

80 Kilometer für einen guten Zweck



In seinem Leben ist Thomas Waldmeier schon einige tausend Kilometer gelaufen. Der morgige Spendenlauf von Zeiningen nach Frick ist für den Fricktaler aber etwas ganz Spezielles. Ein so genanntes Heimspiel, das sein Herz noch höherschlagen lässt.

Janine Tschopp

«Unsere Region, die Jugend und der Sport sind mir sehr wichtig», sagt Thomas Waldmeier. Entsprechend hat er sich für sein Präsidialjahr beim Lions Clubs Fricktal etwas Besonderes einfallen lassen, das all seine Anliegen beinhaltet. Morgen Mittwoch wird er einen Spendenlauf von Zeiningen nach Frick absolvieren und dabei alle Wohngemeinden der im Fricktal wohnhaften Lions Club Mitglieder «anlaufen». Vom Start in Zeiningen bis zum Ziel in Frick wird er 23 Gemeinden passieren. Für die rund 80 Kilometer plant der Sportler neun Stunden ein. «Wenn es am Mittwoch heiss ist, werde ich vermutlich etwas mehr Zeit benötigen, weil ich die Route ein bisschen anpassen und vermehrt dem Schatten entlanglaufen werde.»

Schon sehr jung zum Laufsport gekommen

Während der Bezirksschule, welche Thomas Waldmeier in Frick absolvierte, spielte er beim TSV Frick Handball. «Als ich zu joggen begann, war ich etwa 20 Jahre alt», erklärt der 47-Jährige. Dann erzählt er von seiner langjährigen Freundschaft zum erfolgreichen Langstreckenläufer Viktor Röthlin. «Vik hat in mir die Freude am Marathon geweckt.»

Immer im Frühling und im Herbst hat der begeisterte Sportler einen Marathon gelaufen. «Ich habe diesen jeweils mit einer Städtereise verbunden, die ich gemeinsam mit einem Kollegen unternommen habe.» Er habe nie des Wettkampfs wegen an Marathons teilgenommen, sondern: «Der Laufsport war und ist ein Ausgleich zu meiner Arbeit.» Wenn er diesen als Wettkampf betreiben wollte, müsste er mehr Zeit fürs Training aufwenden, was für den geschäftsführenden Inhaber einer Treuhandfirma unmöglich ist. Wie viele Marathonläufe er in seinem Leben schon absolviert hat, kann er nicht genau sagen. «Vermutlich 40 bis 50», schätzt er. Mittlerweile ist Thomas Waldmeier auch Spezialist für Langstrecken, also Ultraläufe, die länger sind als die Marathonstrecke von 42,195 Kilometer. Schon zweimal hat er den 100-Kilometer-Lauf in Biel und einmal den Coast to Coast-Ultratrail in England absolviert. Die 111 Kilometer schaffte er in 11 Stunden und 31 Minuten. Für pro Infirmis «erlief» er damals 6000 Franken. Auch in Biel rannte er für einen guten Zweck und spendete Geld für Sonnensegel in Fricktaler Kindertagesstätten.

Fitnessstrail in Frick

Bei seinem morgigen Lauf durch das Fricktal sammelt Thomas Waldmeier für den Elternverein Frick und den geplanten Fitnessstrail. Mit Adolf Ogi und seiner Stiftung «Freude herrscht» hat er einen prominenten Partner ins Boot geholt, welcher das Projekt ebenfalls unterstützen wird. «Aktivitäten im Freien statt Sitzen vor dem Bildschirm» ist eine Mission der Stiftung «Freude herrscht», welche Waldmeier motiviert hat, bei der Organisation des ehemaligen Bundesrates anzuklopfen. «Wir verfolgen die gleichen Ziele», sagt Waldmeier. Ogi selbst wird den Fricktaler morgen Abend beim Zieleinlauf empfangen. Der jeweilige Live-Standort des Läufers kann auf der Homepage seiner Firma verfolgt werden, und alle Interessierten haben die Möglichkeit, einen Geldbetrag pro gelaufenen Kilometer zu spenden. Die guten Ideen für seine

Projekte kommen ihm jeweils, wenn er am Sonntagmorgen im Wald am Laufen ist. Für den 80-Kilometer-Lauf von morgen trainiert er durchschnittlich dreimal pro Woche, je eine Stunde, sowie einmal wöchentlich etwa 30 Kilometer. «In Zeiningen kenne ich jeden Baum», lacht er. Wie ist es überhaupt möglich, körperlich und mental einen so langen Lauf durchzustehen? Man müsse physisch in Form sein. Dabei spielen Rumpfstabilität und Fussmuskulatur eine wichtige Rolle. Im Laufe der Jahrzehnte habe er sich seinen Fitnessgrad in gesundem Rahmen aufgebaut. «Man darf nicht zu schnell zu viel wollen», sagt er. «Ich kann mich gut mit mir selber beschäftigen», antwortet er auf die Frage, wie es mental durchzuhalten sei, wenn man nach 40 Kilometern weiss, dass noch 60 weitere folgen werden. Und Schmerzen? «Allfällige Schmerzen sind bei Ultraläufen als Nebenerscheinung zu akzeptieren.»

Ein Münchwiler in Zeiningen

Thomas Waldmeier ist als Sohn eines Münchwilers und einer Wittnauerin in Münchwilen aufgewachsen. Nach der Bezirksschule in Frick absolvierte er eine kaufmännische Lehre und studierte Betriebswirtschaft an der Höheren Wirtschafts- und Verwaltungsschule in Basel. Später liess er sich berufsbegleitend zum Wirtschaftsprüfer ausbilden. Er war jeweils mehrere Jahre bei Ernst & Young, ASAG und schliesslich bei AVIA tätig. Durch einen Zufall («Weil mein Bruder das Sportgeschäft im gleichen Haus übernahm.») kam Thomas Waldmeier auch arbeitstechnisch wieder ins Fricktal und erhielt die Möglichkeit, sich bei der Thomas Lincke Treuhand in Frick zu beteiligen. 2017 übernahm er die Firma und leitet sie seither als geschäftsführender Inhaber.

2006 gründeten Thomas Waldmeier und seine Frau eine Familie und fanden in Zeiningen ein passendes Zuhause. In seinem Dorf setzt er sich in der Finanzkommission ein.

Mitglied des Lions Clubs Fricktal ist er seit 13 Jahren. Noch bis zum 30. Juni befindet er sich in seinem Präsidialjahr, dem er mit seinem morgigen Lauf einen krönenden Abschluss verleiht.

Wie geht es ihm ein paar Tage vorher? «Mir wäre es lieber gewesen, im Vorfeld nicht so viel Aufsehen zu erregen», sagt er. Bis jetzt konnte er alle seine Läufe immer nach Plan beenden, und wünscht sich das auch für den Lauf in seiner Heimat. Die Nervosität macht sich, wie bei vielen Sportlern, bei einem Heimspiel stärker

bemerkbar verglichen mit einer fast anonymen Teilnahme im fernen Ausland.

Informationen zum Lauf und der Link zum Spenden sind auf der Homepage www.tlt.ch/spendenlauf zu finden.