

23. LSVB-Trainingslager 2009 in Münchweier

Vom Donnerstag 22.01. bis Sonntag 25.01.2009 besuchten 34 Teilnehmer/innen des LSVB das traditionelle Wintertrainingslager im Hotel Sonne bei der Familie Thomas Feger.

Roland Droll und Xavier Meyer stellten wiederum ein anspruchsvolles Programm zusammen.

Den durch Krankheit ausser Kraft gesetzten Streckenhelfer Ueli Urwyler konnte Roland kurzfristig mit Simone, Madeleine, Mirco, Beat und Walti ersetzen. Er selbst übernahm die Doppelfunktion Verpflegungsposten und Velokurier.

An dieser Stelle allen Streckenhelfer/innen und Organisatoren ein riesiges Dankeschön für die gute Verpflegung, Streckenmarkierung und Vorbereitung.

Rainer war so schnell unterwegs, dass er gar vor dem Streckenposten bei der (fehlenden) Verpflegung durchlief. Roland fuhr dann als Velokurier mit Cola hinterher. Womit er gar noch ein Bikerennen ausführen konnte.

Wiederum andere Läufer/innen verpflegten sich im Turmstüble des Ettenheimer Turms, obwohl da keine offizielle Verpflegung vorgesehen war.

Wem das Laufprogramm zu wenig war, der ging gar noch Langlaufen im Schwarzwald oder besuchte das Thermalbad in Bad Bellingen.

Christa bot die begehrte Massage an, womit für viele Läufer/innen das grosse Laufpensum erst möglich wurde:

Do. morgen:	Streitbergrunde	24km
Do. nachmittag:	Aussichtsturm	12km
Fr. morgen:	Sulzerrunde	25km
Fr. nachmittag:	Wildschweinerunde	13km
Sa. morgen:	Marathon am Rhein	42.2km
So. morgen:	Rebbergrunde	15km

Die Verpflegung bei Thomas Feger liess nichts zu wünschen übrig. Stets war man gespannt, was seine Helferinnen aus der Küche zauberten.

Schweinebraten, Schäuferle, Semmelknödel, Kartoffel-, Reis-, Tomatensalat, paniertes Fischfilet, Schweineschnitzel, Pommes Frites, Nudeln, Blumenkohl, Karotten, Schwarzwurzeln, Früchtebuffet mit Bananen, Orangen, Kiwi, Fruchtjoghurt, Schokoriegel.....

Wie ihr seht, kamen die Gaumenfreude und "Gaumenfreunde" auch auf ihre Kosten.

Der obligatorische Ausflug zum Kuchenbuffet im Cafe Dees ist bereits Tradition und bei den Ettenheimern sehr gefürchtet. Denn an diesem Trainingswochenende sind immer grosse Schneisen in besagtem Buffet feststellbar. Verursacher dieser Lücken wollen wir nicht beim Namen nennen.

Das Wetterglück war über das gesamte Programm auf der Seite der Organisatoren und Teilnehmer. Es konnten alle Läufe nahezu bei idealen Bedingungen gelaufen werden. In Basel muss zur selben Zeit ein kräftiger Sturm gewirkt haben, welcher 80km nördlich - eben bei uns - nur noch als starker Wind zu spüren war.

Im Namen des Vorstandes danke ich dem OK-Team ganz herzlich.

Reto Immoos
Techn. Leiter