

Juli, der Monat der langen Ferien. Zu berichten gibt es trotzdem. Von Claudia Landolts nächstem Streich, vom Gigathlon, von Siegen und von nassen Füßen.

### Gigathlon

„Timeless Moments“ war das Motto des diesjährigen Gigathlons und zeitlose Erinnerungen konnten auch unsere teilnehmenden Clubkameraden vom ständigen Ab und Auf der Runden rund um St. Gallen mit nach Hause nehmen.

„Cool Down Friday“ begann mit dem „Check Out“. Die Gigathleten fassten nicht einfach die Startnummern, sie checkten aus dem Alltag aus, begaben sich in Zeltstadt auf der Kreuzbleiche und damit in Welt des Gigathlons. Der Prolog vom Samstagnachmittag, eine Art Mini-Gigathlon war ohne Zeitmessung zu absolvieren. Das gab Gelegenheit Geist, Körper und Material auf die kommenden Kilometer einzustellen.



„Hilly Saturday“ nannte der Veranstalter den ersten Wettkampftag. Eine ziemliche Untertreibung, denn nach dem Schwimmen von Rorschach nach Altenrein, der mit 57km längsten je an einem Gigathlon gefahrenen Inline-Route nach Buchs / Schaan und der Velostrecke bis Oberriet, ging es als Lauf die steile Bergstrecke hinauf zum Gipfel des hohen Kastens. Dort wurde das Rennen neutralisiert, denn runter nach Brülisau durften die Athleten mit der Luftseilbahn. Für den Rückweg nach St. Gallen waren Kraft und Ausdauer auf dem Bike gefordert.



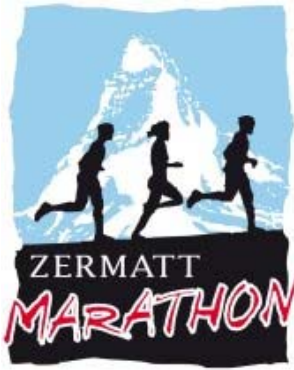
„Flowing Sunday“ Diese Runde führte von St. Gallen in unsere Gegend mit den Etappenorten Kreuzlingen, Frauenfeld und Uzwil. Dort waren dann auch einige LSCler zuschauend anzutreffen. Mit „nur“ noch 2890 Höhenmetern war sie verglichen mit dem Vortag (4400 Hm) schon ziemlich „fliessend“. In Uzwil aufgenommen sind auch die beiden Fotos.

Sehr viel getan haben allerdings diejenigen unseres Clubs, die aktiv als Athleten mitgemacht haben. Manche davon sogar über die vollen 448.4km, eine Riesenleistung!

In der Single Kategorie, also auf der ganzen Strecke dabei waren Hanspeter Gähwiler und Marcel Keller. Sie waren für die 398.8km 24:41:43 bzw. 25:27:51 unterwegs. Der Prolog (ohne Zeitmessung) vom Freitag kam, wie bei allen andern noch dazu.

In der Kategorie Couple startete Beate Salwender im Team „TomAti“. Thomas Salwender hatte sich beim Inline Training leider verletzt und so musste ein Ersatzpartner gesucht werden. Beate Salwender und Adrian Grässlin erreichten das Ziel in 22:45:56. Das „Green Team“, Wilfried und Chantal Bürge, schaffte die Strecke in 24:26:23.

Im Team of Five „Raiffeisen Schweiz HRM“ war Bruno Mettler aktiv. Dieses Team war während 23:52 unterwegs.



### 3. Mountain Marathon Cup Zermatt Marathon



**Siegerin Claudia Landolt!**



Die Strecke mit insgesamt 1944 Höhenmetern führte von St. Niklaus über Zermatt auf den Riffelberg. Bei Kilometer 15 setzte sich Claudia Landolt an die Spitze des Feldes der Damen. Claudia blieb bis ins Ziel vorne und erreichte es in 3:43:30 als überglückliche Siegerin. Damit hat sie nach vielen Podestplätzen erstmals einen Gebirgsmarathon gewonnen. Den zweiten Rang belegte Corinne Zeller aus Weissenburg in 3:46:34, auf Rang drei in 3:51:59 Michaela Mertova aus Prag.

Mit ihrem grossartigen Sieg hat Claudia Landolt auch eine hervorragende Ausgangssituation für den Marathon Cup erreicht.

Im Namen des LCSs herzliche Gratulation und toi toi toi für den kommenden Jungfrau Marathon!

Ein schönes Bild der jubelnden Siegerin findet ihr [hier](#) auf der Webseite des Tagblatts.

(Bild Walliser Bote/Roman Lareida)



### Swissalpine

Viele Wege führen nach Davos

Swissalpine ist bekannt für seinen Ultra, doch es gibt ganz unterschiedliche Routen und alle führen nach Davos. Swissalpine ist auch bei unsern Mitgliedern ein beliebter Laufanlass und die Resultate können sich wirklich sehen lassen.

An die ganz lange Strecke des K78 und somit über 78.5km wagten sich erfolgreich Marcel Kern und Bernadette Follador.

Ebenfalls für die Route über die Kesch Hütte, allerdings auf der Marathonstrecke des K42 liefen Thomas Salwender und Hanspeter Gähwiler.

Die 42km des C42 nahmen Regula Benz und Hans Moser unter die Füsse. Beide mit sehr guten Resultaten. Regula erreichte Rang 2 ihrer Kategorie, Hans gar den Kategoriensieg!

An den K31er wagte sich Beate Salwender. Das vielleicht schönste Startgelände hatte sich Luzia Neff ausgesucht. Sie startete von der Sunniberg Brücke bei Klosters, um Davos nach 21km zu erreichen.

Resultate:

Hans Moser, 3:32:11, Rang 1 (M60); Regula Benz, 3:52:38, 2 (W35); René Bähler, 03:12:36, 3 (M45); Sven Hunziker, 04:27:43, 9 (M25); Luzia Neff, 1:53:18, 10 (W25); Marcel Kern, 7:47:14, 11 (M30); Bernadette Follador, 10:10:46, 12 (W45); Hanspeter Gähwiler, 4:35:03, 18 (M45); Beate Salwender, 03:17:23, 24 (W40); Thomas Salwender 3:11:40, 87 (M40);

## **Nasse Füße**

Nasse Füße...

beim Schwimmen, vom Pfützen und Regenwetter, beim Kneipen...

Hier könnte der Irrtum einiger nicht so versierter Kartenleser beim Training zum Orientierungslauf gelegen haben, als sie den Bach zum Kneip Weg machten. Wie viel sie daraus für ´s Kartenlesen gelernt haben, bleibt offen. Immerhin hatte auch der Schreibende danach wieder saubere Schuhe.

Thomas Vögeli

---