

Adventlicher Laufgenuss

Der Steinhölzlilauf ist einer der wichtigsten Anlässe zum Saisonende



Klein bis Gross absolviert die unterschiedlichen Distanzen des Steinhölzlilaus durch Wald und Quartier. | Fotos: zvg

LIEBEFELD – Bereits zum 35. Mal lockt der Steinhölzlilauf zu einem «Happening» gegen Jahresende. Das Familiäre, die abwechslungsreiche Strecke sowie das breite Angebot sorgen für einen besonderen Laufevent.

Den Steinhölzlilauf streichen Teilnehmende zuhauf rot in ihrer Weihnachtsagenda an. Der Grund ist einfach. Es handelt sich um eine einzigartig attraktive Laufveranstaltung gegen Jahresende.

Spitzenathletinnen und Läufer aus dem Quartier

Am ersten Advent, in diesem Jahr dem 30. November, kommen Laufbegeisterte verschiedensten Niveaus auf ihre Rechnung. Im Stadion Liebefeld laufen die Kinder. Die Schülerinnen und Schüler, die Jugendlichen und Erwachsenen starten und «finis-

hen» hier und passieren den Ort auf ihren Runden. Für sie geht es zudem ins Quartier sowie durch den beliebten Steinhölzli-Wald. Der Parcours sorgt für Abwechslung, Attraktion und Herausforderung. Und auf keinen Fall zu vergessen: Die «Guggenmusik Tonschiisser Schliern» bringt zwischen 11.15 und 14.15 Uhr auch die müdesten Beine zum Laufen.

Es kommt nicht von ungefähr, dass sich Jahr für Jahr Spitzenathletinnen und -athleten an die Startlinie dieses mit Herzblut organisierten Laufes begeben. Namen wie Matthias Kyburz (Sieger 2023 und 2024), Simona Aebersold (22), Dominik Rolli (21/22) oder Selina Burch (23) zeugen davon. Sie schätzen das Kompetitive in Verbindung mit der Lockerheit und dem freundschaftlichen Austausch am Steinhölzlilauf.

Vorbereitung Lauf-Star

Besonderes Augenmerk richten die Organisatoren auf die Kinder und Jugendlichen – am Lauf und schon zuvor. In Zusammenarbeit mit dem Lehrerteam des Schulhauses Hessgut organisierten sie wie schon letztes Jahr Schülertrainings zur Vorbereitung und Einstimmung – mit einem prominenten Gast: Matthias Kyburz, dem Olympia-Teilnehmer im Marathon und achtfachen OL-Weltmeister. Der Routinier leitete die Vorbereitungsstunde am 10. November. Teilnehmen an diesem exquisiten Vorbereitungsprogramm dürfen in diesem Jahr auch Kinder, die nicht im örtlichen Hessgut zur Schule gehen.

Verschiedene Distanzen

Am Renntag selbst sorgt der Samichlaus für Stimmung. Um das Besondere des Jubiläums – es ist heuer die 35. Austragung – zu

untermalen, nimmt er in diesem Jahr sein Eseli mit. Und im Ziel erhalten alle Kinder ihre goldene Medaille. Besondere Attraktivität übt der Steinhölzlilauf natürlich auch auf die Erwachsenen aus. Ihnen bietet sich die Wahl zwischen der Hauptdistanz (10,5 km) oder der Kurzdistanz (5,1 km). Einen besonderen Reiz haben die Staffel-Rennen am Vormittag. Sie begeistern Jung und Alt und bieten etwas, das es in dieser Form nur ganz selten gibt – Spannung, Action, Dynamik und Mehrfach-Einsätze für die Teilnehmenden, die ihre Energie auf ungewohnte Art und Weise einteilen müssen.

PD/Jörg Greb

■ INFO:

Meldeschluss: So, 23. November
Online-Nachmeldung möglich (ohne Name auf Startnummer) | steinhoelzlilauf.ch

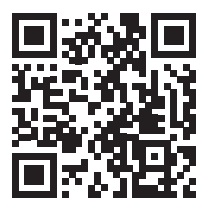


Steinhölzlilauf

Austragung jeweils am 1. Advent

3097 Liebefeld Köniz/BE

Dr. Louf Hit zum Saisonschluss



steinhoelzlilauf.ch