



Laufsportclub Wil

Oktober 2012



50 Jahre Laufsportclub Wil, das haben wir mit grossem Vergnügen gefeiert. Ebenfalls ein Vergnügen ist es, Evelines Bericht in die Monatsnewsletter einfügen zu dürfen.

Gelaufen sind unsere Mitglieder auch, einer sogar in drei Ländern. Ein Mail, das mich erreicht hat, beginnt mit „Schon wieder ich ...“, ein anderes enthielt einen Saisonrückblick, den ich gerne veröffentliche.



Wil: Der Samstagabend, 27.10.2012 stand ganz im Zeichen von Rot - Weiss - Schwarz, den Vereinsfarben vom LSC-Wil. Der LSC-Wil feiert dieses Jahr seinen 50. Geburtstag und genau dieser wurde am Samstag in der Aula vom Lindenhof gebührend gefeiert.

Gegen 200 Gäste folgten freudig der Einladung, darunter die geschätzten Sponsoren des Vereins, die Präsidenten der umliegenden Laufvereine, die Organisatoren des Bike Cups Toggenburg, Pressevertreter und natürlich die Mitglieder des LSC-Wil.

Gründung

Im Jahre 1962 gründeten Hans Helbling und Hans Müller den Verein, damals noch Wehrsportgruppe Wil genannt. Sie teilten die Passion Waffenläufe und bestritten erfolgreich Wettkämpfe. Der Verein mauserte sich zu einem populären Laufftreff und es wurden auch immer mehr zivile Läufe gelaufen. Daher die Namensänderung im Jahre 1974 auf Lauf und Sportclub Wil, kurz LSC-Wil. Im Jahre 1999 traten die ersten Frauen dem Verein bei und seither geniesst der Verein eine hohe Beliebtheit bei den weiblichen sowie männlichen Sportfans. Der Verein zählt mittlerweile gegen 150 Aktivmitglieder.

Festakt

Die 1. Überraschung war der rote Teppich vor dem Eingang und die schöne Dekoration, gestaltet von Luzia Neff und Franziska Alpiger. Beim Apéro, offeriert von der Stadt Wil, war die Feststimmung bereits spürbar. Danach hiess es Vorhang auf und es reihte sich ein Höhepunkt zum nächsten. Fridolin Hinder führte galant durchs Programm und auch das kulinarische kam nicht zu kurz, dafür sorgte Ruedi Wiesli mit seiner Brigade.

Höhepunkte

Das Abendprogramm wechselte sich ab zwischen Humor, Konzert und geschichtliches und aktuelles aus 50. Jahren LSC-Wil. OK -Chef vom Frauenfelder, Rolf Studer dankte

dem LSC-Wil für die tolle Zusammenarbeit, dank dem LSC bleibt der Frauenfelder attraktiv. Auch der Präsident vom OL Regio Wil, Ernst Baumann richtete einige Dankesworte an den Partnerverein LSC-Wil.

Die ehemaligen Präsidenten sowie der aktive Präsident Martin Wehrli stellte Fridolin Hinder vor und sie plauderten gerne aus dem persönlichen Nähkästchens des Vereinslebens.

Als Auflockerung strapazierte Komiker Schoesu aus dem Entlebuch die Lachmuskeln mit einer Reise durch die Schweiz und lud mit dem Refrain „schneeweisse Krähen und pechschwarzer Schnee“ zum mitsingen ein.

Weiter bat Fridolin Hinder die Clubmeisters und Clubmeisterinnen auf die Bühne und sie gaben so einige Episoden aus ihrem Lauferleben preis.

Ein weiteres Highlight war die Band Almas, Music for the Soul, mit ihren Liedern schlug so manches Sportlerherz höher.

Die Modeschau der Clubdress, moderiert von Annelies Lanzrein, war ein weiterer Knüller. Wie sich die Mode änderte, so wandelten sich die farbigen Clubdress zum heutigen rot - weiss - schwarzen Clubdress.

Zu später Stunde schmissen Regula Bamert und Bruno Mettler die Bar mit Sportlerdrinks und der Ausklang des schönen Abends gestaltete DJ Ralf. So wurde noch bis in die späten Morgenstunden gefeiert.





Rapperswiler Schlosslauf



Etwas nass ist es gewesen an der 25. Austragung des Laufes. Ein Erfolg war die Veranstaltung trotzdem, sind doch gegen achthundert Läuferinnen und Läufer von klein bis gross durch die Altstadt und dem See entlang gerannt. Angenehme Temperaturen und Aufhellungen am Nachmittag haben unseren Athleten trockene und schöne Runden beschert.

Zurückzulegen waren 9.03km. Schnellster in der Kategorie M50 und damit schon wieder auf dem Treppchen war René Bähler. Seine Siegeszeit war 33:37, overall erreichte René damit Rang 23. Noch etwas schneller mit von der Partie war Pädü Bosshard. Seine 32:28 reichten für Rang 2 in der Kategorie M2. Herzliche Gratulation zu euren super Rängen! Auch in der Kategorie M2 mit dabei war Marco Squillace. Seine 35:34 reichten für Rang 11. Unsere Damen würdig vertreten hat Regula Benz 42.20 war ihre Zeit. Das ergab den sehr guten 7. Rang.



Hallwilersee Lauf



Beinwil a. S., 13. Oktober 2012, 38. Austragung

Bei Bilderbuchwetter und angenehmen Temperaturen haben auch einige vom LSC die Halbmarathonstrecke um den Hallwilersee unter die Füsse genommen. Ob sie noch Zeit hatten die faszinierende Aussicht auf die schöne Gegend zu geniessen?

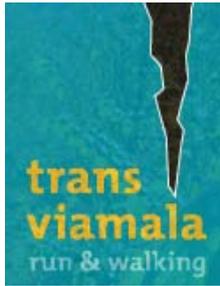
Unsere Damen:

Regula Benz	1:40:48	Rang 76	(21-F30)
Franziska Alpiger	1:52:52	Rang 106	(21-F40)

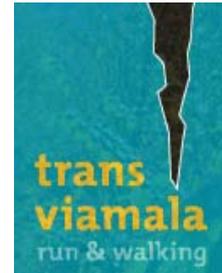
Unsere Herren:

Roger Bechtiger	1:26:33	Rang 52	(21-M30)
Rolf Maute	1:36:39	Rang 76	(21-M50)
Dieter Paul	1:42:27	Rang 149	(21-M50)





Transviamala



Thusis, 21. Oktober 2012



Viamala bedeutet schlechte Strasse. Doch für die Teilnehmer sind die 19km mit 750 Metern Höhendifferenz eine Traumstrecke.

Traumhaft sind auch die Wetterverhältnisse gewesen an dieser 11. und dem Vernehmen nach der schönsten Austragung dieses Laufs durch die wilde Bündner Berglandschaft.

Auf der Strecke mit dabei auch Luzia Neff (1:50:31, Rang 14 Kat. T-F1) und Claudia Steiner (2:07:35, Rang 43 Kat. T-F2).

Mehr zu sehen und zu lesen gibt es auf den Webseiten <http://www.transviamala.ch/medienberichte> und http://marathon.sport-heute.ch/home.php/art/6165/schau_in_die_brunnen_der_traeume.html.



Dreiländermarathon



Sonntag, 7. Oktober 2012

Rekord auf internationaler Strecke

Drei Länder, ein Marathon und leider auch einmal Dauerregen, doch am Ende war klar, dass sich die Läufer nicht durch die Wetterkapriolen am Wettkampftag beirren liessen.

Die Kenianerin Ednah Kimaiyo schaffte beim Sparkasse-Marathon in Bregenz die Verbesserung des Streckenrekordes von bisher 2:37:59 Stunden auf nun 2:35:27 Stunden.

Rund drei Minuten über der Siegerzeit des Vorjahres von Marko Kipchumba blieb diesmal sein Landsmann Titus Kosgei als Sieger des Herrenrennens. Seine Siegerzeit mit 2:14:25 ist aber dennoch eine Spitzenzeit.

Erfolgreich im Regen über 42.195km „geduscht“ hat auch Rolf Maute vom LSC. Seine gute Zeit 3:52:44 – bravo!



Saisonrückblick 2012 von Gähwiler Hanspeter

Dieses Jahr habe ich mich auf einen Gross- Anlass, den Swissalpine, vorbereitet. Im Vorfeld habe ich noch einige Wettkämpfe bestritten.

Hauptsächlich war ich mit dem Rad oder Laufen, am Start. Es war eine intensive Saison, wo ich viele Emotionen und Glücksgefühl erleben durfte. Enttäuschungen gab es nicht viele, Erfolgserlebnisse umso mehr.

18.März2012

An der Militärrad-Quer Schweizer Meisterschaft musste ich mit einer starken Erkältung an den Start. Mein Ziel war es, ein Podest Platz zu erreichen. Die Gesundheit und ein Sturz mit defektem Hinterrad liess dies jedoch nicht zu. Auf dem 12.Platz erreichte ich das Ziel.



25.März 2012

Nach dem ich wieder gesund war, startete ich am Halbmarathon in Oberriet zum ersten grossen Lauf.

In der Zeit von 1.Std.25 Min.erreichte ich den 16.Rang, M.50.

Mit dem Rennen und Resultat war ich wirklich zufrieden.

2.Mai 2012

Am Waldlauf in Wil lief es mir sehr gut. Ich erreichte das Ziel, in 40 Min 21.Sek. Um 21 Sekunden hatte ich mein vorgenommenes Ziel nicht erreicht.

6.Mai 2012

Mit neuem und vollem Elan, bin ich am Winterthurer Halbmarathon gestartet. Auf den 7km passierte mir ein Missgeschick. Ich rutschte auf dem losen Kies aus und stürzte nach vorne.

Durch den Sturz, verletzte ich mich an der Schulter und an den Händen. Das Rennen beendete ich in einer Zeit von 1.Std.27 Min. Völlig überrascht war ich, über den 7.Platz. Kategorie M.50.

20.Mai 2012

Starte ich am ersten von drei Bergläufen innert 6.Tagen. Der Gamperney-Berglauf ging bis zu 45% steil hoch. Nach 8km und 1000Meter Höhendifferenz, war das Ziel erreicht.

Am LSC Hörnlilauf ging es nicht ganz so steil nach oben. Im Ziel angekommen , war ich doch recht ausgelaugt .

Der letzte Berglauf ging nochmals aufs Hörnli. Ich erwischte eine gute Tagesform und erzielte den 9. Platz in der Kategorie M.50.

28. Juli

Heute stehe ich am Start des Swissalpine in Davos. 78 km und 2600 Höhenmeter. Das ist in meiner Saison DER Höhepunkt. Von Davos nach Filisur, ca. 30 km, lief es optimal. Nun ging es durch eine wunderschöne Gegend. Zuerst hoch nach Bergün, Keschkütte, Setigpass, dann nach Davos.

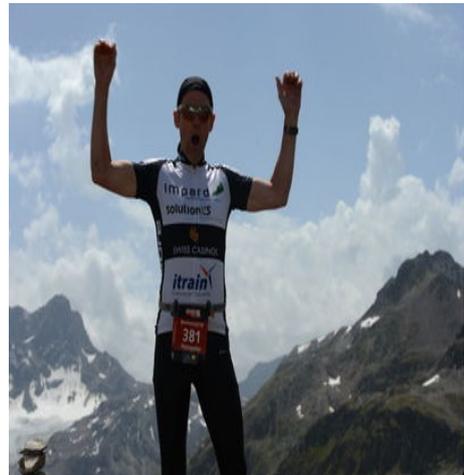


Dieser Abschnitt war auf deutsch gesagt „brutal hart“. Regen, Kälte und zudem schmerzende Knie.

Mit höllischen Schmerzen lief ich in 8Std.42min ins Ziel.

Ich habe mein zeitliches Ziel um 12 Minuten, nicht erreicht. Jedoch war ich glücklich, überhaupt das Ziel erreicht zu haben.

Denn viele, auch super Sportler, kamen gar nicht ins Ziel.



Da ich mich vom Swissalpine gut erholt habe, entschied ich mich noch für ein zweiten grossen Event, Duathlon Zofingen, dieser gilt gleichzeitig als WM -Duathlon.

Als Vorbereitung, lief ich den Panoramalauf in Berg TG. Zudem den Berglauf Hoher Kasten. Mit einem guten Formstand erreichte ich zwei top Ten Plätze.

2. September 2012

Nun stehe ich mit Sportlern aus aller Welt am Start des Powerman Zofingen. Nach 10km Laufen ging ich auf die 150km Radstrecke. Nach 50km war ich viel zu schnell unterwegs. Deshalb habe ich einen Gang zurückgeschaltet, damit ich noch genügend Kraft für die letzte Disziplin, das Laufen (30 km) hatte. Die letzte Disziplin hatte es in sich; es ging rauf und runter. Langsam war ich mit meinen Kräften am Ende.



Überglücklich und voller Emotionen erreichte ich das Ziel. Ich schaffte es auf den 10. Platz Kat. M50. In einer Zeit von 8Std.20Min. Dies hätte ich nicht erwartet.

27. Oktober

Der Oberzweiler Langstreckenlauf. In den Medien wurde der Ehrengast Nicola Spirig, angekündigt.

Die Gemeinde Oberzwil hatte in diesem Jahr eine neue Laufstrecke. Ich freute mich riesig darauf und es lief mir hervorragend.

Unglaublich, ich erreichte in meiner Kategorie den 2ten Platz. Die erste Person die mir zu diesem glanz Resultat gratulierte, war Nicola Spirig. Ein toller erfolgreicher Tag.



Bis Ende 2012

Nun werde ich noch einige Läufe bis Ende Jahr bestreiten und nochmals Vollgas geben.

Äs Grüssli ..

Hanspeter Gähwiler



Nachtrag und Korrektur zur Kreuzegg Classic



Käse machen ist gutes Handwerk, Käse schreiben weniger. Diesmal war es weder das Eine noch das Andere, habe ich doch den „Züger Frischkäse“ nicht erkannt. Für dieses „Käseteam“ ist Gabrielle Schwager ziemlich zackig auf die Kreuzegg gerannt und oben als zweite der Kategorie „8 Frauen 2“ angekommen. Mit ihrer Zeit von 1:15:22 war Gabrielle auch gleich die schnellste Dame vom LSC. Nachträglich herzliche Gratulation!

Ein Dankeschön an alle, die mir einen Beitrag geschrieben haben. Beiträge sind immer willkommen. Meine E-Mail Adresse lautet thomas.voegeli@tbwil.ch.

Thomas Vögeli