

# Älpele-Lauf - Das tönt so niedlich ...

**7 Mila's starteten beim 8. Älpele-Lauf und sorgen für ausgezeichnete Referenzen. Die Top-Zeiten laufen Andreas Weiler und Denise Lichtensteiger. Podestplätze gibts für Rina und Erwin. Mathias Nüesch bezahlte bei seinem ersten Berglauf Lehrgeld.**

Sonntag, 15. Mai 2011 - von Felix Benz

## **Mathias weg wie die Feuerwehr - Andreas stellt ihn kurz vor dem Ziel**

Berglaufrookie Mathias hat gemerkt, dass die Laufstrecke vom Stadtzentrum Feldkirchs hinauf auf das Vordereälpele wohl nicht für ein Kindergartenreisli geeignet ist, obwohl der Name Älpelelauf doch ziemlich kindlich klingt. Denn die 9,2 km lange und 840 Meter Höhendifferenz aufweisende Strecke weist sehr unterschiedlichen Steigungen auf und verlangt eine sehr überlegte Einteilung der Kräfte. So büsste Mathias für das gewählte schnelle Anfangstempo. Gegen Schluss waren seine "Batterien" praktisch auf Null und er musste sich auf den letzten Metern noch von Andreas Weiler ein- und überholen lassen. Das zeigt aber auch, dass Andreas zu den erfahrenen Läufern zählt und ihm ein guter Lauf gelang. Andreas und auch der "Erfahrungssammler" Mathias erreichten das Ziel deutlich unter der Stundengrenze. 20 Sekunden darüber blieb Felix Benz. Er klassiert sich gerade noch in der ersten Ranglistenhälfte.

## **Podest für Rina und Erwin**

Erwin Keller verliess das Zielgelände vor der Siegerehrung, an welcher er als dritter der Kateg. M60 aufs Podest hätte steigen können. Klasseleistungen zeigten auch die drei Mila-Damen. Als erste des Trios war Denise Lichtensteiger oben (1:04:37). Knapp fünf Minuten später kam Edith Lüchinger gefolgt von Rina Ebnetter. Rina steht an erster Stelle der Kateg. W 50. Während des Laufs bliebs noch trocken. Doch noch vor der Rangverkündigung kam die angekündigte Nässe und das sehr ergibig.

## **Spitzenathleten am Start**

115 Männer und 19 Frauen erreichten das Ziel. Darunter waren einige internationale Spitzenläufer und die ganze Vorarlberger Berglaufelite, denn der Wettkampf war zugleich auch als Vorarlberger Meisterschaft ausgeschrieben. Tagessieger wurde der Deutsche Top-Bergläufer Timo Zeiler in hervorragenden 44:27 und einem Vorsprung von 4 Minuten vor seinem Landsmann Steffen Uebel. Daniela Gassmann aus Galgenen war mit 51:39 Min. zum wiederholten Mal die schnellste Frau. Auf Platz sechs lief die Widnauerin Irmgard Schmidt (1:01:46).

7 Mila bereit für den ersten Berglauf der Saison 2011



Mathias freut sich auf das Ungewisse. Andreas hat da schon mehr Erfahrung in Sachen Berglauf



Erwin wagte sich wieder an einen Wettkampf und wird 3. in der Kateg. M60



**Die drei Mila-Berglauf-Girls: Rina, Edith und Denise**



Startbogen in Feldkirch



Laufstrecke von Feldkirch hinauf aufs Vorderälpele



## Die letzten Meter



Ziel auf dem Vorderälpele



**Blick vom Ziel Richtung Rheintal-Bodensee**



Denise und Erwin ziehts schnell wieder ins Tal



Irmgard Schmidt einmal mehr mit Top-Leistung



Die beiden Appenzeller-Freunde gratulieren sich zu ihrem Resultat: Roland Langenegger und Stefan Signer

