



Bei den Lauftagen Arosa ging es wieder über Stock und Stein.

DIE BEGEISTERUNG ALS MOTIVATION

Die Lauftage Arosa fanden in der vergangenen Woche bereits zum elften Mal statt



Zufriedene Gesichter, natürlich auch beim «Vater der Lauftage Arosa» Kurt Traub (vierter von links).
Bilder zVg

Seit 35 Jahren hat Kurt Traub aus Basel eine Ferienwohnung in Arosa. Im Sommer, erzählt er, sei früher ja nicht so viel los gewesen: «Da wollte ich etwas machen.» Und so wurde er zum «Vater der Lauftage» in Arosa, die in diesem Jahr bereits zum elften Mal stattgefunden haben. «Da kam das eine zum anderen. Das ist so eine wunderschöne Gegend hier, und ich laufe seit meiner Jugend, habe immer Freude an der Bewegung gehabt. Und dann wollte ich eben diese Lauftage gründen.»

Mittlerweile gibt es als organisatorische Basis den Verein Lauftage Arosa. Unterstützt wird Kurt Traub bei der Organisation von Alain Hutter. Sonja Placereani und Pierre Sigrist komplettieren das OK. Fünf Jahre lang hat Alain Hutter bei Bananas Sport gearbeitet. «Dadurch habe ich Arosa nur im Winter gekannt.» Als Teilnehmer bei den Lauftagen kam er das erste Mal auch im Sommer nach Arosa – und war begeistert. «Du erfährst viel mehr von der Gegend wie im Winter. Im Winter bist du einfach auf einer Piste, bist einge-

schleust. Beim Laufen kannst du die ganzen Täler und Berge erwandern», schwärmt Hutter.

Über 50 Läuferinnen und Läufer

Auch in diesem Jahr nahmen wieder über 50 Läuferinnen und Läufer an der Veranstaltung in Arosa teil. «Es gibt einen kleinen Stamm, der immer kommt, den Rest kennen wir auch nicht.» Der Grossteil kommt traditionell aus der Nordwestschweiz; mittlerweile sind aber auch Laufreunde aus der Ostschweiz dazugekommen. «Die sind immer alle begeistert, und deswegen machen wir das», erzählt Kurt Traub. Ein Kennzeichen der Lauftage Arosa ist es, dass stets ein «Programm für alle» zusammengestellt wird. Dabei war am Anfang der Wettkampfgedanke durchaus noch im Fokus gestanden, fanden die Lauftage doch immer parallel zum Swiss Irontrail respektive Swiss Alpine zwischen Davos und Arosa statt.

Seit dies nicht mehr der Fall ist, ist es die Freude an der Bewegung in der Natur, welche die Läuferinnen und Läufer zusammenbringt. «Man kann nicht mit allen Leuten aufs Aroser Rothorn. Da gibt es einfach Grenzen. Es gibt immer wieder Läuferinnen und Läufer, die sich überfordern. Da muss man aufpassen. Die Leute vergessen manchmal, dass sie in den Bergen sind. Wenn du zum ersten Mal in der Höhe läufst, dann fehlt dir schon einmal der Atem.» Daher legen die Organisatoren Wert auf ein gemischtes Programm für die unterschiedlichen Levels, Trailrunning und Wandern mit den Levels Sport und Genuss. Sollte es möglich sein, wieder mit dem Swiss Alpine zusammenzuspannen, wäre das aber durchaus eine Option. «Wir wollen den starken Läufern ebenfalls etwas bieten.» Generell haben die Gruppen maximal zwölf Teilnehmerinnen respektive Teilnehmer, auch das ein Teil des besonderen Angebots dieser Lauftage in Arosa.

Hervorragend untergebracht

Viele kommen inzwischen schon am Donnerstag, um die Lauftage noch länger genießen zu können. «Die Leute wollen nicht einfach ein Programm abspulen, sondern suchen neben der Leistung auch den Genuss.» Da kommt den Teilnehmern der grosse Wellnessbereich im «Faern Hotel Altein» zugute. «Wir sind hier hervorragend untergebracht.» Aber nicht nur Wellness ist ein Thema; die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Lauftage nutzen sehr gern das kulturelle Angebot in Arosa. Und was motiviert die beiden Organisatoren? «Wir bekommen so viel zurück. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer freuen sich und sind begeistert. Deshalb machen wir das.»

UWE OSTER

Weitere Infos unter: www.lauftage.ch.