

## **Der Long- Jog Klassiker und Long- Walk nach Bad Bellingen.**

Bereits zum 10. Mal (der erste fand im Rahmen der Marathonvorbereitung zum New Yorkmarathon 1998 statt) wurde bei idealen äusseren Bedingungen die „Wyweglitour“ durchgeführt.

Ca 25, zum Teil beschwerliche Kilometer mussten überstanden werden und im Gegensatz zur flachen Rheinroute musste auch einige Höhenmeter bewältigt werden.

Nichts desto trotz trafen sich 18 Läuferinnen und Läufer, das heisst 2 Personen hatten sehnsüchtig auf Dora`s Gemeindeplatz gewartet, und 5 Walkerinnen und Walker zur diesjährigen Austragung der beliebten Kombination rennen, walken...baden....essen und tanzen ????. Das OK Ruth und Hedi bestimmten die Gruppen- Leiter (Beat, Ruth Hanspeter und Hedi) und dann ging endlich los. Die Nordic- Walker durften noch im Bus von Schumi II verweilen bis Sie auf ca halber Strecke auf den wunderbaren Parcours gelassen wurden. Die Strecke führte von der Riehener Badi über Oetlingen nach Binzen , weiter über den Hügelzug in den Rebbergen oberhalb Fischingen, von hier aus sah man die Alpenkette und den Ballon d` Alsace, zum weithin sichtbaren Vereinsbus mit Karli und dem Flachländer Bruno, dem Verpflegungshalt mit Betreuung durch den Chauffeur himself und für einige willkommenen Betätigungsruhe, bevor es dann schon bald wieder weiterging.

Nach einem kurzen steilen Aufstieg sah man Huttingen, bei der Birgit (*vermeidliches Neumitglied , betreut von Bruno,*)Trainerin einer Frauenfussballmannschaft, und auf einen Matsch mit den SSC- ler scharf ist....*weiteres folgt.....*

Nach dem wir die Talsohle erreicht hatten, zog sich ein wunderbarer Weg Richtung Blansingen zum Römerweg mit Blick auf die Berner Alpen hinauf. Von nun an ging eher flach weiter zum Ziel nach Bad Bellingen.

Vor dem Thermalbad hatte sich bereits wieder Schumi II mit dem Vereinsbus strategisch richtig positioniert. Man konnte sein Gepäck aufnehmen und sich kurze Zeit später im herrlich warmen Wasser aalen.

Man spürte die Entspannung aber auch die Müdigkeit und musste nun dagegen ankämpfen das man nicht einschläft und ertrinkt. So nach und nach waren immer mehr bekannte Gesichter im Bad wieder zu finden und die Gewissheit der SSC Riehen hat es wieder einmal geschafft alle ins nasse Ziel zu bringen. Allmählich meldete sich bei den frisch Gewaschenen der Hunger und man fand sich nach und nach im Markushof ein um zu speisen. Ein Marathonmenu stand auf dem Programm, so wie wir es jedes Jahr nach dem Feiburghalbmarathon zu uns nehmen. Auf die 3. Disziplin das Tanzen mit ex- Schweizermeister René Brandenberger musste wegen aufkommender Trägheit verzichtet werden, sehr zum leid wesen von René den wir aber für eine Revanche schon wieder im Sack haben(*dann wieder als Mitglied vom SSC Riehen ?*)Die vielen Gespräche Vermittelten Kurzweile und provozierten wieder Bewegungsdrang, so kam auch der neue Vereinsbus vollbesetzt für die Heimfahrt zu seinem ersten erfolgreichen Einsatz.

Rundum ein Super Long- Jog, den wir nicht missen wollen.....

*Vielen Dank für die Organisation an Ruth, Hedi und Beat (verantwortlich für das Essen im Markushof ;- ) und den Chauffeuren Karl , Hansruedi, René und Beat*

*Bericht von Bruno und Beat*

**Bilder zum Long- Jog**





