

RAIFFEISEN



Sehen im Sport = Bischof Sportoptik

Bischof Optik, obere Bahnhofstrasse 41
9500 Wil
www.bischofoptik.ch

- **Frauenfelder Trainings**
Mittwoch, 7. Oktober + Mittwoch, 14. Oktober
- **36. Oberuzwiler Dorflauf** Samstag 24. Oktober
- **Wiler Herbstlauf + Nordic Walking** Samstag 31. Oktober
siehe separate Ausschreibung Internet und Flyer
- **Frauenfelder Tag 2009** Sonntag 15. November
- **Spezialtraining mit Badeplausch** Mittwoch 18. November
- **Chlausabend** Freitag 27. November

- **Training im Krafraum** ab 21. Oktober
- **Hallen-Training Turnhalle Sonnenhof** ab 23. Oktober

Vorschau: Hauptversammlung LSC Wil
Samstag, 20. Februar 2010

Versammlung: Evangelisches Kirchgemeindehaus
Nachessen: Migros Restaurant Wil

Die Einladung kommt im Januar 2010.

BOSSART SPORT WIL

Mittwoch-Training

nach Aufstellung der Laufleiter Peter und Otti
Siehe auch Infos im Internet www.lscwil.ch

Krafraum-Training

im Lindenhof jeden Mittwoch
ab 21. Oktober 2009, ab 19.00 Uhr offen

Hallen-Training

in der Sonnenhof-Turnhalle Wil jeden Freitag
ab 23. Oktober 2009, 20.00 Uhr mit Reto Ruesch

Frauenfelder-Trainings

Mittwoch, 7. Oktober 2009

Ausdauertraining „Frauenfelder-Strecke“ **AUFWÄRTS**

21 km langsam **Leiter: Edi**

Zugsabfahrt Bahnhof Wil: 18.12 Uhr

Ankunft Frauenfeld: 18.40 Uhr

21 km mittel und schnell

Zugsabfahrt Bahnhof Wil: 18:42 Uhr

Ankunft Frauenfeld: 19.10 Uhr

14 km langsam **Leiter: Martin Müller**

Zugsabfahrt Bahnhof Wil: 19:12 Uhr

Ankunft Bahnhof Wängi: 19.23 Uhr



TEEPAUSE IN ESCHLIKON

Antoinette und (wer hat noch Zeit)?

Duschen und Umkleiden im Lindenhof Wil.

Anschliessend Rest. Bären, Züberwangen: Metzgete!

Mittwoch, 14. Oktober 2009

Ausdauertraining „Frauenfelder- Strecke“ **ABWÄRTS**

21 km langsam **Leiter: Edi**

Start Lindenhof: 18.30 Uhr

21 km mittel und schnell

Start Lindenhof: 19.00 Uhr

15,5 km langsam **Leiter: Bruno Segenreich**

Abfahrt Bahnhof Wil: 18.42 Uhr

Ankunft Münchwilen Pflegeheim: 18.45 Uhr

Ziel: Kaufmann Teppiche Frauenfeld

Imbiss mit Getränk wird offeriert!

Kleidertransport: Antoinette und ...



Bei Kaufmann Wohntex, Zürcherstrasse 98, ist Katzenwäsche angesagt!

Die Kaufmann AG offeriert uns heute erneut einen Imbiss mit Getränk!

Rückfahrten ab Frauenfeld mit der Bahn ab 20.49 Uhr.

Oder jede weitere Stunde. Letzte Fahrt 23.49 Uhr!

Fussmarsch zum Bahnhof oder Haltestelle Marktplatz ca. 10 Minuten.

35. Oberuzwiler Dorflauf, Samstag, 24. Oktober 2009

Meisterschaftsanlass

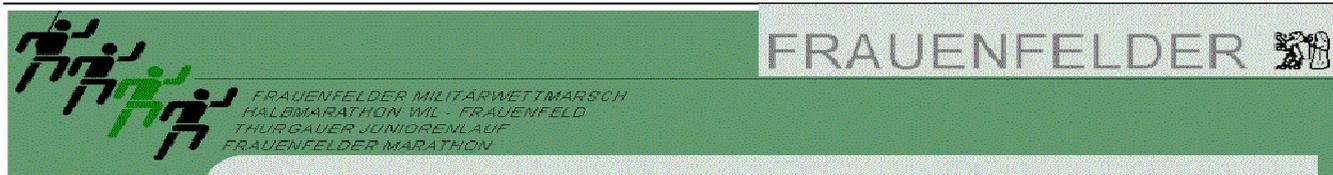
- **Anmeldung bis Samstag, 10. Oktober 2009**
Mit Einzahlungsschein auf PC-Konto 90-17160-3 LC Uzwil.
oder einfacher online:
- **Nachmeldungen: + Fr. 5.--**
- **Umkleideräume**
Mehrzweckhalle Breite Oberuzwil
- **Start**
15.30 Uhr (Damen und Herren)
- **Strecke**
Damen und Herren **7,610 km** (4 Runden)
- **Weitere Infos unter:** www.lcuzwil.ch/dorflauf/ausschreibung2009

www.lcuzwil.ch

Siehe separate Ausschreibung auf dem Internet und/oder Flyer!
www.lscwil.ch

Unser Hauptsponsor am Herbstlauf:

RAIFFEISEN



JUBILÄUMSLAUF

Meisterschaftsanlass

- 75. Frauenfelder Militärwettmarsch
- 10. Halbmarathon
- 25. Thurgauer Juniorenlauf
- 10. Frauenfelder Marathon

Sonntag, 15. November 2009

Strecke

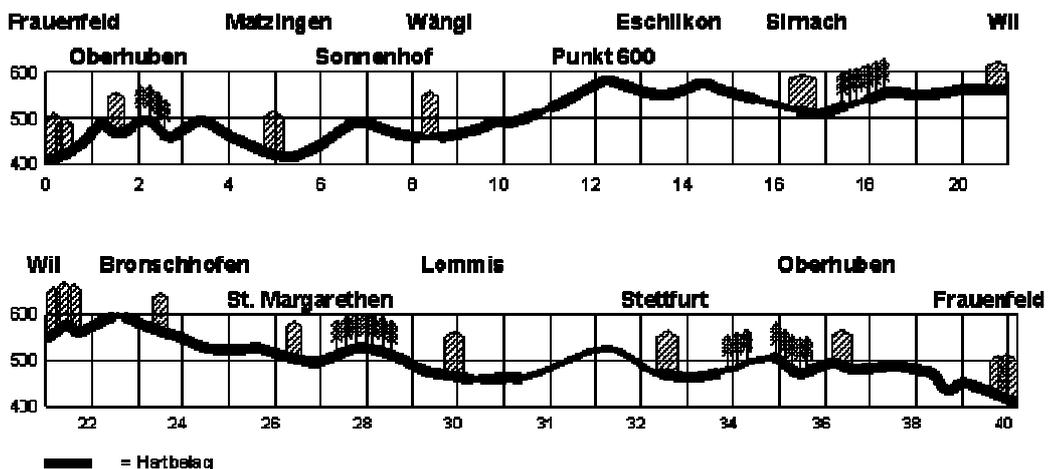
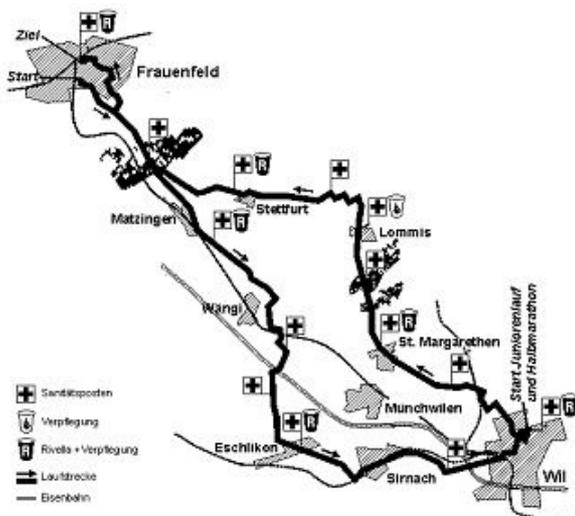
Marathon und Militärwettmarsch
 Original „Frauenfelder Marschstrecke und Streckenprofil“ 42.2 km
 Halbmarathon/ Juniorenlauf
 Wil - Frauenfeld 21.2 km

Start

Militärwettmarsch
 Marktplatz Frauenfeld 10.00 Uhr
 Halbmarathon und Juniorenlauf
 Kirchgasse Wil
 Junioren + Damen 12.15 Uhr
 Herren 12.45 Uhr

Anmeldeschluss: 24. Oktober 2009

siehe auch www.frauenfelder.org



Anmeldung

Mit EZ auf PC 85-442301-6, OK Frauenfeld, Anmeldungen, 8500 Frauenfeld
Elite-Sport Shop AG
Bossart Sport Wil

Bestellungen von Ausschreibungen

OK Frauenfelder, CH 8524 Uesslingen, Tel 052 746 13 78 /
Fax 052 746 10 00
junioren@frauenfelder.org

Nachmeldungen

Gegen Barzahlung in Frauenfeld: Samstag 14.11.2009, 18:00-19:00 h und
Sonntag 15.11.2009, 07:30 - 30' vor Start.
In Wil: Sonntag 15.11.2009: 09:00 h - 30' vor Start (Turm beim Viehmarktplatz)
Nachmeldegebühr: Fr. 7.-- für alle Läuferinnen und Läufer!

--- Wir treffen uns anschliessend - wie gewohnt - in der Pizzeria Rest. Löwen, Frauenfeld ---

Mittwoch, 18. November 2009

Spezial-Training nach dem „Frauenfelder“!
Kurzes, langsames Training mit anschliessendem Badeplausch.

Treffpunkt Schwimmhalle in Aadorf
Zeit 18.50 Uhr Besammlung Laufstart um 19.00 Uhr
Duschen anschliessend in der Schwimmhalle

Chlausabend

Freitag, 27. November 2009

Manuela und Katrin sind im Gespräch mit dem Samichlaus!



**Alle weiteren Infos sind ca.
2 Wochen vor dem Anlass
auf unserer Homepage!**

**Unser Samichlaus ist sich
bereits am aufwärmen ...!**

Treffpunkt Parkplatz Badi Weiherwiese, Wil
Zeit 19:00 Uhr Weiter geht's zu Fuss!!

Einen schönen Herbst wünschen

MartinUrsiRenéPeterDominikAntoinetteHansMartin

Bodenbeläge mit **pfiff**
Kaufmann
Wil und Frauenfeld

 Thurgauer
Kantonalbank