



# Laufen hält warm

Noch ist die Laufsaison 2014 nicht zu Ende. Noch vor Weihnachten finden vier Läufe in der Region Ostschweiz statt, welche die Migros unterstützt.

**D**ie Migros Ostschweiz engagiert sich bis zum Jahresende noch an vier Veranstaltungen. Zum elften Mal starten Laufsportbegeisterte aus der ganzen Schweiz und dem benachbarten Ausland am 19. Oktober zum bereits ausgebuchten Transviamala. Die Strecke des Hauptlaufs führt mitten durch die sagenumwobene Viamala-Schlucht, entlang uralter Säumerpfade, über unzählige kleine und grosse Brücken.

Der kleine, aber feine Kyburglauf wird dieses Jahr zum ersten Mal von der Migros unterstützt. Am 8. November bietet er attraktive Routen, etwa die Panoramastrecke über fünf Kilometer. Das Hauptrennen erstreckt sich über zehn Kilometer vom Dörfchen Kyburg auf einer coupierten Strecke über Feldwege und durch den Wald. Am Schluss haben die Läuferinnen und Läufer die gefürchtete Töss-Kyburg-Treppe zu bezwingen.

Der Frauenfelder vom 16. November ist als eigentliches Urgestein aus der Ostschweizer Laufsportlandschaft nicht wegzudenken. In seiner heutigen Form vereint er vier Laufveranstaltungen: den Militärwettmarsch, den Marathon, den Halbmarathon von Wil nach Frauenfeld und den Thurgauer Juniorenlauf.

Am Gossauer Weihnachtslauf vom 6. Dezember verbinden sich Adventszauber und Laufsport für Gross und Klein zu einem einzigartigen Erlebnis – für Teilnehmende wie auch für Zuschauer. Die Strecke führt durch die weihnachtlich beleuchtete Innenstadt.

*Text: Thomas Steccanella*

## Sponsoring by **MIGROS**

Infos zu den jeweiligen Läufen:

[www.transviamala.ch](http://www.transviamala.ch), [www.kyburglauf.ch](http://www.kyburglauf.ch),

[www.frauenfelder.org](http://www.frauenfelder.org), [www.weihnachtslauf.ch](http://www.weihnachtslauf.ch)