



Trainingslager LG-Homberg in Unterwasser 16. bis 19. Juni 2011

Unser Domizil war das Hotel Säntis in Unterwasser, wo wir von Herrn Bieler und Personal bestens bewirtet wurden. Unterkunft und Verpflegung liessen keine Wünsche offen. Auch die überall anwesenden Fliegen, hielten uns Tag und Nacht bei Laune. Unser Lagerleiter Peter reiste einige Tage früher an und konnte beim Eintreffen des Hauptharstes schon diverse schöne Bike- und Wanderrouten vorschlagen. So stand am Donnerstag, vor dem gemeinsamen Mittagessen, als Prolog eine Biketour zum Schwendisee auf dem Programm. Wenn auch die Badehosen im Hotel blieben, gab's doch welche, die den Sprung ins kühle Seewasser wagten. Nach der Pastaparty standen am Nachmittag zwei Bikeausfahrten mit unterschiedlichen Höhenprofilen auf dem Programm. Die „gemütlichere“ Tour führte über eine ausgeschilderte Wegstrecke mit 16% Steigungsprofil über eine Alp nach Nesslau und auf der Hauptstrasse zurück nach Unterwasser. Die „Profis“ unternahmen eine Ausfahrt über den Risipass zur Schwägalp und via Nesslau zurück nach Unterwasser. Schönes Wetter, warme Temperaturen und stundenlanges in die Pedalen treten über steile Bergstrassen, kosteten viel Schweiß. Technisch schwierige Abfahrten verlangten volle Konzentration von allen. Im Bergrestaurant Schwägalp wurden die ausgetrockneten Kehlen mit kühlem Quöllfrisch wieder etwas befeuchtet. Die rasante Abfahrt nach Nesslau, mit Spitzengeschwindigkeit 70 km/h, war der Lohn für über 1300 Höhenmeter Aufstieg. Ein gemeinsamer Apéro bildete den Auftakt zum feinen Nachtessen. Die gekühlte Gurkensuppe sorgte während des ganzen Lagers für Gesprächsstoff. Das tägliche Lauftraining vor dem Morgenessen sorgte jeweils für klare Köpfe. Am Freitagvormittag war Gamplüt unser Ziel. Verschiedene Wander- und Bikergruppen erreichten gesund und mehr oder weniger frisch das Bergrestaurant Gamplüt. Dass das Toggenburg kein topfebenes Gebiet ist, nahmen unsere Augen und Muskeln bei diesen langen und steilen Aufstiegen bestens wahr. Nach einer gemütlichen Rast mit toller Aussicht, traten die verschiedenen Trainingsgruppen über Alpwege und Umwege den Rückweg ins Hotel an. Für einige Biker war das Iglu 100m vor unserem Hotel eine willkommene Zwischenstation. Ein Dorfrundgang und das feine Abendessen bildeten den offiziellen

Tagesabschluss. Infolge Dauerregens und kühlen Temperaturen, waren am Samstag nur die ganz harten Kerle und eine Dame, für eine Tour zum Voralpsee zu motivieren. Belohnt wurde diese Gruppe unterwegs auch noch mit Sturmwind und immer kälter werdendem Regen. Im Bergrestaurant waren diesmal warme Getränke und heisse Tagessuppen gefragt. Nach der Rückkehr war der gut geheizte Skiraum eine willkommene Anlaufstelle für die total durchnässten Trainingskleider und Schuhe. Auch die Daheimgebliebenen musste die vorgesehene Wanderung zum Thurfall und weiter nach Wattwil auf halber Strecke abbrechen. Der aufkommende Gewittersturm setzte den Regenschirmen so arg zu, dass diese am Ende der Wanderung entsorgt werden mussten. Da der Wetterbericht auch für Sonntag keine wesentliche Besserung versprach, beschloss man am Sonntag keine Trainingseinheit zu machen, sondern gemütlich zu verladen und stressfrei die Heimreise anzutreten. Ein schönes, erlebnisreiches und unfallfreies Trainingslager ist Geschichte. Vielen Dank dem umsichtigen Organisator Peter Marty.

Zadi 21.06.2011