



unsere Laufwoche in Sils Maria

Bereits zum 13. Mal verbrachten rund 20 sportbegeisterte grösstenteils Läufer*innen vom 8. – 14. August 2021 eine Trainingswoche im Engadin. Wir logierten im Hotel Schweizerhof in Sils Maria. Wettermässig war es eine der besten Wochen des ganzen Sommers. Tagsüber waren wir in der wunderschönen Berg- und Seenlandschaft unterwegs beim Laufen, Biken, Rennvelofahren oder Wandern an den Cavloc – See oberhalb von Maloja, genossen das Solbad oder den Kneipp-Pfad zur Regeneration und am Abend wurden wir kulinarisch verwöhnt. Am Freitag absolvierte eine Gruppe die Strecke des Engadiner-Sommerlaufs als Longjog und eine andere erkundete das wunderschöne Fedoxtal. Natürlich kam auch die Geselligkeit nicht zu kurz und die Zeit verging im Nu. Wir sind nun nach dem Höhenttraining in passabler Form, und hoffen, im Herbst an der einen oder andern Laufveranstaltung teilnehmen zu können (GP von Bern, Napf, Luzern, u.a.)! HLA

