Stäheli mit 37.20

Die Besten drei Damen und Herren vom LSC:

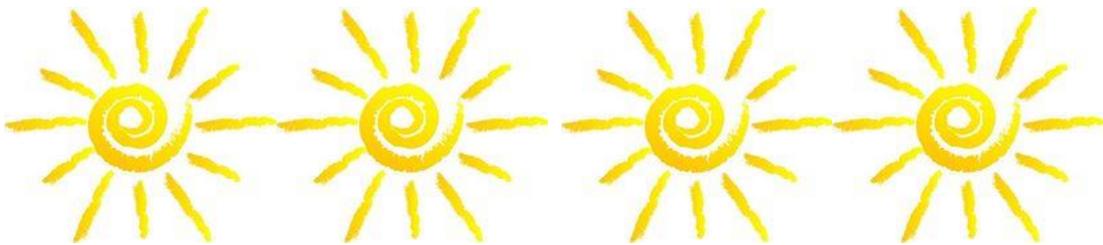
- 3. Rang: Gabrielle Schwager mit 47.10
- 5. Rang: Irena Schär mit 47.43
- 8. Rang: Regula Bamert mit 49.04
  
- 5. Rang: Pädgy Bosshard mit 37.53
- 7. Rang: René Bähler mit 38.05
- 13. Rang: Bruno Mettler mit 39.56

Die Fotos von den Siegern und vom Start bekam ich von Ösi Schnider, lieben Dank.

Ich wünsche euch schöne Auffahrtstage, die Wetterprognosen sind ja vielversprechend...☺

Aussichten und Trend

Heute	Morgen	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
 5 9 8 13	 6 14 8 19	 7 14 11 22	 4 14 11 21	 4 20 10 20	 7 22 11 20



Liebe LSCI-erinnen und LSCI-er  
Über externe Berichte würde ich mich sehr freuen.