

### Programmübersicht



## RAIFFEISEN

• Marathon-Abschlussfeier	Mittwoch	8. Februar 2017
• <b>Crosslauf Degenau</b>	<b>Samstag</b>	<b>11. März 2017</b>
Die Ausschreibung ist bereits auf der Homepage		
• <b>Schollenholzlauf Frauenfeld</b>	<b>Samstag</b>	<b>18. März 2017</b>
• Sponsorenapéro Auto Eberle Wil	Mittwoch	22. März 2017
• Start Bike-Training	Montag	3. April 2017
• Laufschuhtest Bossart Sport	Mittwoch	12. April 2017
• <b>Abendwaldlauf Thurau</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>19. April 2017</b>
• <b>Running Day Eschenbach</b>	<b>Samstag</b>	<b>29. April 2017</b>
• Start Toggenburger Bike-Cup	Sonntag	20. Mai 2017

## Training

Mittwoch, 19.30 Uhr, Sporthalle Lindenhof

## Biketraining

Montag, 18.30 Uhr  
 Parkplatz Schulanlage Lindenhof Wil  
 1. Training: Montag, 3. April 2017

Ambitionierte Gruppe  
 Challenge Gruppe  
 Kulturgruppe

Hans Ziegler  
 Hans Moser  
 Fred Scheidegger

Die Strecken werden jeweils beim Start bekannt gegeben. Es wird in verschiedenen Stärkeklassen gefahren. Alle sind dazu herzlich eingeladen.



# Jahresprogramm 2017

Damen und Herren: 15 Läufe, 5 Streichresultate

## Vereinsmeisterschaft LSC

Datum	Anlass	Organisation LSC
11.03.2017	Crosslauf Degenau	Urs Stähli
18.03.2017	Schollenholzlauf Frauenfeld	
19.04.2017	Abendwaldlauf Thurau	Ludwig Grob
29.04.2017	Running Day Eschenbach	
25.05.2017	Auffahrtslauf St.Gallen	
31.05.2017	Hörnli Clublauf	Franziska Alpiger
7. oder 14.6.2017	Mehrkampf	Ursina Paul
25.06.2017	Triathlon Märwil	
12.08.2017	Panoramalauf Ottenberg	
13.09.2017	3000 m Bahnlauf	Bruno Mettler Regula Bamert
23.09.2017	Schnebelhorn - Panoramatrail	
28.10.2017	Oberuzwiler Dorflauf	
05.11.2017	Wiler Herbstlauf	Manuela Tilotta
19.11.2017	Frauenfeldertag	
frei wählbar	Halbmarathon	

✂ ----- ausschneiden ----- aufhängen ----- mitmachen -----

Wertung Damen (total 15 Läufe)		Wertung Herren (total 15 Läufe)	
Alle Anlässe	Punkte	Alle Anlässe	Punkte
Siegerin	25	Sieger	50
Zweite	22	Zweiter	46
Dritte	20	Dritter	43
Vierte	18	Vierter	41
Fünfte	17	Fünfter	40
usw. immer 1 Punkt weniger	16	usw. immer 1 Punkt weniger	39
	<b>5 Streichresultate</b>		<b>5 Streichresultate</b>
<p><b>Halbmarathon</b> oder <b>Marathonlauf</b> (je nachdem, was aktuell ist) kann beliebig ausgewählt werden (In- oder Ausland). Die Ranglisten oder Infos bitte bis Ende November dem Meisterschaftsbetreuer abgeben.</p>			
<p><b>Klassierung Jahresmeisterschaft</b>            Clubmeister/Clubmeisterin wird die- oder derjenige mit der höchsten Punktzahl. Bei Punktgleichheit entscheiden die besseren Einzelklassierungen. Auf der Schlussrangliste wird aufgeführt, wer an mind. 3 Wettkämpfen rangiert wurde. Rangiert sich ein Clubmitglied bei einem auswärtigen Anlass unter einem anderen Verein, erhält es nur Punkte zur Jahresmeisterschaft, wenn auch der Name LSC Wil in der Rangliste aufgeführt ist. Bei Waffelläufen darf man sich im Gruppenklassement eines anderen Vereins beteiligen.</p>			



**Thurgauer  
Kantonalbank**

## Marathon-Abschlussfeier

Mittwoch, 8. Februar 2017

Anschliessend an das Training, ab ca 20.45 Uhr, findet im Lindenhofschulhaus die Marathon-Abschlussfeier statt. Es sind alle TeilnehmerInnen der Marathonreise und die TrainingsteilnehmerInnen herzlich eingeladen. Offeriert wird ein Imbiss mit Getränken. Zudem zeigt Ösi einen Film über die Reise nach Budapest und Fridolin wird einen kurzen Rückblick machen und informieren, wie es mit den Marathonreisen weitergeht.

## Crosslauf Degenau, Samstag, 11. März 2017....

Meisterschaftsanlass

Anmeldung am Lauftag vor Ort

## Schollenholzlauf Frauenfeld, Samstag, 18. März 2017

Meisterschaftsanlass

**Einschreiben** ab 13.00 Uhr, Turnhalle Schollenholz  
**Startgeld** Fr. 10.--  
**Garderoben** Turnhalle Oberwiesen, EG (wie beim Winter-Laufcup)  
**Start** **14.15 Uhr Turnhalle Schollenholz**  
Der Weg von der Turnhalle Oberwiesen zum Start bei der Turnhalle Schollenholz ist mit Fähnli markiert.

**Toiletten** Beim Start in der Zivilschutzanlage nebenan.  
**Distanz** 16,150 km coupierte Laufstrecke  
**Verpflegung** Bei der Streckenhälfte Tee und Wasser.  
**Duschen** Turnhalle Oberwiesen  
**Rangverkündigung** Turnhalle Oberwiesen

Nähere Infos [www.lsvfrauenfeld.ch](http://www.lsvfrauenfeld.ch)



## Sponsorenapéro bei Auto Eberle Wil

Mittwoch, 22. März 2017

### Training



### 19.00 Uhr

Die Laufleiter organisieren ein **60-Minuten-Lauftraining**, damit wir rechtzeitig bei unserem Sponsor sind.

Auch dieses Jahr freut sich das Auto Eberle-Team auf eine grosse Teilnehmerzahl



## Laufschuhtest bei Bossart Sport Wil

Mittwoch, 12. April 2017

18.00 – 20.00 Uhr bei Bossart Sport.

Verschiedene Anbieter ermöglichen uns, eine grosse Auswahl an Laufschuhen zu testen. Profitiert von diesem Angebot!

(Es findet kein offizielles Training statt.)

**18.00 Uhr**  
**Laufschuhtest**

**BOSSART** SPORT WIL

## Abend-Waldlauf Thurau, Mittwoch, 19. April 2017

Meisterschaftsanlass

<b>Anmeldung</b>	ab 17.30 – 18.40 Uhr Sporthalle Lindenhof
<b>Garderobe/Dusche</b>	Sportanlage Lindenhof
<b>Startgeld</b>	LSC, Schülerinnen/Schüler: gratis Nichtmitglieder: Fr. 12.-- / Nachmeldegebühr Fr. 3.--
<b>Strecke</b>	2 Runden à 5 km (Schülerinnen und Schüler 1 Runde)
<b>Start</b>	19.00 Uhr bei der Forsthütte Thurau
<b>Rangverkündigung</b>	anschliessend in der Mensa Lindenhof
<b>Organisation</b>	Ludwig Grob

**online  
anmelden!**

## Running Day Eschenbach, Samstag, 29. April 2017

Meisterschaftsanlass

<b>Anmeldung</b>	online bis 26.4.2017
<b>Strecke</b>	10,4 km
<b>Startgeld</b>	Fr. 22.-- / Nachmeldung bis 1h vorher + Fr. 5.--
<b>Startzeit</b>	14.00 Uhr
<b>Infos</b>	<a href="http://www.scdiemberg.ch">www.scdiemberg.ch</a>

Auf der Homepage sind bereits alle Infos.

## Toggenburger Bike-Cup 2017

- |                    |                |                           |
|--------------------|----------------|---------------------------|
| • Kreuzegg Classic | <b>Samstag</b> | <b>20. Mai 2017</b>       |
| • Ufs Hörnli       | <b>Samstag</b> | <b>3. Juni 2017</b>       |
| • Bikerace Tuttwil | <b>Samstag</b> | <b>23. September 2017</b> |

Detaillierte Infos unter [www.toggenburger-bike-cup.ch](http://www.toggenburger-bike-cup.ch)



## Vorschau auf die nächste Ausschreibung Vorsommer 2017

Donnerstag 25. Mai	Auffahrtslauf St.Gallen
Mittwoch, 31. Mai	Clublauf Hörnli
Samstag, 3. Juni	Ufs Hörnli Lauf und Bike
Mittwoch, 7. oder 14. Juni	Mehrkampf
Sonntag, 25. Juni	Triathlon Märwil



## Sommertrainings

Wer hat Lust, in den Sommerferien ein Training durchzuführen?

**12. Juli Eveline Länzlinger / Therese Buchter / Irena Schär**

**19. Juli**

**26. Juli Franziska Alpiger**

**2. August**

**9. August**

**Ursina Paul 079 / 504 84 07  
freut sich auf eure Meldung.**

