

Herrliche Lauf- und Wettkampfatmosphäre an Pfingsten: Die Mila's sind aktiv!

Am Pfingstsamstag stand die Rüthner Dorfstaffette und der GP in Bern im Wettkampfkalendar einiger Mila's. Und die Leistungen dürfen sich sehen lassen: Kalim Ghulam, Zoltan Török, Michael Hautle, Roland Segmüller waren an der polysportiven Stafette in Rüthi starke Elemente des Teams TTT-Rheintal I und trugen das ihre zum sehr guten 3. Rang bei der Elite bei. Beim GP Bern war Ramon Hüppi der schnellste Mila. Und am Sonntag führte Roland Segmüller noch eine kleine Gruppe im Laufschrift von Kobelwies auf die Schwägalp!

Sonntag, 23. Mai 2010 - von Felix Benz

Dorfstaffette Rüthi

Wie schon im letzten Jahr stellte Roland eine gemischte Herrenmannschaft aus Mitgliedern der MILA-Rheintal und des Tri-Top-Teams Rheintal zusammen. Und die Gruppe bestehend aus Kalim Ghulam (Startläufer), Zoltan Török (Padelboot), Paolo Pugliese (Mountainbike), Michael Hautle (Schütze), Roland Segmüller (Talläufer) und Jürg Bühler (Rennvelo) erfüllte die Erwartungen und wurde in der Kategorie Elite ausgezeichnete Dritte. In den Einzelwertung der verschiedenen Disziplinen belegt Zoltan Rang 1, Michael steht wie Kalim auf Platz 2 und Roland wir holt sich einen dritten Platz. Auch Alexander Schawalder als Bootsfahrer und Ignaz Breitenmoser als Biker waren in weiteren Mannschaften dabei. Wie jedes Jahr waren auch die MILA-Frauen an der Stafette dabei. Margret Kandel, Carolin Dür, Rina Ebnetter und Bianca Jöhri holten in der Kateg. Damen den 6. Rang.

GP Bern

Die 16 Kilometer quer durch die Bundeshauptstadt werden als die zehn schönsten Meilen der Welt bezeichnet. In den Ranglisten sind 5 Mila's zu finden: Die schnellste Zeit läuft Ramon Hüppi (1:02:32). 40 Sekunden länger war Isi Albertin unterwegs. Nebst diesen beiden waren auch noch Markus Halter, Kurt Graber und Edith Lüchinger in Bern erfolgreich dabei.

Erlebnislaf auf die Schwägalp

Unter der Leitung von Roland Segmüller startete am Pfingstsonntagmorgen bei herrlichen Laufbedingungen ein Quartett zu einem Long-Jogg von Kobelwies (Start Schwammlauf) Richtung Eggerstanden. Nebst Roland waren dabei: Alexander Schawalder, Felix Benz und Daniel Büchel. Über Wald- und Bergstrassen und teilweise frisch gemähte Wiesen führte die Laufstrecke nach Steinegg und weiter nach Weissbad. Dann folgte eine langgezogene Steigung zum Gasthaus Lehmen. Dort wurde von der Alpstrasse auf den Wanderweg gewechselt. Dieser Wanderweg hinauf auf die Chammhalde war dann etwas steiler als die Alpstrasse, wo sich die vielen Biker an diesem Morgen bewegten. Vom der Chammhalde, der höchsten Stelle der ganzen Strecke auf 1'395 Meter ü.M. gings dann wieder auf der Alpstrasse hinunter zum Ziel des Laufes, der Schwägalp. Die vier waren ca. zweieinhalb Stunden unterwegs! Eine tolle Laufstrecke, für jeden zu empfehlen, einmal zu laufen. Die nachstehenden Bilder ergänzen die Aussagen im Bericht eindrücklich.

Das Ziel des Pfingsterlebnislaufes am Fusse des Säntis noch in weiter Ferne



Startort: Kobelwies, Schwammstrasse



Dani Büchel, Roli Segmüller und Alexander Schawalder laufen Richtung Eggerstanden



Ein Blick zurück ins Rheintal



Beim Kirchli Eggerstanden...



....ein erster Fotostopp



Weiters gings Richtung Appenzell



Hinunter nach Steinegg



In Weissbad: Kühlung am Brunnen und Wasser nachfüllen



Schöne Begegnung mit der Appenzeller-Kultur



Ein Blick hinauf zur Ebenalp



Gasthaus Lehmen



Dann steigt der Weg an Richtung Schwägalp



Roland auf dem Aufstieg Richtung Chammhalde



Mit der Höhe wechselte die Strecke von Strassen zu Wanderwegen



Die Chammhalde, der höchste Punkt des Tages (11'395 müM) ganz hinten ersichtlich



Und dort eröffnete sich der Blick hinunter zum Ziel, der Schwägalp



Bei der Talstation der Säntisbahn herrschte ein gewaltiger Verkehrsbetrieb, schon am Vormittag



Susanne erwartet Roland, sie war mit dem Bike auf die Schwägalp gefahren....



..... wie auch Luzia Büchel, die Frau von Dani.



Ein toller Erlebnislauf bleibt den vieren in Erinnerung.

