

Heilbronn (Halb-)Marathon

Samstag, Sonntag, 14. - 15. Mai 2011

Solothurns Partnerstadt erwartet uns auch in diesem Jahr.

Hinfahrt Samstagmorgen, Rückfahrt Sonntagnachmittag, mit Privatautos

Infos unter: <http://www.trollinger-marathon.de>

InteressentInnen melden sich rasch möglichst bei Stefan Hug, 032 685 21 84.

Aktuell: WR-Necktubes

Da der Winter vermutlich noch nicht demissionieren will, sind die unten abgebildeten Hals- oder Kopftücher bestens einsetzbar. Man kann sie auch als Multifunktions-Bekleidungsstücke benennen. Ihr findet ein Exemplar als Beilage zur aktuellen Postsendung. Die Necktubes sind erhältlich in den Farben grün, rot und blau, ganz je nach persönlichem Geschmack! Natürlich können die Stücke bei Nichtgefallen beim Schreibenden ausgetauscht werden. Viel Vergnügen damit!



Necktubes WR grün, rot, blau (vielseitig verwendbar!)



«inForm»

Liebe Weissenstein Runners, liebe Freunde

2011/1

Unsere Laufgemeinschaft soll es noch weitere 25 Jahre geben. Das jedenfalls ist meine Perspektive. Das braucht Durchhaltevermögen und man/frau muss sich warm anziehen. Höchst geeignet sind dafür unsere brandneuen Necktubes, welche auf viele Arten getragen werden können. Mit dieser Botschaft und diesem originellen Geschenk an alle Weissenstein Runners wollen wir also unsere (Lauf-)Zukunft angehen. Mehr zu den Necktubes auf Seite 4. Weitere Gedanken zu den Weissenstein Runners auf Seite 3.

Die Wintersaison wollen wir mit einem gemütlichen Abendessen auf dem Weissenstein abschliessen. Wer nicht jeden Dienstag beim Erklimmen des Hausbergs mitmacht, hat so die einmalige Gelegenheit, am 2. April in geselliger Runde den Sonnenuntergang auf dem Weissenstein mitzuerleben. Also am besten gleich anmelden! (siehe Seite 2)

Noch nie war das Karfreitagstraining so spät im Jahr. Ich gehe mal davon aus, dass wir beim RuBi-Training im Sommertenuue traben werden. (ebenfalls Seite 2)

So oder so, mit besten Grüßen

Stefan

Kalendarium

2. April 2011.....	WR Wintertrainingsabschluss im Restaurant zum Sennhaus
22. April 2011.....	Karfreitags-RuBi-Training plus Einkehr im St. Urs + Viktor
26. April 2011.....	Beginn Läufertreff im Sportzentrum Zuchwil
2. Mai 2011.....	Beginn Sommer-Berg-Training auf den Weissenstein
14./15. Mai 2011.....	(Halb-)Marathon in Heilbronn (D)

Winterabschluss im Restaurant zum Sennhaus

Wir sitzen gemütlich zusammen am Samstag, **2. April 2011**, ab 19 Uhr.

Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich.

Name: _____ Vorname: _____ Anz. Pers.: _____

- Entrecote, Pommes, Gemüse (CHF 37.-)
- Rahmschnitzel, Nudeln, Gemüse (CHF 22.-)
- Schnitzel, Pommes, Gemüse (CHF 19.50)
- Sennhausrösti mit Käse + 2 Spiegeleier (CHF 16.50)
- O grüner Salat (CHF 6.00)
- O kleiner gemischter Salat (CHF 8.50)
- O grosser gemischter Salat (CHF 13.50)

Das Kaffee wird von den Weissenstein Runners offeriert.

Natürlich sind **alle** Weissenstein Runners (mit Partner) willkommen!

Anmeldungen bis **Samstag, 26. März 2011**, an:

Stefan Hug, Emmenholzweg 11, 4528 Zuchwil, 032 685 21 84 oder
stefan.hug@solnet.ch (Bitte Termin unbedingt einhalten, danke.)

Karfreitagstraining

Wie in den vergangenen Jahren treffen sich Weissenstein Runners (und Freunde) zum Trainingslauf rund um den Bielersee:

Karfreitag, 22. April 2011

Besammlung um **7 Uhr** bei der Kantonsschule Solothurn

Start **7.30 Uhr** auf dem Parkplatz westl. ehem. Rest. Schlössli, Biel

Treffpunkt/Pause: 10.30 - 11.00 Uhr, beim Bahnhof, La Neuveville

Personen, welche am Nordufer des Bielersees joggen, organisieren sich selber.

Eine bewährte Betreuung auf der Strecke ist einmal mehr durch Urs Teuscher sichergestellt.

Anschliessend Treffpunkt im Restaurant St. Urs + Viktor, 2544 Bettlach.

Dies organisiert Annelise Bucher für uns, vielen Dank.

Weissenstein Runners: einst und jetzt

Einst

Tatsächlich ist es so, dass die Weissenstein Runners ihren mit Abstand wichtigsten Anlass, den Weissensteinlauf, in neue Hände übergeben haben. Das wohlgelungene Jubiläums-Helferfest am 22. Januar hat dem 20-jährigen Bestehen des WL seinen würdigen Stempel aufgesetzt. Die Zukunft der Herausforderung auf den Solothurner Hausberg kann nur durch einen Schritt wie diesen gesichert werden. Das neue OK ist mit vollem Elan an der Arbeit, die kommende Austragung zu realisieren. Natürlich werden die Weissenstein Runners alles daran setzen, dass dies gelingt.

Mit 2010 gehört das silberne Wiegenfest der Weissenstein Runners ebenfalls der Vergangenheit an. Auch diesen Geburtstag haben wir originell gefeiert. In den vergangenen 25 Jahren haben wir viel rund um den Laufsport erlebt: Ich meine, nebst zahlreichen Events (Läuferferien, diverse Feste auf dem Weissenstein, gemeinsam bestrittene Läufe, Rösti- oder Fondue-Essen, Karfreitags-RuBi-Trainings, Berlin oder Heilbronn-Marathon, Organisieren & Durchführen des WL, etc.) haben wir in all den Jahren ein wesentliches gemeinsames Ziel verfolgt: Der Aufbau/Die Erhaltung der körperlichen und damit auch der geistigen Bewegungsfähigkeit. Dass damit auch manche freundschaftlichen Banden geknüpft wurden, ist ein bedeutsamer Begleiteffekt. Dafür gebührt allen Weissenstein Runnern ein herzliches Dankeschön!

Jetzt (und später)

Auch in Zukunft soll ein abwechslungsreiches Angebot allen Weissenstein Runners schmackhaft gemacht werden: Die Philosophie bleibt dieselbe: Der Lauf- oder Walkingsport bildet den eigentlichen Kernpunkt der Aktivitäten. Das Mitmachen beruht auf dem System der Freiwilligkeit: Wer Zeit, Lust und Laune hat, macht mit.

Wichtig: Als Koordinator der WR will ich nicht die Gangart der WR bestimmen. Vielmehr sammle ich gute Ideen, möchte möglichst viele Personen originelle Projekte verwirklichen lassen und freue mich auf unzählige, wertvolle Begegnungen mit andern Personen. Dies war und ist das erfolgreiche Rezept der unvergleichlichen Weissenstein Runners.