

# 23. LAUF-CUP

[www.lauf-cup.ch](http://www.lauf-cup.ch)

-

Winter 2011/12

<http://fahrplan.sbb.ch/bin/query.exe/dn> **Fahrplan für öV Benutzer SBB**

↑ = Steigungsmeter

**1** Sonntag, 23.10.11, um 10.00 Uhr **Speicher** Massenstart, Distanz: **11.1 km**, ↑280m

Organisator: Noldy Graf, Läufergruppe Speicher  
Streckenrekord: Nicole Ricklin: 48'09" (Nov. 04) + Martin Leemann: 38'34" (Dez. 02)

**Startnummernausgabe: 08.30 - 09.30 Uhr Zentralschulhaus, Schupfen 10, 9042 Speicher**

Toiletten, Garderoben+Duschen: Zentralschulhaus

Treffpunkt nach dem Lauf: **Festwirtschaft im Zentralschulhaus**

Zufahrt: Hauptstrasse St. Gallen - Trogen, bis Dorfzentrum Speicher

ÖV: Bahnhof Speicher, Fussweg zum Zentralschulhaus, 200 m südwärts, Richtung Trogen

**2** Sonntag, 30.10.11, um 09.30 Uhr **Kemmental / Alterswilen** Massenstart, Distanz: **13.7 km**, ↑140 m

Organisator: Josef Knill, VGK Kemmental  
Streckenrekord: Sabrina Bösch: 55'45" (Dez. 06) + Bruno Heuberger: 47'25" (Feb. 08)

**Einschreiben: ab 08.30 Uhr, Schulanlage Alterswilen, Kirchstrasse, 8573 Alterswilen**

Toiletten, Garderoben+Duschen: Schulanlage Alterswilen

Treffpunkt nach dem Lauf: **Festwirtschaft im Mehrzwecksaal**

Zufahrt: Hauptstrasse Berg TG - Kreuzlingen; in Siegershausen links, Richtung Märstetten, noch ca. 500m

ÖV: Bahnhof Siegershausen, Fussweg zur Schulanlage Alterswilen, 400 m westwärts, Richtung Alterswilen/Märstetten

**3** Samstag, 12.11.11, ab 14.00 Uhr **Dozwil** Handicap, Distanz: **14.4 km**, ↑80 m

Organisatorin: Margrit Frei, Running Team Arbon  
Streckenrekord: Marianne Brülisauer: 58'59" (Nov. 10) + Thomas Mullis: 51'27" (Nov. 10)

**Einschreiben: ab 13.30 Uhr, Schulhaus Dozwil, Uttwilerstr., 8582 Dozwil**

Toiletten, Graderobe+Duschen: Schulhaus Dozwil

Treffpunkt nach dem Lauf: **Rest. Landhaus, Dozwil**

Zufahrt ab Amriswil: Im Zentrum von Amriswil Richtung Kesswil/Uttwil, bis Dozwil

ÖV: Bahnhof Amriswil, Bus bis „Dozwil Oberstufen-Turnhalle“ (Fussweg ab Bahnhof Amriswil: 3500 m)

ÖV: Bahnhof Uttwil, Fussweg zur Schulanlage Dozwil, 1800 m südwärts, Bahnhofstr., Kreisel an Hauptstr., Dozwilerstrasse

**4** Sonntag, 27.11.11, ab 09.30 Uhr **Henau** Handicap, Distanz: **14.5 km**, ↑120 m

Organisator: Peter Kuhn, RMV Uzwil  
Streckenrekord: Marianne Brülisauer: 1h00'46" (Nov. 09) + Martin Leemann: 50'34" (Nov. 09)

**Einschreiben: ab 09.00 Uhr, Sportanlage Rüti, Henau, Rütistr., 9247 Henau**

Toiletten, Garderoben+Duschen: Sportanlage Rüti

Treffpunkt nach dem Lauf: **Bistro in der Sportanlage Rüti**

Zufahrt: Autobahnausfahrt Uzwil, dann Hauptstrasse Niederuzwil – Zuzwil

ÖV: Bahnhof Algetshausen, Fussweg talwärts nach Henau zur Sportanlage Rüti, 1200 m nordwärts, Schulhausstr., Oberbergstr., Thuraustr., Rütistr.

**5** Sonntag, 11.12.11, ab 09.30 Uhr **Bischofszell** Handicap, Distanz: **11.8 km**, ↑190 m

Organisatorin: Lisa Hasse  
Streckenrekord: Marianne Brülisauer: 50'48" (Dez. 10) + Matthias Rutishauser: 43'33" (Dez. 10)

**Einschreiben: ab 09.00 Uhr, Sporthalle Bruggwiesen, Amriswilerstr., 9220 Bischofszell**

Toiletten, Garderoben+Duschen: Sporthalle Bruggwiesen

Treffpunkt: **Rest. Hirschen, Sitterdorf**, 400 m vom Ziel, Richtung Amriswil

Zufahrt: In Bischofszell Stadt; Richtung Sulgen, Sittertalstr. zu Parkplatz Aldi

ÖV: Bahnhof Bischofszell-Nord, Fussweg zur Sporthalle Bruggwiesen, 600 m südwärts, Hauptstr., dann Richtung Amriswil

ÖV: Bahnhof Bischofszell-Stadt, Fussweg zur Sporthalle Bruggwiesen, 700 m nordwärts, talwärts, der Hauptstr. entlang, nach der Sitterbrücke rechts

ÖV: Bahnhof Sitterdorf, Fussweg zur Sporthalle Bruggwiesen, 800 m westwärts, talwärts, der Hauptstrasse entlang

ÖV: Bahnhof Amriswil, Bus AOT bis Bischofszell Nord

**6** Sonntag, 18.12.11, ab 09.30 Uhr **Sulgen** Handicap, Distanz: **12.4 km**, ↑90 m  
 Organisator: Dominik Schlumpf, Run Fit Thurgau  
 Streckenrekord: Marianne Brülisauer: 54'50" (Dez. 09) + Patrick Schleuchzer: 47'16" (Dez. 09)  
**Einschreiben: ab 09.00 Uhr, Auholzsaal, Kappellenstr. 10, 8583 Sulgen**  
 Toiletten, Garderoben+Duschen: Auholzsaal  
 Treffpunkt **vor und nach** dem Lauf: **Festwirtschaft im Auholzsaal**  
 Zufahrt: In Sulgen; Hauptstrasse Sulgen – Kradolf/Bischofszell; 300 m nach der Unterführung, rechts abbiegen  
 ÖV: Bahnhof Sulgen, Fussweg zum Auholzsaal, 600 m, Unterführung, Hauptstr. Richtung Kradolf, bei FEG-Kappelle rechts

**7** Samstag, 07.01.12, ab 14.00 Uhr **Wil/Thurau** (2 Runden à 6.3 km) Handicap, Distanz: **12.6 km**, ↑125 m  
 Organisator: Fredy Pfister, LSC Wil / RMV Bischofszell  
 Streckenrekord: Nicole Ricklin: 51'24" (Jan. 05) + Lukas Ebnetter: 44'08" (Jan. 11)  
**Einschreiben: ab 13.30 Uhr, Schiessanlage Thurau, Eschenhofstr. 10, 9500 Wil**  
 Toiletten: Schützenstube (keine Garderoben+Duschen)  
 Treffpunkt nach dem Lauf: **Schützenstube**, bei Start/Ziel  
 Zufahrt: Hauptstrasse Wil - Flawil; nach Ortsende Rickenbach, links zur Thurau  
 ÖV: Bahnhof Wil SG, Fussweg bis Thurau 2700 m, Ob. Bahnhofstr., Untere Bahnhofstr., Mattsr., Thuraustr., Eschenhofstr.  
 oder ab Bahnhof Wil, Bus 730 bis Wilfeld, Fussweg bis Thurau 1000 m, Hauptstrasse entlang Richtung Schwarzenbach  
 ÖV: Bahnhof Schwarzenbach, Fussweg zur Thurau 1500 m, Hauptstr. entlang Richtung Wil, nach Thurbrücke rechts

**8** Sonntag 22.01.12, ab 09.30 Uhr **Heiden** Handicap, Distanz: **11.2 km**, ↑320 m  
 Organisator: Jürg Kellenberger  
 Streckenrekord: Iris Bechtiger: 56'43" (Feb. 10) + Peter Ricklin: 49'37" (Nov. 08)  
**Einschreiben: ab 09.00 Uhr, Schulhaus Wies, Wiesstr. 10a**  
 Toiletten, Garderoben+Duschen: Schulhaus Wies  
 Treffpunkt: **Festwirtschaft in der Turnhalle**, Handballclub BSG Vorderland  
 Zufahrt: Im Zentrum von Heiden, bei Coop; Richtung Oberegg, ca. 700 m  
 ÖV: Bahnhof Heiden, Fussweg zum Schulhaus Wies 1100 m südwärts, Poststr., Kohlpl., Obereggstr., Wiesstr.

**9** Samstag, 11.02.12, ab 14.00 Uhr **Frauenfeld** Handicap, Distanz: **13.0 km**, ↑170 m  
 Organisator: Erich Gentsch, LSV Frauenfeld  
 Streckenrekord: Marianne Brülisauer: 54'08" (Feb. 11) + Matthias Rutishauser: 45'19" (Feb. 11)  
**Einschreiben: ab 13.30 Uhr, Firma Amacker+Schmid AG, Oberwiesenstr. 92, 8500 Frauenfeld**  
 Toiletten: Firma Amacker+Schmid AG  
 Treffpunkt nach dem Lauf: **Rest. Frohsinn**, Kurzenerchingerstr. 35  
 Zufahrt: Autobahnausfahrt Frauenfeld West; Richtung Zuckerfabrik  
 ÖV: Bahnhof Frauenfeld, Fussweg zu Firma Amacker+Schmid (beim nördl. Eingang zur Zuckerfabrik) 2300 m westwärts  
 ÖV: Bahnhof Frauenfeld, Bus Linie 2 Schönenhof, bis Schönenhof, Fussweg 800 m, Zürcherstr., Brücke Weststr., Oberw.str.  
 ÖV: Bahnhof Islikon, Fussweg zu Firma Amacker+Schmid AG 2900 m, Hauptstr., Brücke Weststr., Oberwiesenstr.

**10** Samstag, 25.02.12, ab 13.30 Uhr **Götighofen** Handicap, Distanz: **20.2 km**, ↑200 m  
**Kurzvariante: Abzweigung nach 12,2 km 13.2 km, ↑ 90 m**  
 Organisator: Kurt Müller, OL Amriswil  
 Streckenrekord: Sonya Ziegler: 1h26'16" (Feb. 07)+ Dominik Rechsteiner: 1h10'00" (Jan. 01)  
 Kurzvariante Streckenrekord: Marianne Brülisauer: 54'48" (Feb. 09) + Markus Schmid: 49'45"(Feb. 07)  
**Einschreiben: ab 13.15 Uhr, Schulhaus Götighofen, Schulstr. 22, 8583 Götighofen**  
 Toiletten, Garderoben+Duschen: Schulhaus Götighofen  
**Schlusshöck: Festwirtschaft des Dorfvereins Götighofen**  
 Zufahrt von Hauptstrasse Sulgen-Amriswil: Dorfeingang Riedt/Erlen, bei Velo Fehr rechts abbiegen, nach Götighofen  
 Zufahrt von Bischofszell-Amriswil: In Zihlschlacht links, Kantonsstrasse Zihlschlacht - Sulgen  
 ÖV: Bahnhof Sulgen, Fussweg nach Schulhaus Götighofen 3000 m  
 ÖV: Bahnhof Sulgen, „Sulger-Taxi“, Preis: Total Fr. 6.--, für einfache Fahrt bis 4 Personen,  
 Bahnhof-Taxi: 071 642 43 07 oder 079 697 97 77 / Tel. Frosch-Taxi: 071 648 30 40