



26

Rückblick:
40 Jahre LWS.



16

11 Fragen an
Anita Theiler



32

Im April lockt die
Frühlingswanderung.



36

LWS'ler unterwegs:
Drei Freunde auf Bike-
Tour im Wallis.

Mitteilung der Redaktion

- 11 Die Schmaili Poscht geht online
Auch wir gehen mit der Zeit

Trainingsecke

- 15 Hoher Besuch beim Hallentraining
Der Samichlaus zu Besuch

Ursulas

- 18 Storia
Eine lange Wanderung

Rückblick Berglauf

- 22 Der 30. LWS-Berglauf
31. Oktober 2009

Leserservice

- 3 Inhalt Februar 2010
- 4 Adressen
- 6 Wort der Präsidentin
- 8 Trainingszeiten
- 10 Terminkalender
- 11 Sportkalender
- 12 LWS-Walking
- 14 Trainingsecke
- 16 Interview mit Anita Theiler
- 24 Rückblick Crosstest
- 25 Herzlichen Dank an Holcim
- 26 Rückblick LWS-Jubiläum
- 29 Rückblick Saisonöffnung
- 30 Rückblick Randenlauf
- 32 Vorschau Frühlingswanderung
- 33 Vorschau slowUp
- 34 Vorschau Gmütlich Usflug
- 35 Vorschau Zwei-Tages-Wanderung
- 36 LWS'ler unterwegs: Drei
LWS'ler auf Bike-Tour im Wallis
- 39 Resultate
- 41 Leserforum
- 42 Dank

Titelbild

40-Jahr-Jubiläum der LWS.
FOTO: ANITA THEILER