



Erst gemeinsam, dann getrennt und zum Schluss wieder vereint

Für die Familie Käppeli aus dem aargauischen Schlossrued gehört ein Start am Swiss Snow Walk & Run in Arosa schon fast zur Tradition. Bei der 22. Austragung vom 10. Januar laufen Mama und Tochter wiederum, während Papa und Sohn wandern. Dies auf der gleichen Strecke: Von den vier Distanzen wählten sie die acht Kilometer aus.

Seit 2018 gehört der Swiss Snow Walk & Run in Arosa für die Familie Käppeli aus Schlossrued zum Jahreskalender wie Weihnachten oder Neujahr. Ihren Einstand am einzigartigen Lauferlebnis auf Schnee gaben Papa Roman, Mama Isabel, Sohn Noel und Tochter Lea mit zahlreichen weiteren Mitgliedern der Laufgruppe Walde aus Schmiedrued, welcher sie seit 2017 angehören. Ausser 2021, als der Anlass wegen des Corona-Virus abgesagt werden musste, waren die Käppelis stets dabei. «Die Bedingungen präsentierten sich meist hervorragend, und die Organisation war immer super», erinnert sich Roman.

Das Familienoberhaupt wie auch dessen Frau und die beiden Kinder stehen ebenfalls am 10. Januar gemeinsam am Start. Kurz danach trennen sich ihre Wege aber: Isabel läuft mit Lea, Roman wandert mit Noel. Nach den acht Kilometern haben sie ein gemeinsames Ziel: den Obersee, wo der Rundkurs auch beginnt. Die Aufteilung habe sich so ergeben, sagt Isabel. «Noel möchte nicht laufen, Lea hingegen schon.» Die Wahl der Strecke erforderte keine lange Diskussion. Die acht Kilometer gelten für sie als die schönste Variante. «Nicht zu viel und auch nicht zu wenig», begründet Roman Käppeli.

Unterschiedliche Erwartungen

Die Erwartungen für den Swiss Snow Walk & Run innerhalb der Familie Käppeli, welche an den Wochenenden oder in den Ferien, wenn alle Zeit haben, regelmässig die Wanderschuhe schnürt («manche ein bisschen lieber, für andere ist es ein Muss», wie Isabel bemerkt) präsentieren sich recht unterschiedlich. Isabel wünscht sich «Spass, gutes Wetter und eine tolle Aussicht». Für Roman sind es ein «schöner Spaziergang und das Geniessen der tollen Aussicht». Noel denkt schon jetzt an «die Zwischenverpflegung bei der Mittelstation der Weisshornbahn», während Leas Gedanken beim «lässigen Finisher-Geschenk» sind.

Die Vorbereitung verlief diesmal etwas speziell. Wegen Fussproblemen konnte Lea Käppeli nicht so trainieren, wie sie wollte. Trotzdem ist ihr Wunsch klar: Sie möchte die Strecke unbedingt mit ihrer Mama absolvieren. «Wir trainierten einfach so gut wie es ging und werden den Lauf geniessen», sagt Isabel Käppeli. Im Vordergrund steht die gemeinsame Zeit. Diese ist es denn auch, welche der ganzen Familie Käppeli immer wieder schöne Erlebnisse im Zusammenhang mit Laufen respektive Wandern beschert. «Vor allem, wenn wir etwas Spezielles sehen», sagt Noel und nennt als Beispiele Steinböcke, Gämsen oder Eichhörnchen.

Polysportiv unterwegs

Während die männlichen Familienmitglieder der Käppelis lediglich am Swiss Snow Walk & Run teilnehmen, beteiligt sich Lea auch am Frauenlauf in Bern. Ebenso Isabel, welche obendrein noch den Halbmarathon am Hallwilerseelauf bestreitet. Zusätzlich zum Laufsport, zu dem auch das 1000er-Stägli in Olten zählt, nennt sie Snowboarden, Skifahren – beides übt auch Noel aus – und Fahrradfahren als sportliche Freizeitbeschäftigungen. Ski- und Fahrradfahren tut ebenfalls Lea, innerhalb des Schulsports spielt sie überdies Volleyball. Roman ist nicht polysportiv unterwegs; er beschränkt sich aufs Wandern.



Auch ausserhalb der Bewegung weiss sich die Familie Käppeli zu beschäftigen. Der beruflich im Werkhof Schöffland angestellte Roman bastelt gerne, der angehende Polymechaniker-Lernende Noel verbringt zahlreiche Stunden mit Lego Technic und in der Jugendfeuerwehr Rued, welche auch die baldige Oberstufenschülerin Lea regelmässig besucht. Nicht allzu viel Freizeit nebst dem Sport bleibt Isabel, welche zusätzlich zu ihrer Tätigkeit als Hausfrau und Mutter in einem Teilzeitpensum im Café Caprice der Bäckerei Mathys in Schöffland arbeitet.

Auch Eichhörliweg im Programm

Seitjeher wird die Familie Käppeli am Swiss Snow Walk & Run von Isabels Eltern begleitet. Peter Habermacher wandert mit Roman und Noel Käppeli, Katharina Habermacher stellt sich laufend der Herausforderung der 16 Kilometer langen Königsdistanz mit der auf 2134 Metern über Meer gelegenen Carmennahütte als Kulminationspunkt. Traditionell weilen die Käppelis und Habermachers das ganze Wochenende im Schanfigg. Der Swiss Snow Walk & Run bildet dabei den einzigen Fixpunkt, alles andere entscheidet das Wetter. «Sicher gehen wir an einem der beiden Tage auf den Eichhörliweg», freut sich Lea schon jetzt. «Er stellt jedes Jahr ein Muss dar.»





Drei Rundkurse und einmal auf den Berggipfel

Im Hinblick auf den 22. Swiss Snow Walk & Run vom Samstag, 10. Januar, in Arosa überarbeitete das neue Organisationsteam drei von vier Strecken. Der S4 (+/-171 Meter), der S8 (+/-281 Meter) und der S16 (+/-506 Meter) sind Rundkurse mit Start und Ziel beim Obersee, der S11 (+1028 Meter/-115 Meter) führt aufs 2653 Metern gelegene Weisshorn. Alle Distanzen können laufend oder wandern zurückgelegt werden.

Total erwarten die Veranstalter 800 bis 900 Teilnehmende. Wer sich kurzfristig zu einem Start entschliesst, kann sich am Veranstaltungstag vor Ort nachmelden. Die Starts erfolgen um 10.00 Uhr (S11 und S16) und 11.00 Uhr (S4 und S8). Eine Teilnahmemöglichkeit besitzt auch der Nachwuchs; er misst sich um 10.30 Uhr beim Kids Run, der einmal um den Obersee führt und einen Kilometer lang ist.

Informationen und Anmeldung: www.snowwalkrun.ch