



- **Crosslauf Degenau** **Samstag 28. Februar 2015**
Die Ausschreibung ist bereits auf der Homepage
- **Sponsorenapéro Bischof Optik** **Mittwoch 4. März 2015**
- **Schollenholzlauf Frauenfeld** **Samstag 21. März 2015**
- **Start Bike-Training** **Montag 13. April 2015**
- **Spezialtraining in Niederwil** **Mittwoch 15. April 2015**
- **Sponsorenapéro Bossart Sport Wil** **Mittwoch 22. April 2015**
- **Running Day Eschenbach** **Samstag 25. April 2015**
- **Waldlauf Thurau** **Mittwoch 6. Mai 2015**
- **Start Toggenburger Bike-Cup** **Sonntag 16. Mai 2015**

Termin vormerken!

2-Tages-Bergtour

Samstag/Sonntag, 15./16. August 2015

Organisation durch Martin Müller

Ausschreibung → auf der Homepage // Achtung → Teilnehmerzahl ist beschränkt!

Training

Mittwoch, 19.30 Uhr, Sporthalle Lindenhof

Biketraining

Montag, 18.30 Uhr

Parkplatz Schulanlage Lindenhof Wil

1. Training: Montag, 13. April 2015

Ambitionierte Gruppe
Challenge Gruppe
Kulturgruppe

Hans Ziegler
Hans Moser
Fred Scheidegger

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

Jahresprogramm 2015

Damen und Herren: 15 Läufe, 5 Streichresultate

Jahresprogramm LSC

Datum	Anlass	Organisation LSC
28.02.2015	Crosslauf Degenau	Urs Stäheli
21.03.2015	Schollenholzlauf Frauenfeld	
25.04.2015	Running Day Eschenbach	
06.05.2015	Abendwaldlauf Thurau	Ludwig Grob
20.05.2015	Hörnlilauf	Franziska Alpiger
31.05.2015	Gamperney Berglauf	
evtl. 10.06.2015	Mehrkampf	Ursina Paul
27.06.2015	Run+Bike Mosnang	
08.08.2015	Panoramalauf Ottenberg	
29.08.2015	Frauenfelder Stadtlauf	
16.09.2015	3000 m Bahnlauf	Bruno Mettler
24.10.2015	Oberuzwiler Dorflauf	
31.10.2015	Wiler Herbstlauf	Hans Ziegler
15.11.2015	Frauenfeldertag	
frei wählbar	Halbmarathon	

✂ ----- ausschneiden ----- aufhängen ----- mitmachen -----

Wertung Damen (total 15 Läufe)		Wertung Herren (total 15 Läufe)	
Alle Anlässe	Punkte	Alle Anlässe	Punkte
Siegerin	25	Sieger	50
Zweite	22	Zweiter	46
Dritte	20	Dritter	43
Vierte	18	Vierter	41
Fünfte	17	Fünfter	40
usw. immer 1 Punkt weniger	16	usw. immer 1 Punkt weniger	39
	5 Streichresultate		5 Streichresultate

Halbmarathon oder **Marathonlauf** (je nachdem, was aktuell ist) kann beliebig ausgewählt werden (In- oder Ausland). Die Ranglisten oder Infos 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 an mind. 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 Waffelläufen darf man sich im Gruppenklassement eines anderen Vereins beteiligen.



**Thurgauer
Kantonalbank**

Sponsorenapéro bei Bischof Optik

Mittwoch, 4. März 2015

Training **19.00 Uhr**
Dauer max. 1 Stunde
Eintreffen spätestens **20.30 Uhr** im Verkaufslokal



Sehen im Sport = Bischof Sportoptik

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

Wir dürfen uns wiederum auf einen spannenden Abend bei Bischof Optik freuen.

Schollenholzlauf Frauenfeld, Samstag, 21. März 2015

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



Nähere Infos www.lsvfrauenfeld.ch

...schenken und wohnen

Spezialtraining in Niederwil

Mittwoch, 15. April 2015

Die Sporthalle ist geschlossen → Ferien

Treffpunkt Lauftreff Niederwil
Zeit 19.30 Uhr
Duschen Katzenwäsche
Einkehr Wird vor dem Training bekannt gegeben.

Der Laufleiter wird an den Trainings zusätzliche Infos abgeben: WO - WIE - WAS!

Laufschuhtest bei Bossart Sport Wil

Mittwoch, 22. April 2015

18.00 – 20.00 Uhr bei Bossart Sport.

Verschiedene Anbieter ermöglichen uns, eine grosse Auswahl an Laufschuhen zu testen. Profitiert von diesem Angebot!

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

18.00 Uhr
Laufschuhtest

20.00 h → Imbiss

BOSSART SPORT WIL

Running Day Eschenbach, Samstag, 25. April 2015

Meisterschaftsanlass

Anmeldung	online bis 22.4.2015
Strecke	10,4 km
Startgeld	Fr. 22.-- / Nachmeldung + Fr. 3.--
Startzeit	13.45 Uhr
Infos	www.scdiemberg.ch

Auf der Homepage sind bereits alles Infos.

Abend-Waldlauf Thurau, Mittwoch, 6. Mai 2015

Meisterschaftsanlass

Anmeldung	ab 17.30 – 18.40 Uhr Sporthalle Lindenhof
Garderobe/Dusche	Sportanlage Lindenhof
Startgeld	LSC, Schülerinnen/Schüler: gratis Nichtmitglieder: Fr. 15.--
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	Ludwig Grob

**online
anmelden!**

Toggenburger Bike-Cup 2015

• Kreuzegg Classic	Samstag	16. Mai 2015
• Ufs Hörnli	Samstag	23. Mai 2015
• Run&Bike Mosnang	Samstag	27. Juni 2015
• Kirchberger Bike Rennen	Sonntag	30. August 2015
• Bikerace Tuttwil	Samstag	26. September 2015

Detaillierte Infos unter www.toggenburger-bike-cup.ch

Vorschau auf die nächste Ausschreibung Vorsommer 2015

Mittwoch, 20. Mai	<i>Clublauf Hörnli</i>
Samstag, 23. Mai	<i>Ufs Hörnli Lauf und Bike</i>
Sonntag, 31. Mai	<i>Gamperney Berglauf</i>
Mittwoch, im Juni	<i>Mehrkampf</i>
Samstag, 27. Juni	<i>Run+Bike Mosnang</i>



Sommertrainings

Wer hat Lust, in den Sommerferien ein Training durchzuführen?

8. Juli / 15. Juli / 22. Juli / 29. Juli / 5. August 2015

Martin Wehrli freut sich auf eure Meldungen.



www.muellerparkett.ch