

40. Rhylauf Halbmarathon und 10 km Distanz

MILAS am Rhylauf.

Es wurden viele gute Resultate erzielt. Sandra, Doris und Berni auf dem Podest.

Sonntag, 25. März 2018 - von Jeannine Oehler

Impressionen eines Halb-Marathon Läufers

Der 1. Eindruck am Morgen beim Abholen der Startnummer war recht positiv. Alles wie gewohnt super organisiert und dazu noch Sonnenschein, nur der kühle Wind ist schon beim gemeinsamen Fototermin unangenehm aufgefallen. Und bereits beim Aufwärmen hat man sofort gemerkt, dieser kräftige Wind (am Morgen von Süden kommend) ist richtig kräfteraubend. Dann gleich nach dem Start, während den ersten Kilometer, haben die Kurzstreckenläufer (4.45km) mit vielen Jugendlichen kräftig mitgemischt, da diese ja gleichzeitig mit den Halb-Marathonies losgelassen wurden. Also wer nicht mit diesem Pulk von Schnell-Läufern mithalten kann, der tat gut daran sich zu besinnen, dass noch 21 km vor ihm liegen. Besonders jener, der mit sehr gemischten Gefühlen an den Start ging, nicht wissend ob der Mann bald schmerzbedingt abbrechen muss. Aber es lief recht gut und wenn Mann dazu noch das Glück hat, dass sich durch zwei befreundete Läufer ein Dreiergespann ergibt, ja dann macht es gleich noch mehr Spaß. So konnten wir abwechselnd gegen den Wind ankämpfen und eine gute Pace laufen. Leider ist dieses 3er-Gespann in der letzten Runde auseinander gezogen worden. Jener Läufer, den man u.a. "den schnellsten Pöstler in VlbG" nennt, hatte wohl zu hart gegen den Wind angekämpft !? Ab da, war nur noch Felix Leuener mein treuer Begleiter und Pacemaker. Und während wir so in der letzten Runde in Montlingen unterwegs waren, das Publikum uns kräftig angefeuert hatte, ging mir der Gedanke durch den Kopf ..."nun hast du 90% der Strecke hinter dir, also für den Rest wird es wohl auch noch gut laufen". Nur kommt es meist anders als man denkt, just in der Minute kam wie aus dem Nichts, Mila-Kollege Reto angebraust und setzte zum Überholen an. Er, vermutlich wie von einem Magnet angezogen, hielt Schritt mit einem Front-Kämpfer gegen Windmühlen. Es bedarf wohl nicht vieler Worte, der Ehrgeiz hat die Pace-Latte wieder auf Soll-Stufe korrigiert. Was leider auch bedeutete den Felix hinter sich zu lassen. Entschuldigung dafür, aber das Ziel hat eben eine starke Wirkung :-). Die beiden Mila's kamen somit mit dem 125. und 126. Gesamtrang ins Ziel. Kurz danach kam Sandra Lichtensteiger ins Ziel und konnte sich dadurch den 2. Platz bei W45 sichern.

Generell gesagt, die Mila Damen mit HM Ambitionen waren sehr erfolgreich :) Doris Lüchinger hat den 1. Platz in W55, Monika Drage W55 konnte den guten 4. Platz erzielen.

Auch die Platzierungen der HM Herren kann sich sehen lassen. Bei den Herren allgemein ist Ramon Hüppi an 11. Stelle gelistet, bei den M35 Zoltan Török Platz. 5, Philipp Gubler 12. und Manuel Marquart 21. Platz. Weiters bei M45 ist Reto Moschen an 38. und Walter Benz an 56. Stelle. Und in der Kategorie M55 konnte sich Berni Litscher den 3. Platz, Norbert Amann 9. Platz und Rolf Wälte den 10. Platz für sich behaupten.

Bericht zum 10km Lauf

Glücklicherweise wurde es auf den 10km-Lauf temperaturmässig etwas wärmer und es war auch sicher angenehmer zu laufen. Auch wir hatten mit dem Wind zu kämpfen was uns zusätzlich an den Kräften zerterte.

13 Mila-Läufer davon 3 Frauen haben am 10km Lauf erfolgreich teilgenommen.

Unser Youngster Fabian Benz Kat. U20 lief mit fantastischen 0.36.19 ins Ziel und sicherte sich den 11. Rang. Eine hervorragende Zeit lief Mathias Nüesch (0.32.25) er konnte sich in der Kategorie M35 den 4. Rang sichern. Daniel Loher als einziger in der Kat. M40 erreichte das Ziel mit einer Zeit von 0.48.57. Bei der Kat. M50 haben sich Markus Indermaur 6. Rang (0.39.26), Guido Bischofberger mit einem kurzen Abstand (0.40.40) den 10. Rang und Helmut Büchel den 16. Rang (0.43.28) erzielt. Roland Segmüller M55 finnischste mit einer Zeit von 0.40.44 Rang 5, Moritz Schmid ebenfalls in dieser Kategorie (0.46.37) erzielte den 18. Rang, gefolgt von Heinz Brunner auf dem 24. Rang (0.52.17). Paul Zeni durfte mit 1.03.04 den 11. Rang in seiner Kategorie M70 besetzen.

Die drei Mila-Frauen haben auch ihr Bestes gegeben. Therese Stieger lief die 10km in einer Zeit von 0.49.17 und belegte in der Kat. W40 den 12. Rang. Jeannine Oehler und Edith Lüchinger beide Kat. W50 gelangten mit ihrer Leistung auf den 5. und 7. Rang (0.52.13/0.55.41).

Dem Veranstalter herzliche Gratulation für den reibungslosen Ablauf. Die vielen Läuferinnen und Läufer, die für die Schweizermeisterschaft angereist waren, haben mit Sicherheit einen positiven Eindruck von den Rheintalern und dem Rheintal erhalten.

Bericht: Norbert Amann / Impressionen eines Halbmarathonläufers
Jeannine Oehler / Kurzbericht 10km Lauf

Fotos: Sepp Hutter und Norbert Amann

[Link zu den Ranglisten](#)

MILAS Halbmarathon Absolventen



Sandra



Philipp



Manuel



Sandra



Norbert





Ramon



Sandra mit Reto











Doris



Monica



MILAS 10km Absolventen



Markus



Helmut



Daniel



Theres



Jeannine





Edith



Mathias





Fabian









Roland



Helmut



Moritz froh gelaunt



Heinz am überholen



Paul im Zieleinlauf



Mathias noch wenige Meter



Fabian Endspurt



