



Laufsportclub
Wil



LSC - Zeitungsberichte 2019



57. Hauptversammlung des LSC Wil vom 09.02.2019

Mit der 57. Hauptversammlung startete der LSC Wil am 09.02.2019 in das nächste Vereinsjahr. Die Präsidentin Ursina Paul begrüßte alle anwesenden Mitglieder, speziell den Ehrenpräsident Pius Brunschwiler und die Ehrenmitglieder. Ein Höhepunkt des vergangenen Vereinsjahres war die Marathonreise nach Salzburg im Mai.

Wahljahr

Roger Bechtiger und Hans Ziegler gaben den Rücktritt aus dem Vorstand bekannt. Roger Bechtiger war Laufleiter und Hans Ziegler hatte das Ressort Besondere Aufgaben ausgeführt. Sie wurden gebührend verabschiedet und für ihre unermüdlichen Einsätze wurde ihnen gedankt. Adrian Bächle ist der Nachfolger von Roger Bechtiger und Marcel Kern übernimmt die Aufgaben von Hans Ziegler.

Ehrungen

Die Freimitgliedschaft erhalten nach dreissigjähriger Vereinszugehörigkeit Fredy Bannwart, Wil, Peter Hasler, Lommis und Hans Ziegler, Rickenbach. Hans Ziegler wurde auch zum Ehrenmitglied ernannt.

Laufeinsteigerkurs „Fit durch den Frühling“

Am 17. April startet ein Laufeinsteigerkurs unter der Leitung von Antoinette Krähemann und ihrer Helfercrew. Die Teilnehmenden werden in die Fitnessen des Laufsports eingeweiht, sodass dem Erfolgserlebnis Laufen nichts mehr im Wege steht.

Bergtour

Im LSC sind die ungeraden Jahre „Bergtourjahre“. Gabrielle Schwager wird uns im August ins schöne Urnerland führen. Die Vorfreude der teilnehmenden Mitglieder ist jetzt schon spürbar.

Auszug aus der Vereinsmeisterschaft

Die Sieger der diesjährigen Clubmeisterschaft, Tatjana Bachmann und Sven Hunziker erbrachten bemerkenswerte Leistungen.

Die ersten drei Ränge der Damen: 1. Tatjana Bachmann, 2. Irena Schär und 3. Susi Klöti. Die ersten drei Ränge der Herren: 1. Sven Hunziker, 2. Marcel Kern und 3. Cornel Rentzmann. An dieser Stelle nochmals herzliche Gratulation den Podestplätzen, sowie allen Teilnehmern der Vereinsmeisterschaft.

Saisoneröffnung und weitere Wettkämpfe des LSC – Wil

Am 16. Februar 2019 startet mit dem Crosslauf in der Jonschwiler Degenau / Bezenau die Laufsaison. Ein weiterer Wettkampf, welcher der LSC – Wil organisiert, ist der Waldlauf in der Wiler Thurau am 24. April 2019. Interessierte Ausdauersportlerinnen und Ausdauersportler sind an den Veranstaltungen herzlich Willkommen.

Informationen

Weitere Informationen zum Laufsportclub Wil und zu seinen Anlässen gibt es im Internet unter www.lscwil.ch.

Crosslauf:

Vorbericht: Mit dem LSC Wil in die neue Laufsaison 2019 starten in der Jonschwiler Degenau/Bezenau

Laufsport: Am kommenden Samstag, 16. Februar 2019 startet der LSC Wil mit dem Crosslauf in die neue Laufsaison. Es sind alle Laufbegeisterten herzlich willkommen.

Startzeit und Organisatorisches

Die Startnummernausgabe ist ab 13.00 im Oberstufenschulhaus Degenau in Jonschwil. Da gibt es auch Umkleide und Duschkmöglichkeiten. Bis zum Start sind es ca. 800m. Der Startschuss erfolgt um 14.30. Die Anmeldung erfolgt vor Ort. Das Startgeld beträgt 10.-

Testlauf für die kommende Laufsaison

Die Strecke ist mit vier Runden à 2.2 km sehr attraktiv mit verschiedenen Untergründen. Die gesamthaft 8.8 km führen über geteerte Strassen, Wald – und Wiesenwege und auf Pfaden der Thur entlang. Sie hat auch flache Abschnitte sowie anspruchsvolle Auf – und Abstiege. So kann auch die Form für die kommende Saison mit einem Wettkampf getestet werden.

Rangverkündigung

Die Rangverkündigung findet ca. um 17.00 im Restaurant Traube in Niederstetten statt. Es warten attraktive Preise.

Weitere Infos sind auch auf der Homepage des LSC Wil unter www.lscwil.ch aufgeschaltet.



Nachbericht: Saisonauftakt des LSC Wil bei Sonnenschein

Laufsport: Am 16. Februar 2019 startete der LSC – Wil mit dem Crosslauf in die Wettkampfsaison in Jonschwil.

Anspruchsvolle Strecke

Es galt, die 8.8 km coupierte Strecke möglichst schnell und verletzungsfrei zu rennen. Dank dem Wetterhoch Dorit gab es kaum nasse Stellen. Die verschiedenen Untergründe des Rundlaufes erforderte einiges an koordinativem Können. Zu Beginn führte die Strecke über Hartbelag, schöne Teilstücke an der Thur entlang, attraktive Abschnitte über Wiesenwege und durch den Wald.

Auszug aus der Rangliste

Bei den Damen gewann Lea Widmer 41.28 vor Sina Meier, 42,38 und Flurina Bieri 42.42.

Bei den Herren gewann Gerezgiher Mulugeta 32.41 vor Raphael Josef 32. 53 und Michael Hug 34.04

An dieser Stelle nochmals herzliche Gratulation an die Podestplätze sowie allen Teilnehmern des Laufs. Die gesamte Rangliste ist unter www.lscwil.ch abrufbar.

Ausklang

Im Anschluss an das Rennen wurde die Rangverkündigung im Restaurant Traube in Niederstetten gefeiert. Es wurde noch gemütlich beisammengesessen und so geht ein weiterer Crosslauf in die Vereinsgeschichte des LSC ein.

Weitere Wettkämpfe

Wenn die Lust an Wettkämpfen geweckt worden ist, können auf der Homepage www.lscwil.ch unter der Rubrik Wettkämpfe weitere Infos der „Läufe“ des LSC eingesehen werden. Der LSC – Wil freut sich immer über Gäste an den Wettkämpfen.

Die nächsten Wettkämpfe, die der LSC Wil organisiert. Der Wiler Abendwaldlauf vom 24. April 2019. Der Waldlauf findet in der Wiler Thurau statt und ist 10 km lang. Der 3000m Bahnlauf auf der Anlage im Lindenhof findet am 22. Mai 2019 statt.



Waldlauf:

Vorbericht: Abend – Waldlauf des LSC – Wil

Wil: Am Mittwochabend, 24. April 2019, führt der Laufsportclub Wil den traditionellen Abendwaldlauf durch. Die interessante Strecke führt auf Wald und Feldwegen in zwei Runden zu je 5 km durch die Wiler Tharau. Der Startschuss erfolgt bei der Klausenhütte in der Tharau für die Schüler und Schülerinnen um 18.55 und für die Erwachsenen um 19.00.

Die Anmeldung ist Online ab sofort bis am 17. April 2019 möglich unter www.lscwil.ch oder direkt vor dem Lauf von 17.30 bis 18.40 bei der Aula der Sporthalle Lindenhof. Hier stehen die Garderoben mit Duschen zur Verfügung. Der Weg zum Start in die Tharau ist ca. 1.5 km lang und ist markiert. Gestartet wird in den Kategorien Frauen und Männer. Schülerinnen und Schüler bis Jahrgang 2002 rennen eine verkürzte Runde von 3 km. Für die Erwachsenen wird ein Unkostenbeitrag von 12.- erhoben. Nachmeldungen sind bis 30 Minuten vor dem Start möglich gegen einen Aufpreis von 3.- Die Jugendlichen starten kostenlos. Der Wettkampf wird bei jedem Wetter durchgeführt.

Nach dem Lauf findet die Rangverkündigung in der Mensa des Lindenhofes statt. Bei einem Imbiss kann man sich wieder stärken.



Foto: Gertrud Bechtiger

Nachbericht: Beliebter Abendwaldlauf des LSC – Wil gehört bereits wieder der Vergangenheit an.

Der Wiler – Abendwaldlauf in der Thurau ist schon in mancher Läuferagenda rot angestrichen. In diesem Jahr starteten gegen 200 Laufbegeisterte.

Laufsport: Am Mittwochabend, 24. April 2019, um 18.55 fiel der Startschuss für die Schülerinnen und Schüler. Um 19:00 wurde er für die Läuferinnen und Läufer gedrückt. Die Läufer­schar setzte sich in Bewegung, um die leicht coupierte Strecke unter die Füsse zu nehmen. Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite. Sonnenschein und angenehme Lauf­temperat­uren. Die attraktive Strecke mit Start und Ziel bei der Klausenhütte in der Thurau führte durch den schönen Frühling­swald und an blühenden Wiesen vorbei.

Topleistungen

Unter den Startenden befanden sich Profis, Breitensportler, Schüler und Schülerinnen. Die Schüler und Schülerinnen legten eine Runde von 3 km zurück und erbrachten auch Topleistungen. Die Athleten und Athletinnen rannten 2 Runden à 5 km. Auch sie haben beachtliche Leistungen gezeigt und hoffentlich eine persönliche Bestzeit erreicht.

Auszug aus Rangliste

Bei den Herren siegte Armin Flückiger(SC Diernberg), 34.05 gefolgt von Stefan Widmer(LR Mosnang)35.44 und dritter wurde Edi Kümin (Bürzelbaum Bronschhofen) 36.00
Bei den Damen siegte Tamja Eilinger (LSV Region Gossau) 39.44 gefolgt von Claudia Meili (SC Diernberg) 41.49. Dritte wurde Valerie Widmer (KTV Wil) 42.17
Bei den Schülerinnen und Schülern siegte Anton Grünfelder(LA KTV Wil) 11.44 vor Michael Schenkel (SC Diernberg) 12.14. Dritter wurde Sandro Boos (SC Diernberg) 13.06. Bei den Schülerinnen siegte Luciana Hutter (LA KTV Wil) 12.30.
Die komplette Rangliste kann unter www.lscwil.ch abgerufen werden.



3000m Bahnlauf

Vorbericht: 3000m Bahnlauf

Wil: Am Mittwochabend, 22. Mai 2019, führt der Laufsportclub Wil den 3000m Bahnlauf auf der Leichtathletikbahn Lindenhof durch. Es gilt, die 7 Runden auf der Bahn möglichst schnell zu rennen. Die Anmeldung ist vor Ort ab 18.30 beim Materialdepot. Gäste sind herzlich willkommen. Der Unkostenbeitrag für die Gäste beträgt 10.-. Die Schüler und Schülerinnen dürfen gratis starten. In der Sporthalle Lindenhof stehen die Garderoben mit Duschen zur Verfügung. Gestartet wird in den Kategorien Frauen und Männer, Schüler und Schülerinnen.

Startzeiten und Distanz:

19.00: 1000m Schülerinnen und Schüler

19.15: 3000m Herren Laufzeit über 11 Minuten

19.35: 3000m Damen

20.00: 3000m Herren Laufzeit unter 11 Minuten

Der Wettkampf wird bei jedem Wetter durchgeführt.

Nach dem Lauf findet die Rangverkündigung in der Mensa des Lindenhofes statt. Da wird auch ein Imbiss für die Stärkung angeboten.



Foto: Arnold Fink

Nachbericht: Tempolauf des LSC Wil

Laufsport: Am Mittwochabend, 22. Mai 2019 fand der Bahnlauf des LSC Wil statt. Da war ein hohes Tempo beim Laufen angesagt. Es galt, die 3000m auf der Bahn beim Lindenhof möglichst schnell abzuspuhlen.

Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite. Sonnenschein und angenehme Lauftemperaturen.

Topleistungen

Unter den Startenden befanden sich Profis, Breitensportler, Schüler und Schülerinnen. Die Schüler und Schülerinnen legten eine Strecke von einem Kilometer zurück und erbrachten Topleistungen. Die Athleten und Athletinnen rannten drei Kilometer. Auch sie haben beachtliche Leistungen gezeigt und hoffentlich eine persönliche Bestzeit erreicht.

Auszug aus Rangliste

Bei den Herren siegte Edi Kümin (Bürzelbaum Bronschofen), 9.32.7 gefolgt von Stefan Widmer (LR Mosnang) 9.34.5 und dritter wurde Jörg Stäheli, 9.36.3

Bei den Damen siegte Angela Gmür (LR Mosnang) 11.47.4 gefolgt von Rita Hedley (LR Mosnang) 12.23.1. Dritte wurde Luzia Hunziker (LSC Wil) 12.33.4

Bei den Schülern siegte Lorin Länzlinger (LR Mosnang) 3.10.0 vor Fabio Stillhard (LR Mosnang) 3.48.5 Dritter wurde Fabio Brändle (LR Mosnang) 4.06.7. Bei den Schülerinnen siegte Moana Schönenberger (LA) 3.55.9 vor Vanessa Wenk (LR Mosnang) 4,26,9. Dritte wurde Leana Rutz (LR Mosnang) 4,26,9

Die komplette Rangliste kann unter www.lscwil.ch abgerufen werden.



Bergtour

LSC Bergtour auf die Leutschachhütte, im unbekanntem wilden Urnerland

Am 17./18.08.2019 war es endlich soweit..... die Bergtour fand wieder statt, perfekt organisiert durch Gabrielle Schwager. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön Gabrielle Schwager
Der Wetterbericht hatte wunderschönes Bergwetter vorausgesagt. So war es auch. Die Sonne lachte das ganze Wochenende heiter vom Himmel.

Der Treffpunkt war kurz vor 07.00 beim Bahnhof in Wil. Gleis 4 Richtung Wattwil. Wir reisten über das Toggenburg, Rapperswil, Arth Goldau nach Intschi im Urnerland. Dort brachte uns die Seilbahn hoch zum Arnisee.

Durch die wunderschöne Berglandschaft wanderten wir über die Alp Furt zur Leutschachhütte. Schliesslich will ein feines Essen verdient sein. Die Geselligkeit kam mit Jassen, Plaudern und Zuhören nicht zu kurz

Am Sonntag bestieg eine Gruppe den eindrücklichen und exponierten Gratweg über den Leidseepass, Jakobiger und über den Ruchälplistock zur Sunnigrathütte.

Die weitere Gruppe wanderte den malerischen Höhenweg bis zum Sunnigrat und zur Sunnigrathütte. Die Weit- und Rundsicht vom Urnersee, zum Gross Windgällen, ins Maderandertal über den Bristen bis ins obere Reusstal war grandios.

Danach stiegen wir wieder zum Arnisee ab. Die Seilbahn brachte uns wieder nach Intschi zurück. Danach brachten uns die öffentlichen Verkehrsmittel wieder zurück nach Wil.

Es passte alles. Gutes Wetter, schöne Hütte, grandiose Berglandschaft und eine tolle Stimmung. So geht eine weitere unvergessliche Bergtour in die Vereinsgeschichte ein.



Hörnli – Clublauf

Der etwas andere Lauf – Berglauf auf das Hörnli

Wil: Am Mittwochabend, 04.09.2019, führt der Laufsportclub Wil den Berglauf auf das Hörnli durch. Es gilt, die 4.65 km und die 450 m Steigung zu bewältigen. Die Strecke führt über Au - Hinterschwendi - Allenwinden - Silberbüel – Hörnli.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt vor bei der Startnummernausgabe in der Au.
Der Unkostenbeitrag beträgt 10.-

Startzeiten, Startnummernausgabe und Organisatorisches

- Parkplätze stehen in der Au bei Fischingen zur Verfügung
- Start bei der Käserei Au
- Einschreiben und Startnummernausgabe ab 18:15
- Einzelstart zwischen 18:30 und 19:30
- Ziel auf dem Hörnligipfel

Es stehen keine Garderoben zur Verfügung. Freiluftwaschgelegenheit beim Brunnen Parkplatz Au, oder: Wasserflasche.

Um ca. 21.45 findet die Rangverkündigung im Restaurant Sternen in Fischingen statt. Bei einem Imbiss können sich alle LäuferInnen sich wieder stärken.

Wir freuen uns auf einen schönen Lauf. Gäste sind herzlich willkommen.



Herbstlauf

1. Vorbericht: Laufsport: Der Sommer neigt sich dem Ende zu und die Vorfreude auf einen hoffentlich wunderschönen Herbst wächst von Tag zu Tag. Was gibt es schöneres, als durch die herbstlichen Wälder zu Laufen und die letzten wärmenden Sonnenstrahlen zu geniessen. Dazu ist der beliebte Herbstlauf des LSC Wil der perfekte Anlass, um den Herbst joggend oder walkend ausklingen zu lassen. Am Samstagvormittag, 02. November 2019 ist es soweit, es erfolgt der Startschuss zum beliebten Herbstlauf

Gegen 300 Athleten und Breitensportler werden erwartet. Die attraktiven Rundkurse durch Wälder und Wiesen sind 17km mit 330m Steigung, 10km mit 180m Steigung. Die Walker absolvieren ebenfalls die 10km Laufstrecke.

Neue Startzeiten

Die Läufer der 17km starten um 10:00, die Walker starten um 10:05 und die Läufer der 10km Strecke starten um 10:30

Für das leibliche Wohl wird gesorgt

Für das Wohlergehen der Sportler und Sportlerinnen wird bestens gesorgt. Auf der Strecke und im Ziel wird warmer Tee und Wasser angeboten. Die Festwirtschaft ist in der Mensa der Kanti eingekistet. Die Preisverlosung für die Walkingkategorie erfolgt ca. um 12:15 und die Rangverkündigung für die Laufkategorien ca. um 12:30

Testlauf für den Frauenfelder

Der attraktive Langstreckenlauf auf dem coupierten Gelände ist einen optimalen Testlauf für den in zwei Wochen später stattfindenden Frauenfelder Waffenlauf oder Halbmarathon.

Anmeldung

Weitere Infos und die Online – Anmeldung sind auf der Homepage des LSC Wil aufgeschaltet. Für kurzentschlossene besteht die Möglichkeit, sich am Wettkampftag ab 9.00 Uhr bei der Kantonsschule anzumelden.



Foto: Roland Länzlinger

2. Vorbericht: Am kommenden Samstag 2. November 2019 findet der Wiler Herbstlauf statt

Laufsport: Bereits zum 36. Mal organisiert der LSC Wil den beliebten Herbstlauf und zum 15. Mal mit einer Walkingkategorie. Für nur Fr. 17.- ist man bereits dabei. Nach der sportlichen Leistung erwartet die Teilnehmer attraktive Naturalpreise. Die Online – Anmeldung ist aufgeschaltet unter www.lscwil.ch und für Kurzsentschlossene besteht die Möglichkeit, sich am Wettkampftag ab 09.00 bei der Kantonsschule in Wil anzumelden.

Neue Startzeiten am Vormittag

Der Start ist für die Läufer der 17km Strecke ist um 10:00, die Walker starten um 10:05. Die Läufer der 10km Strecke starten um 10:30. Der Start erfolgt auf dem Feldweg Kreuzstrasse, ca. 700 m von der Kantonsschule entfernt. Die Laufstrecke von 10km mit 180 Höhenmeter führt über Buswil, Littenheid in den Roosetwald. Die Walkingstrecke ist die gleiche Strecke wie die 10km. Die coupierte Laufstrecke von 17km führt via Aegelsee, Engi und Langenauerwald zum Weiherhof. Weiter geht es in den Roosetwald. Der gemeinsame Zieleinlauf befindet auf dem Feldweg Waldegg, ca. 800m von der Kantonsschule entfernt.

Rangverkündigung

Während des Laufs und im Ziel bietet der Organisator Wasser und warmer Tee an. Die Festwirtschaft, welche wieder in der Mensa von Kantonsschule Wil eingestiet ist, sorgt für das leibliche Wohl. Dort finden auch die abschliessende Preisverlosung und Rangverkündigung statt. Für die Walker ca. um 12.15 und für die Läufer ca. um 12:30

Infos an Läufer und Verkehrsteilnehmer

Wir bitten die Anwohner und Verkehrsteilnehmer um Rücksicht und Verständnis für die Behinderungen bei den Ortsdurchgängen und Strassenquerungen. Weitere Infos unter www.lscwil.ch.



Nachbericht: Laufsport: 36. Wiler Herbstlauf und Walking Event

Bericht: Thomas Vögeli

Wil. Zum 36. Mal fand am 2. November 2019 der Wiler Herbstlauf statt. Angeboten wurden Strecken über 17 oder 10km. Auf der kurzen Variante waren auch Walker willkommen.

Teilnehmerrekord auf der 10km Strecke

Bei herbstlicher Stimmung startete als erstes das grösste Feld, jenes der Langstreckler im flachen Gelände bei der Kreuzstrasse. Ihr hohes Tempo wurde auf der Steigung zwischen Busswil und Ägelsee erstmals etwas gebremst. Weiter führte der Parcours in flachem Gelände ums Wüerholz und so in den ersten langen Anstieg. Nach gut acht Kilometern wurde wieder mehr Tempo gefordert. Allerdings galt es die Kraft einzuteilen, war doch noch die Steigung zum Roset zu überwinden und das lange Gefälle zum Ziel hinunter zu spurten.

Eine halbe Stunde später starteten an gleicher Stelle erfreulich viele Läuferinnen und Läufer auf die 10km Strecke. Viele von ihnen Schüler der Kantonsschule Wil. Ihnen voraus waren seit einer halben Stunde die Nordic Walker. Eine gehörige Steigung hatten auch diese Sportler zu bewältigen.

Als Sieger der langen Strecke ist Raphael Josef aus Bronschhofen ins Ziel eingelaufen. Er hat die 17.2km in 1:01:04 und damit 28 Sekunden vor seinem Verfolger Benjamin Ueltschi aus Zürich hinter sich gebracht. Nochmals 28 Sekunden dauerte es, bis auch der Sieger vom Vorjahr Raphael Sprenger von der TG Hütten den Zielstrich überquert hatte.

Sehr grosse Abstände gab es bei den schnellsten Damen. Tanja Elinger vom LSV Region Gossau erreichte das Ziel in erstaunlichen 1:09:52 und mit dem riesengrossen Vorsprung von 6:36 auf Patrizia Sigrist vom SV Rehetobel und Dritte wurde Jasmine Ledergerber aus St.Gallen in 1:20:04

Auf der coupierten 10km Strecke lief als erster Stefan Widmer aus Mosnang ins Ziel. Seine Zeit war 38:00. Ihm folgte von Run Fit Thurgau Santos Marcalo in 40:21 und mit 41:53 erreichte Benjamin Henner aus Wolfhalden ebenfalls einen Podest Platz. Schnellste Damen waren Ricarda Zech, SV Rehetobel in 51:22, Nadja Hinder, Bettwiesen in 52:58 und Amy Dzurnak in 53:19. Schnellste Junioren U20 waren Andrin Jacomet, Yannick Jucker, Yannik Holenstein, Chiara Valeri, Annina Strupler und Doriana Grande.

Weniger um top Leistung, denn um Bewegung und frische Luft ging es bei den Walkern. Daher wurden hier die Preise verlost. Tolle Leistungen auf den herausfordernden Strecken haben auch alle hier nicht erwähnten Athletinnen und Athleten vollbracht.

Dank an die Helfer



...

.....und es verbrennt noch unzählige Kalorien.....

Ich wünsche euch allen eine fröhliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Eveline Länzlinger