



Daumen hoch: Stadtpräsident Urs Marti und Tourismusdirektorin Leonie Liesch freuen sich mit Ruedi Fehner auf die erste Ausgabe des «Ruedirenn Halbmarathons».

Laufend etwas Gutes tun

Und er rennt und rennt: Schon seit sieben Jahren engagiert sich Ruedi Fehner mit seinem Projekt «Ruedirenn» für benachteiligte Menschen. So hat der 55-jährige Churer Bankfachmann unter dem Motto «Laufend etwas Gutes tun» bis jetzt rund 260000 Franken für verschiedene Institutionen gesammelt. Jetzt macht er mit einem neuen Event auf sein Anliegen aufmerksam: dem «Ruedirenn Halbmarathon». Der Anlass wird am Sonntag, 27. Mai, ab 9 Uhr zum ersten Mal in Chur ausgetragen. «Der Lauf soll ein fester Bestandteil des Bündner Laufkalenders werden», erklärt Fehner seine Idee. Es werden insgesamt 555 Startplätze vergeben. Der Erlös geht unter anderem an die Argo Graubünden, ein Sterbehospiz in der Innerschweiz und die Stiftung Hippotherapie in Basel.

Ein Event für Gross und Klein
Ruedi Fehner trugt schon längere Zeit die Idee mit sich herum, in Chur «etwas zu machen». «Ich fühle mich in Chur zu Hause und kenne durch mein Laufen jede Ecke der Stadt», sagt er.

Mitlaufen können alle, Gross und Klein, denn es wird in verschiedenen Kategorien gestartet. Start und Ziel befinden sich auf der Quaderwiese. Der Massstart erfolgt um 9 Uhr. Von dort geht es durch die Graben- und Bahnhofstrasse zum Bahnhof, dann durch die Altstadt und mit einer Schlaufe durch das Loequartier. Eine Runde misst 5,275 Kilometer. Beim Halbmarathon müssen vier Runden, also 21,1 Kilometer, zurückgelegt werden. Aber auch weniger ambitionierte Sportlerinnen und Sportler sollen teilnehmen können, deshalb gibt es auch den Achtelmarathon (1 Runde) und den Viertelmarathon (2 Runden). Der «Ruedirenn Halbmarathon» sei ein Breitensportanlass, bei dem der Charity-Gedanke im Vordergrund stehe, betont Fehner. Deshalb gibt es auch keine Preise zu gewinnen. Jeder, der im Ziel ankommt, bekommt als Andenken eine kleine «Ruedirenn Tasche».

Belebung der Altstadt

In der Kategorie «Stafette» (über 21,1 Kilometer) starten vier

Frauen, vier Männer oder je zwei Frauen und Männer im Team. Auch Kinder der Jahrgänge 2004 bis 2016 kommen auf ihre Kosten. Für sie beträgt die Streckenlänge zwischen 300 und 1400 Meter. Die Kinderläufe finden zwischen 11.50 und 12.45 Uhr rund um den Theater-, Post-, Korn- und Martinsplatz statt. In der Kategorie «Special Olympics Unified» bekommen Menschen mit einem geistigen Handicap ebenfalls eine Startmöglichkeit. Diese Kategorie wird den Event läuferisch abschliessen. Für eine freie Bahn wird die Innenstadt zwischen 9 und 13 Uhr für den Verkehr gesperrt. Sowohl bei der Stadt als auch bei Chur Tourismus stösst der «Ruedirenn Halbmarathon» auf breite Zustimmung. Dass man sich für benachteiligte Menschen einsetze, sei immer erfreulich, erklärt Stadtpräsident Urs Marti. Zudem trage er zur Belebung der Altstadt bei. Deshalb werde die Stadt «rennen», um den Anlass zu einem Erfolg zu machen. Anmelden kann man sich bis 20. Mai unter www.ruedirenn.ch/halbmarathon (jo)

Drogerie am Martinsplatz:

Ein Abend für die Ladies

In der Drogerie am Martinsplatz findet am Dienstag, 22. Mai um 19 Uhr ein Abend speziell für alle Ladies statt. In Zusammenarbeit mit ladyplanet.ch organisiert die Churer Drogerie einen Vortrag rund ums Thema weiblicher Zyklus, Menstruation und natürliche Verhütung. Die Referentin Bea Loosli führt voller Humor und tabulos durch den Abend und gibt ihre 18-jährige Erfahrung mit der natürlichen Verhütung und der Menstruationstasse herzhafte weiter. Die Platzzahl für diesen Vortrag ist beschränkt, eine Anmeldung ist daher erforderlich. Der Eintritt kostet 35 Franken, Getränke und kleine Snacks sind darin inbegriffen. Unter anderem wird an diesem Abend auch die Menstruationstasse LadyCup vorgestellt, die in der Drogerie am Martinsplatz erhältlich ist. Bereits nutzen viele Frauen diese Art der Monatshygiene. Der LadyCup ist einfach, hygienisch, umweltbewusst und im Verhältnis zu Binden und Tampons auch kostengünstig. Das Team der Drogerie am Martinsplatz informiert und berät gerne über die Vorteile und das Handling des LadyCups. (cm)



Drogerie am Martinsplatz
St. Martinsplatz 8, 7000 Chur
Telefon 081 252 22 51
www.drogerie-am-martinsplatz.ch