

Programmübersicht**RAIFFEISEN**

- **Schollenholzlauf Frauenfeld**
- **Start Bike-Training**
- **Start Laufkurs „Fit durch den Frühling“**
- **Start Lauschule**
- **Toggenburger Bike-Cup – Start in Bütschwil**
- **Waldlauf Thurau**
- **Sponsorenapéro Bossart Sport Wil
Laufschuhtest, kein offizielles Training**
- **Marathon in Prag**

Samstag	17. März 2012
Montag	2. April 2012
Mittwoch	4. April 2012
Mittwoch	18. April 2012
Sonntag	22. April 2012
Mittwoch	2. Mai 2012
Mittwoch	9. Mai 2012
Sonntag	13. Mai 2012

Eintragen in die Agenda:

50 Jahre LSC – Samstag, 27. Oktober 2012

Training

Mittwoch, 19.30 Uhr, Sporthalle Lindenhof

Biketraining

Montag, 18.30 Uhr
Parkplatz Schulanlage Lindenhof Wil
1. Training: Montag, 2. April 2012

Ambitionierte Gruppe
Challenge Gruppe
Kulturgruppe

Hans Ziegler
Hans Moser
Walter Hunziker + Fred Scheidegger

Die Strecken werden jeweils beim Start bekannt gegeben. Es wird in verschiedenen Stärkeklassen gefahren. Alle sind dazu herzlich eingeladen.

Laufkurs

„Fit durch den Frühling“
Start: Mittwoch, 4. April 2012

Lauschule

Lauschule mit Pädi
Dieses Training findet parallel zum normalen Training statt!
Start: Mittwoch, 18. April 2012

Jahresprogramm 2012

Damen und Herren: 15 Läufe, 5 Streichresultate

Jahresprogramm LSC

Datum	Anlass	Herren	Damen
18. Februar	Crosslauf Degenau	x	x
17. März	Schollenholz Frauenfeld	x	x
2. Mai	Abendwaldlauf Wil	x	x
23. Mai	Clublauf Hörnli	x	x
13. Juni	Duathlon Wuereholz	x	x
23. Juni	Run & Bike Mosnang	x	x
7. Juli	1. Tanzboden-Erlebnislaf	x	x
11. August	Panoramalauf Ottenberg	x	x
15. August	Abend-OL Wil	x	x
26. August	Berglauf Brülisau-Hoher Kasten	x	x
12. September	3000 m Bahnlauf Lindenhof	x	x
4. November	Wiler Herbstlauf	x	x
18. November	Frauenfeldertag Waffenlauf, Marathon, Halbmarathon	x	x
30. Dezember	Eschlikoner Silvesterlauf	x	x
offen	frei gewählter Marathon	x	x

BOSSART SPORT WIL

ausschneiden aufhängen mitmachen

Wertung Damen (total 15 Läufe)		Wertung Herren (total 15 Läufe)	
Alle Anlässe	Punkte	Alle Anlässe	Punkte
Siegerin	20	Sieger	50
Zweite	17	Zweiter	46
Dritte	15	Dritter	43
Vierte	13	Vierter	41
Fünfte	12	Fünfter	40
usw. immer ein Punkt	11	usw. immer ein Punkt	39
weniger	5 Streichresultate	weniger	5 Streichresultate
Marathonlauf (42,1km) kann beliebig ausgewählt werden (In- oder Ausland). Ranglisten bitte bis Ende November dem Meisterschaftsbetreuer abgeben.			
Klassierung Jahresmeisterschaft Clubmeister/Clubmeisterin wird die- oder derjenige mit der höchsten Punktzahl. Bei Punktgleichheit entscheiden die besseren Einzelklassierungen. Auf der Schlussrangliste wird aufgeführt, wer mindestens an 3 Wettkämpfen rangiert wurde. Rangiert sich ein Clubmitglied bei einem auswärtigen Anlass unter einem anderen Verein, erhält es nur Punkte zur Jahresmeisterschaft, wenn auch der Name LSC Wil in der Rangliste aufgeführt ist. Bei Waffenläufen darf man sich im Gruppenklassement eines anderen Vereins beteiligen.			

Schollenholzlauf Frauenfeld, Samstag, 17. März 2012

Meisterschaftsanlass

Einschreiben ab 13.00 Uhr, Turnhalle Schollenholz
Startgeld Fr. 10.--
Garderoben Turnhalle Oberwiesen, EG (wie beim Winter-Laufcup)
Start **14.15 Uhr Turnhalle Schollenholz**
Der Weg von der Turnhalle Oberwiesen zum Start bei der Turnhalle Schollenholz ist mit Fähnli markiert.

Toiletten Beim Start in der Zivilschutzanlage nebenan.
Distanz 16,150 km coupierte Laufstrecke
Verpflegung Bei der Streckenhälfte Tee und Wasser.
Duschen Turnhalle Oberwiesen
Rangverkündigung Turnhalle Oberwiesen

Anmeldungen Urs Krähenbühl, u.kraehenbuehl@stafag.ch
Angaben Name, Verein, Jahrgang
Nähere Infos www.lsvfrauenfeld.ch



...schenken und wohnen

Laufkurs „Fit durch den Frühling“

Start: Mittwoch, 4. April 2012

Organisation LSC Wil: Antoinette Moser mit Team
Daten an 10 Abenden vom 4. April – 27. Juni 2012
Treffpunkt/Zeit Beim Eingang der Sporthalle Lindenhof, bereits umgezogen, 19.00 Uhr
Detailinfos auf der Homepage LSC

Laufschule ... Koordination ... Kräftigung

Pädi wird wiederum sein Wissen und Können weitergeben. Das Training im April ist speziell auch für die „Marathonis“ gedacht, um letzte umsetzbare Tipps zu erhalten.

Leitung Pädi Bosshard
Daten **Mittwoch 18. April, 23. Mai, 20. Juni**
→ evtl. je 1 Mal im August und September
Zeit 19.30 Uhr – gleichzeitig mit dem normalen Training

Abend–Waldlauf Thurau, Mittwoch, 2. Mai 2012

Meisterschaftsanlass

Anmeldung ab 17.30 – 18.40 Uhr in der Sporthalle Lindenhof
Garderobe/Dusche Sportanlage Lindenhof
Startgeld LSC, Schülerinnen/Schüler: gratis
Nichtmitglieder: Fr. 10.--
Strecke 2 Runden à 5 km (Schülerinnen und Schüler 1 Runde)
Start 19.00 Uhr bei der Forsthütte Thurau
Rangverkündigung anschliessend in der Mensa Lindenhof
Organisation Fredy Schwager
Details siehe separate Ausschreibung.



Sehen im Sport = Bischof Sportoptik

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

Laufschuhtest ab 18.00 – 20.00 Uhr bei Bossart Sport
Apéro ab 20.00 Uhr
Einkaufsmöglichkeit mit 20 % Spezialrabatt auf Lagerware

Die Lauftrainings müssen individuell organisiert werden – es ist kein offizielles Training!

Bossart Sport bietet heute einen Laufschuhtest an, den wir alle nutzen können! Anschliessend sind wir eingeladen zu einem Apéro und zum gemütlichen Einkaufen mit Spezialrabatt.

BOSSART SPORT WIL

Toggenburger Bike-Cup 2012

Durchführung der 5 Bikerennen

- Mountainbikerennen RMC Bütschwil
- Kreuzegg Classic SC Bütschwil
- Ufs Hörnli Bikerennen und Berglauf LSC Wil
- Run/Bike Mosnang
- Mountainbikerennen RC Kirchberg

Sonntag 22. April 2012
Samstag 19. Mai 2012
Samstag 26. Mai 2012
Samstag 23. Juni 2012
Sonntag 2. Sept. 2012



www.toggenburger-bike-cup.ch

Organisierende Vereine

- Veloclub RMC Bütschwil
- Skiclub SC Bütschwil
- Laufsportclub LSC Wil
- Läuferriege LR Mosnang
- Radclub RC Kirchberg

<http://www.rmc-buetschwil.ch>
<http://www.skiclubbuettschwil.ch>
<http://www.lscwil.ch>
<http://www.lrmosnang.ch>
<http://www.rc-kirchberg.ch>



Prague
Internationale **Sonntag, 13. Mai 2013**
Marathon

Fridolin informiert alle „Marathonis“ über die Reise. Selbstverständlich sind auch alle eingeladen, welche nicht daran teilnehmen. Das definitive Reiseprogramm wird bekannt- und die Reisedokumentationen abgegeben.

Datum **Mittwoch, 25. April 2012**
Treffpunkt **Rest. Bären, Züberwangen**
Zeit **21.00 Uhr**



Thurgauer Kantonalbank