48. Lustenauer Crosslaufserie 2017-2018

Die traditionellen Lustenauer Crossläufe im Gebiet des alten Rheins bieten wiederum Gelegenheit den aktuellen Formstand in den Wintermonaten zu testen.

Samstag, 17. Februar 2018 - von Berni Litscher

1. Lustenauer Crosslauf vom 9.Dezember 2017 (Text: Therese Stieger, Photos: Sepp Hutter)
Bei schönstem Winterwetter nahmen 90 Teilnehmer den 1. Crosslauf über 9 km unter die Füsse. Mit am Start waren auch 9 Milas (8/1). Insgesamt sieben Podestplätze konnten die Rotweisen für sich verbuchen!
Mathias Nüesch gelang der Tagessieg in einer Zeit von 30:09. Er lief wie erwartet von Beginn weg mit der Spitzengruppe mit und konnte sich leztendlich mit 9 Sekunden Vorsprung auf den Zweitschnellsten Florian Schwender durchsetzen. In der gleichen AK wie Mathias sicherte sich Zoltan den 2. Platz.
Wie jedes Jahr ist auch Markus Indermaur bei den Crossläufen mit dabei. Wie immer mit konstant guten Leistungen. Zum Auftakt sicherte er sich heuer den 2. Platz in seiner AK!.
Auch Berni ist diesen Winter wieder gut in Form und gewann in seiner Kategorie M60. Dieses Podest komplettierten Rolf und Norbert.
Paul Nüesch hatte sich sein Rennen gut eingeteilt und konnte auf dem letzten Kilometer noch mal zulegen.
Die Familie Oehler wurde durch Markus vertreten. Er kam ebenfalls gut über diese drei Runden und zeigte eine tolle Leistung..
Bei den 14 Frauen die am Start waren, konnte Iris Bechtinger den Sieg für sich verbuchen. Denise Lichtensteiger und Sandra Urach, zwei grosse Konkurentinnen, fehlten diesmal am Start. Iris siegte mit vier Minuten Vorsprung auf die Zweitplatzierte. Therese wurde dritte in dieser AK und freute sich entsprechend. Mit Iris auf dem Podest kam schliesslich nicht alle Tage vor.

2. Lustenauer Crosslauf vom 23.Dezember 2017 (Text: Therese Stieger, Photos: Sepp Hutter)
Der letzte Crosslauf in diesem Jahr war der 4 km Lauf. Er fand bei fast schon milden Temperaturen statt. Wie schon vor zwei Wochen waren wiederum 9 Milas (8/1) am Start.
Mathias Nüesch musste den Tagessieg dieses Mal Stefan Schmauder überlassen. Er wurde mit 12 Sekunden Rückstand Zweiter. In seiner Alterklasse gewann Mathias vor seinem Teamkollegen Ismael Albertin.
Insgesamt durften sich 4 Milas über Podestplätze in ihrer AK freuen.
Berni lief die 4 Kilometer knapp unter einer Viertelstunde und wurde Dritter.
Bei den Frauen siegte Iris Bechtinger, die zuvor schon den kurzen Lauf über 2 Km absolvierte. Therese wurde zweite in ihrer Altersklasse.
Auch Markus Oehler, Norbert Ammann, Paul Nüesch, Walter Benz und Reto Moschen standen für die Mila am Start und zeigten durchwegs gute Leistungen bei diesem schnellen Lauf.

3. Lustenauer Crosslauf vom 6.Januar 2018 (Text: Berni Litscher, Photos: Sepp Hutter und Denise Lichtensteiger)
Die Geschichte des 3.Crosslaufes über 15 km ist schnell erzählt. Bei Sonnenschein und frühlingshaften Temperaturen stellten sich lediglich 66 Läuferinnen und Läufer dem Starter. Die teilnehmenden Milas konnte man an einer Hand abzählen: Es waren 5. Immerhin genossen diese 5 Milas die frenetische Anfeuerungsrufe von vielen Zuschauern, darunter mindestens 10 aus der Mila-Familie. Auch einige Spitzenläufer fehlten und so kam es, dass Mathias alleine auf und davon eilte und das Rennen mit 3 Minuten Vorsprung gewann. Zweitschnellster Mila war Berni, welcher in der Kat. M60 den zweiten Platz vor Rolf und Norbert belegte. Paul erreichte in der Kat. M40 den 8.Platz. Schnellste Dame war Andrea Meusburger-Kaufmann.

4. Lustenauer Crosslauf vom 20.Januar 2018 (Text: Therese Stieger, Photos: Sepp Hutter)
Auch beim 4. Crosslauf in diesem Winter war von Schnee weit und breit nichts zu sehen. Die Wege waren gut und somit herschten ideale Bedingungen um gute Zeiten herauszulaufen.
Nach einem wie erwartet sehr schnellen Start blieb das Tempo über beide Runden hoch. Dies ist jeweils auch für die Läufer in den hinteren Reihen eine besondere Herausforderung. Man möchte ja einigermassen dranbleiben und trotzdem nicht schon am Anfang alle Körnchen verschiessen. Gut einteilen war gefragt!
Dies gelang den 7 Milas (6/1) die heute am Start waren durchwegs gut.
Unser Favorit Mathias Nüesch fehlte diesmal. Er war im Trainingslager in Lanzarote. Der Tagessieg ging an den Donnschtig Hüpfer Heinz Bodenmann.

Aber auch die Milas konnten wieder einige Podestplätze für sich verbuchen.
Zoltan und Berni wurden jeweils Erste in ihrer AK. Hinter Berni wurde Norbert Zweiter in der Kat. M60. Markus Indermauer belegte den 3. Rang bei den M50. Paul Nüesch und Walter Benz liefen auf die Plätze 5 bzw 9 in ihren Kategorien.
Bei den Frauen ging der Tagessieg einmal mehr an Iris Bechtinger, die zuvor schon den kurzen Lauf dominierte. Therese wurde 3. in der gleichen AK.
Das TriTop Team wurde durch Luzia Büchel vertreten. Sie kam ebenfalls gut über diese beiden Runden.

5. Lustenauer Crosslauf vom 3 Februar 2018 (Text: Denise Lichtensteiger, Photos: Sepp Hutter und Erwin Keller)
Pünktlich um 15.00Uhr war der Startschuss zum 5. Crosslauf über 18 km. Es waren viel mehr Männer (davon 7 Milas) wie Frauen am Start. Nur 3 Frauen bezwangen den heutigen Lauf bei genialen Temperaturen, sogar die Sonne zeigte sich noch kurz.Mathias führte von Anfang an das Rennen und hat bereits den Gesamtsieg in der Tasche. Im Quartett der Sieger sind 3 Milas dabei. Gratulation! Mathias, Isi, Patrick Spettel und Zoltan komplettieren das Quartett. Alle zeigten hervorragende Leistungen. Markus, Norbert und Paul beendeten den Lauf in einer sehr guten Zeit und vorallem mit einem Lächeln im Gesicht! Wäre da noch mehr drin gewesen?
Herzlichen Dank an die Fotografen Sepp Hutter und Erwin Keller.

6. Lustenauer Crosslauf vom 17 Februar 2018 (Text: Berni Litscher, Photos: Sepp Hutter)
Der letzte Crosslauf der heurigen Crosslaufserie fand bei leichtem Nieselregen statt. Die Bedingungen waren gut. Mathias stand bereits vor diesem Lauf als Gesamtsieger fest. Er musste 2 jüngeren Läufern den Vortritt lassen, gewann jedoch die Kat. M35. Isi zeigte wiederum ein beherztes Rennen und erreichte den 7.Platz in der Overall-Wertung. Einen Rang dahinter klassierte sich Zoltan. 6 weitere Milas zeigten ihr Können und belegten folgende Plätze: Berni 3. bei den M60, Norbert 4. in derselben Kategorie, Paul 7. bei den M40, Walter und Reto 9. und 10. bei den M50 und Markus erkämpfte sich den 8.Platz bei den M55.
.

Lustenauer Crosslaufserie 2017/2018
10 Milas starteten regelmässig an den Crossläufen und klassierten sich demzufolge im Schlussklassement. Sie alle haben die Gelegenheit benutzt, um ihr Leistungsvermögen mit sich selber aber auch mit anderen Läuferinnen und Läufern zu vergleichen.
Die einzige Mila-Frau war Therese Stieger. Sie darf stolz auf ihre gezeigten Leistungen sein und belegte im Schlussklassement der Kat. W40 den guten 3.Rang - Bravo!
Mathias war im Dezember als Favorit gestartet, hielt dem Erwartungsdruck stand und durfte wiederum als Gesamtsieger hervorgehen. Bei den Damen erzielte Iris Bechtiger ausgezeichnete Laufzeiten und gewann somit die Gesamtwertung. Herzliche Gratulation!
8 weitere männliche Milas erreichten folgende Rangierungen: Zoltan Török 2.Rang (M35), Isi Alberin 3.Rang (M35), Paul Nüesch 7.Rang (M40), Markus Indermaur 3.Rang (M50), Walter Benz 10.Rang (M50), Markus Oehler 9.Rang (M55), Berni Litscher 2.Rang (M60), Norbert Amann 4.Rang (M60). Auch diesen Läufern sei für ihre gezeigten Leistungen herzlich gratuliert!

Bei jedem Crosslauf wurden die Läuferinnen und Läufer von etlichen Zuschauern und Fans angefeuert. All diesen sei ebenso der beste Dank ausgesprochen!

Link zu den Ranglisten

Die Lustenauer Tradition hält an!



9. Dezember 2017

Die MILA-Mannschaft ist startbereit



Los geht's



Mathias vor Patrick Spettel



Therese



Rolf vor Berni



Paul


HYPO
HYPO
HYPO

Zoltan



Markus I.



Norbert



Markus Oe.



Damensiegerin Iris Bechtiger



Rolf



Markus I.



Paul



Sieger Mathias



Therese



Markus Oe.



Berni



Norbert



Zoltan



23. Dezember 2017

Los geht's zum 2.Crosslauf



MILA-Fan Päuli zeigt uns den Weg



Mathias, diesmal auf Platz 2



Isi



Berni



Markus



Therese



Walter



Norbert



Paul



Manfred Ritter, mit 82 Jahren der älteste Teilnehmer



Sieger Stefan Schmauder



6. Januar 2018

Ehemalige Crossläfer am Fachsimpeln: Nejdet und Erwin



Das Zeitmessteam wird sicher nicht verdursten....



Mathias übernimmt das Zepter...



...und eilt allein voraus



Denise und Päuli feuern Markus Roy an



Berni vor Andrea und Rolf



Paul



Norbert



Rolf



Mathias eilt dem Ziel entgegen



Rolf tut dasselbe



Paul auf den letzten Metern



Norbert geniesst den Endspurt



Berni ebenso



20. Januar 2018

Start zum 4.Lauf über 6km. Heinz Bodenmann (529) übernimmt das Kommando



Zoltan, dynamisch in der Kurve



Markus kämpferisch



Berni winkt dem Fotografen zu



Paul, lächelnd wie immer



Norbert stoppt seine Zwischenzeit



Therese verfolgt von Walter, beide schmunzelnd



Tagessieger Heinz



Seriensiegerin Iris



Therese



Markus



Walter



Zoltan



Norbert



Berni



Paul



Ein Trio macht sich zum Auslaufen bereit



3. Februar
2018

5. Crosslauf 18km



Startschuss



Mathias an der Spitze



Isi knapp hinter Mathias



schneller Markus



Patrick Spettel warm angezogen!



Zoltan im Sauseschritt



Tagessiegerin



der lachende Paul



Reto Moschen noch dabei.....



aufgestellter Norbert



Yanic Lenzi, Sohn von Ewald Lenzi




Reiten verboten
99
77


GRAVAG
145
45


GRAVAG
77




85
34


GRAVAG
143


17
35
GRAVAG
170
66

wauw so schnell!



Finisher Markus



Norbert stoppt die Uhr



auch am Schluss ein Lachen



das Siegertrio



das Sieger-Quartett



17. Februar 2018

Start zum 6.Lauf



Sieger Stefan Schmauder



Damensiegerin Iris



Mathias



Zotan


erdgas
GRAVAG
99
SPARKASSE
SPARKASSE
SPARKASSE
SPARKASSE

Isi



Norbert



Berni



Reto


MIGROS
SWISSLOS
Sportfonds Aargau
Die Bausparkasse
35
SPARKASSE

Paul



Markus



Walter



Reto



Markus



Walter



Paul



Norbert



Berni



Zoltan



Isi



Mathias

