

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

**Wir haben
nachgeblättert:**

**Großes Interview
Schwäbische Zeitung
von 2020**

Claus Striebel ist ein Mann, den in Laupheim (fast) alle kennen. Er hat jahrelang für den HRW Laupheim Handball gespielt, war deren Vorsitzender, ist Ehrenmitglied und aktuell Vorsitzender des Fördervereins der Rot-Weißen. Zudem engagiert sich der Inhaber des Maler- und Stuckateurbetriebs für den Erhalt alter und historischer Bausubstanz in Laupheim, unter anderem auch einiger gastronomischer Betriebe.

Seite 16

Wir gratulieren.

Ohne Claus wäre vieles nicht so, wie es heute es ist – nicht in Laupheim, nicht im Handballverein Rot-Weiß. Seine Energie, seine Leidenschaft und sein Einsatz sind unermüdlich.

Dieses EXTRABLATT ist unser **Dankeschön.**



Claus ist einer, der mitzieht, nie drängelt – aber dafür sorgt, dass man ankommt. Das gilt im Sport, wie im Leben.

Er hat mehr PS in den Waden als manch Jüngerer – und dafür weniger Getöse.

„An dem Tag, an dem du läufst, wirst du nicht älter.“

Das ist Claus.



Schicksal des HRW hängt an runden Geburtstagen.

Können sie ihre Leistung nur mit ihrem Claus abrufen?

- | | | |
|-------------|---|-------------|
| 1980 | Claus wird 30 & Aufstieg Oberliga | |
| | Claus wird 35 & Aufstieg Oberliga | 1985 |
| 2001 | Claus wird 50 & Aufstieg Verbandsliga | |
| | Claus wird 60 & Aufstieg Württembergliga | 2010 |
| 2020 | Claus wird 70 & Aufstieg Württembergliga | |
| | Claus wird 75 & Aufstieg Verbandsliga | 2025 |



Was wäre wenn, ...

...Claus kein Handballer geworden wäre?

Glosse – mit einem Augenzwinkern.

Dann hätte er vermutlich den örtlichen Schachclub aufgemischt und gesponsert. Aber die Lautstärke in der Halle und das Harz an den Händen hätte ihm sicherlich gefehlt.

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Familie & Sport – Herzensangelegenheiten

(cjp) Claus ohne Familie? Undenkbar. Claus ohne Sport? Unvorstellbar! Zwischen Enkeln, Aktiv-Sport und Handbällen bleibt eins konstant: Claus ist dabei!



**Familie &
Sport**



Angelegenheiten



Jubiläumsspiel
60. Geburtstag

HRW 1 vs.
"Striebel All-Stars"

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Zwei Generationen, ein Versmaß, ein Herz



(tjs) Wenn Enkel und Tochter zur Feder greifen, fließen Reime, Liebe – und ganz viel Striebel.

Sensationelle News

(joh) Mit 75 Jahren sportlicher als manche mit 40. Ohne Sport kein Claus und seine Liebe zum Handball geht nie aus. Sport ist nicht das Einzige, denn beim Zeichnen macht ihm niemand was vor. Eine eigene Firma, das hat nicht jeder, doch du hattest den Willen und hast es gemacht. Die Rente ist ihm sehr egal, er arbeitet und bekommt guten Lohn. Eine tolle Frau, drei perfekte Kinder, 5 Enkelkinder und jeder hier ist stolz auf dich. Die Nummer 11 ist deine Zahl und jedem Trikot war das deine erste Wahl. Mit Elmar läufst du jeden Tag, 10, 20 oder 30 km ist egal. Du kannst alles, denn das ist klar. Wenn man von einem Vorbild spricht, meint man dich sicherlich. Am Bodensee ist dein Zuhause' und da bekommt dich niemand raus.

Sensationelle News
Mit 75 Jahren sportlicher als manche mit 40.
Ohne Sport kein Claus und seine Liebe zum
Handball geht nie aus. Sport ist nicht das Einzige,
denn beim Zeichnen macht ihm niemand was vor.
Eine eigene Firma, das hat nicht jeder, doch du
hattest den Willen und hast es gemacht. Die
Rente ist ihm sehr egal, er arbeitet und bekommt guten
Lohn. Eine tolle Frau, drei perfekte Kinder,
5 Enkelkinder und jeder hier ist stolz auf dich.
Die Nummer 11 ist deine Zahl und jedem
Trikot war das deine erste Wahl. Mit Elmar
läufst du jeden Tag, 10, 20 oder 30 km ist egal.
Du kannst alles, denn das ist klar. Wenn man von einem
Vorbild spricht, meint man dich sicherlich. Am Bodensee
ist dein Zuhause' und da bekommt dich niemand raus.

Zum 75. Geburtstag

Papa, heute ist dein Ehrentag,
an dem ich dir einfach mal sagen mag:
Du bist ein Original, ganz klar –
und das schon seit 75 Jahr!

Deinen 70. konntest du kaum begehen,
Corona ließ damals keine Feiern geschehen.
Doch heute feiern wir ganz doll,
das finden alle Gäste richtig toll!

Dein Beruf – ein echtes Stück von dir,
dein Stolz auf Häuser spricht dafür.
Ob Baustelle oder Schreibtischstuhl,
du meisterst beides mit Bravour!

Stehst du mal nicht auf Baustellen rum,
bleibst du im Büro und schaut nicht dumm:
„Ein Haus, ein See, ein Weizenbier –
so läuft das Leben bestens hier!“

Der Bodensee, so klar, so weit,
ist deine Oase, deine Freud'.
Mit Antonie im Heinzler fein,
kehrst du dort gerne glücklich ein.

Mit Elmar läufst du durch den Tag,
weil Sport dir stets am Herzen lag.
Und wenn mal Pause angesagt,
und selbst der Elmar lieber lag,
sitzt du entspannt am Bodensee
und rufst: "Hier tut mir nichts mehr weh!"

Seit sechzig Jahren, treu und klar,
ruft dich der Löwen jedes Jahr.
Im Bregenzerwald, da schlägt dein Herz,
dort findest du Glück, trotz manchem Schmerz.
Ein Schwätzchen hier, ein Sponsoring da,
so lässt sich's dort leben ja wunderbar.

Mit deiner Frau gehst du durchs Leben,
hast ihr viel von dir gegeben.
Gemeinsam trotz ihr jederzeit,
in Krankheit, Freude, Dunkelheit.

Deine Kinder, stolz und froh,
spüren dein Herz – so stark, so roh.
Du schenkst uns Halt, gibst Sicherheit,
ein Fundament für alle Zeit.

Und auch die Enkel, wunderbar,
sind dir eine Abwechslung, so sonnenklar.
Eine schöne, bunte Lebenswelt,
die unser aller Herzen hält.

Für Anni spielst du gern Chauffeur
Zum Ballett, Klavier oder zum Friseur.
Ein Gespräch über Schule ist doch klar,
Hat sie Einser heimgebracht gibt's ne Münze, wunderbar!

Marie fordert dich stets heraus,
Mit ihrem Willen, ihrer Lautstärke-lieber Claus!
Sie ist ein ganz schön taffes Kind,
das bringt uns ganz schön frischen Wind.

Auch mit Johan gibt's immer was zu tun,
ein Ball muss immer dabei sein, das lässt er nicht ruhen.
Das Handballgen hat er natürlich von dir,
vielleicht auch die Liebe zum Zeichnen hier.

Heute stoßen wir auf dich an,
auf einen großartigen Lebensmann!
Bleib wie du bist, in Kraft und Mut,
denn was du tust, das tust du gut.

Herzlichen Glückwunsch, lieber Papa!
Deine Lieblingstochter Tina

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Schloss Kirchberg

(cjp) Rückzugsort mit Aussicht. Hier wird der Terminkalender zweitrangig und das Leben erstklassig. Für Claus: dies ist kein Ort, sondern ein Gefühl von Zuhause.



EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

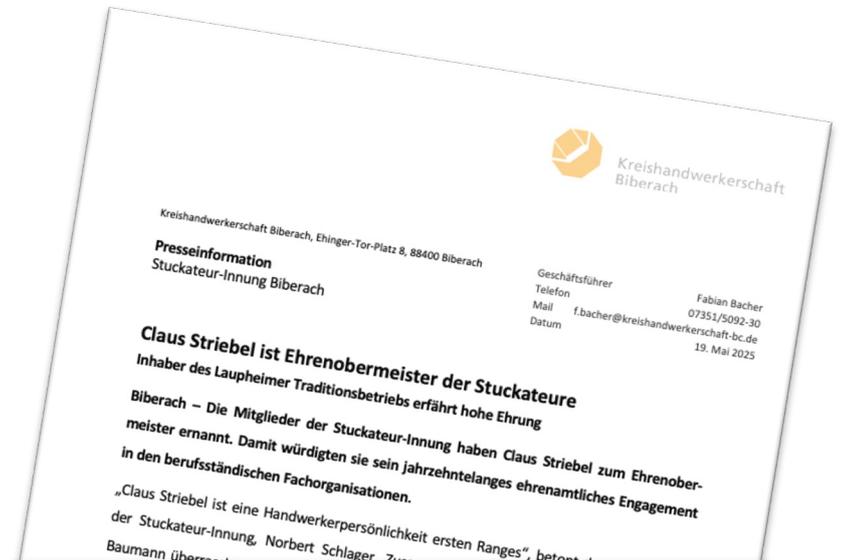
Tradition. Exzellenz. Striebel.

(cjp) Vom "Stuckateur des Jahres" bis zum "Ehrenobermeister": Claus Striebel steht für handwerkliche Exzellenz, Weitblick und Wertebewusstsein. Ein Lebenswerk.

Claus Striebel ist Ehrenobermeister der Stuckateure

Inhaber des Laupheimer Traditionsbetriebs erfährt hohe Ehrung

„Claus Striebel ist eine Handwerkerpersönlichkeit ersten Ranges“, betont der Obermeister der Stuckateur-Innung, Norbert Schlager. Zusammen mit seinem Stellvertreter Gerhard Baumann überraschte er den Laupheimer Unternehmer an dessen runden Geburtstag mit der außergewöhnlichen Ehrung durch die Kollegen. „Sein Sachverstand und sein unermüdlicher Einsatz in verschiedenen Gremien haben ihn über Jahrzehnte landesweit zu einem gefragten Ratgeber im Stuckateurerhandwerk werden lassen“, so Schlager weiter....



2016



2018

EXTRABLATT

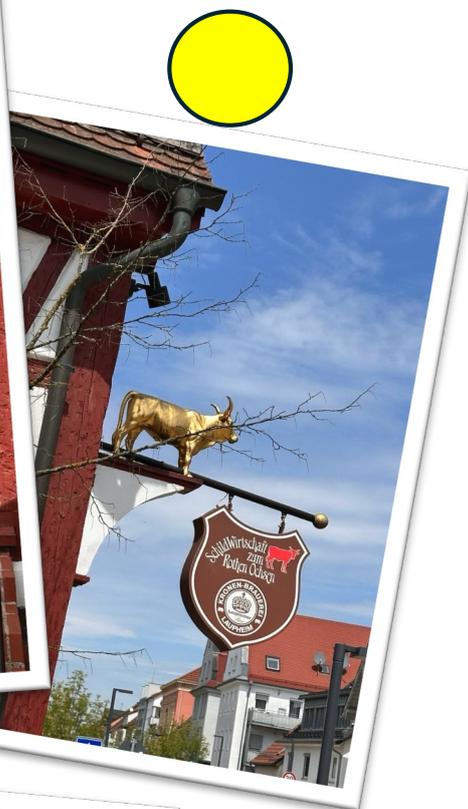
Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Meisterwerke für Gaumen und Gemäuer (1/2)

(esa) Wo andere nur Mauern sehen, sieht Claus Möglichkeiten. Mit Putz, Passion und Perfektion hat er Orte geschaffen, an denen nicht nur die Wände strahlen.



Alles Gute zum Geburtstag
wünschen Sandra, Magnus
& Jette Wilfert.



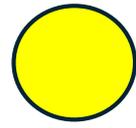
Alles Gute zum Geburtstag
wünschen Nico & Elisa Siepmann



HERMES
Geschmackvoll Genießen.

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel



Meisterwerke für Gaumen und Gemäuer (2/2)

(esa) Wo andere nur Mauern sehen, sieht Claus Möglichkeiten. Mit Putz, Passion und Perfektion hat er Orte geschaffen, an denen nicht nur die Wände strahlen. Und wir haben hingehört, was Claus liebt.

Zum
HASEN



Tanti auguri per il tuo compleanno, Claus!
Massimo, famiglia e team



Chúc mừng sinh nhật"
Thanh Tuan Le



EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Handball im Blut – seit Generationen.

(hst) Vom Gründervater bis zum Nachwuchs auf dem Spielfeld – bei Striebels wird nicht nur zugeschaut, sondern orchestriert. Und Claus? Abwehrmonster auf dem Feld, Verantwortung als Vorsitzender des HRW und heute als Vorsitzender des Handballfördervereins wichtiger Unterstützer an der Seitenlinie – immer mittendrin beim HRW.



2003

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

75 Jahre Leben, Leistung und Leidenschaft

(ede) nicht einfach in Worte zu fassen. Manchmal erzählen Bilder, kleine Anekdoten und ehrliche Emotionen mehr. Hier wurde ein echtes Freundschaftswerk geschaffen: liebevoll, humorvoll und einzigartig – genau wie Claus selbst.

Läufer			Sponsor		Links- händer		Skifahrer	TSVler	Sanierer
CLAUS mit C bitte		75er	Bodensee- Lover	Fitness- sportler		Hand- baller	Immer gut drauf		Linkshänder
	Alles mit links		Chef		Schutzpatron der Gastwirte		Dauer- Läufer	OPA	
Schlag- zeuger	PAPA	Schlüpfrige Witze Erzähler		Fitteste 70er ever		Abwehr- monster			Wurstsalat- Lover
Work- aholic		Vorstand	Laupheimer Original	Putz und Farbe	Ehren- ober- meister	Stukkateur	Best friend ever		Schloss- besitzer
	Weizenbier- trinker	Sport- preisträger	Freund		HRWler		Handball- Enthusiast	Größter Immobesitzer Laupheims	
Pokal- sieger		Mercedes- fahrer		TONI Liebhaber		Detail- verliebter	Halbmarathon- finisher		Halb- rechter
	Alt- Laupheimer		verheiratet mit der Ex-Freundin	75er	Ohne Tomaten und Zwiebeln	Opa- Weizenbier!		Stukkateur des Jahres	
Er hat die Haare schön!	Unter- nehmer	It never rains in California			Genießer		Vorarl- berger	SWR-Star	Tänzer



EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Schlosscross - ein Mann, ein Lauf, ein Ehrenrecht

(esa) Wer als Unterstützer und Sponsor so lange die Treue hält, selbst jedes Jahr die Lafschuhe schnürt, bekommt irgendwann mehr als nur Applaus.

Startnummer für die Ewigkeit

Wenn Einer Jahr für Jahr mitläuft, mithilft und mit Herzblut dabei ist – dann hat er sich mehr als nur Applaus verdient. Claus Striebel erhält für seine treue Teilnahme am Schloss-Cross, seinen sportlichen Einsatz und die großzügige Unterstützung durch die Firma Striebel das **lebenslange Ehrenstartrecht**. Das dazugehörige Trikot gibt's – wie es sich gehört – feierlich am Festtag!



EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Laufen statt ruhen

(mre) Sonntag, 9 Uhr ist gesetzt – egal ob Hitze oder Hagel.
Für Claus beginnt das Wochenende erst nach dem Kilometerkonto.

Läuft bei ihm – und wie!

Mit 60 fing Claus nicht etwa langsam an, sondern lief gleich mal locker 21,1 km in unter 1:49 h. Seitdem ist er auf den Laufstrecken der Region zu Hause – bei Sonne, Wind, Regen oder Schneetreiben. Ob Baggersee oder Bodensee, Dienstagabend oder Sonntagmorgen:
Wer Claus sucht, findet ihn laufend – und dabei ganz in seinem Element. Denn wie er selbst sagt: „Jeden Tag, an dem ich laufe, werde ich nicht älter!“ Bis heute vergeht (fast) kein Sonntag, an dem Claus nicht um 9 Uhr beim Kulturhaus Laupheim er scheint, um seine Laufkilometer abzuspuhlen!



EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Glückwünsche...

Grußwort der Stadt Laupheim zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Lieber Herr Striebel,

wer in Laupheim durch die Innenstadt flaniert, kommt an einem Namen kaum vorbei: Striebel. Ob Café Hermes, das Gasthaus „Zum Hasen“, der Rothe Ochsen oder die Mittelstraße 30 – Herr Striebel war da. Oder ist noch da. Oder wird bald wieder da sein, mit Ideen, Vision und einem ganz bestimmten Blick für das, was sich aus einem alten Gemäuer noch machen lässt. Kurzum: Die Stadt trägt ein gutes Stück Ihrer Handschrift – und das nicht nur in Sandstein und Stuck, sondern auch in Haltung und Stil.

Heute feiern Sie 75 Jahre, und man mag es kaum glauben: Denn Sie wirken immer noch mehr wie jemand, der gerade dabei ist, sein Lebenswerk zu beginnen, als es zu vollenden. Als Seniorchef der Striebel Gruppe führen Sie ein Unternehmen, das nicht nur seit 1905 Handwerkstradition lebt, sondern auch in der Gegenwart angekommen ist – langfristig denkend, verantwortungsvoll handelnd und stets mit der Region verwurzelt. Ein Familienunternehmen im besten Sinne: verlässlich, zukunftsorientiert, bodenständig – und dabei keineswegs langweilig.

Besonders danken wir Ihnen für die vertrauensvolle und stets lösungsorientierte Zusammenarbeit mit der Stadt Laupheim. Ob es um den behutsamen Umgang mit alter Bausubstanz oder um moderne Nutzungen wie die neue Volkshochschule im Alten Postgebäude geht – wo andere noch Pläne prüfen, ist bei Ihnen meist schon der Putz an der Wand. Zügig, aber mit Gefühl, so könnte man Ihre Arbeitsweise beschreiben.

Lieber Herr Striebel, mit Ihnen wird's nie langweilig, und Ihre Projekte sind für unsere Stadt mehr als nur Immobilien – sie sind Orte mit Seele.

Im Namen der Stadt Laupheim gratuliere ich Ihnen herzlich zum 75. Geburtstag. Bleiben Sie gesund, neugierig und gerne weiterhin mit dem einen oder anderen architektonischen Geistesblitz unterwegs.

Alles Gute – und herzlichen Dank für Ihr Wirken!

Mit den besten Wünschen,

Ingo Bergmann
Oberbürgermeister der Stadt Laupheim



Lieber Claus,

seit vielen Jahren verbindet uns die gemeinsame Leidenschaft für den Laupheimer Handball. Ob als Fan, Mitspieler, Vorsitzender des HRW oder nun als engagierter Chef des Fördervereins – du hast in jeder Rolle Spuren hinterlassen und den Verein entscheidend mitgeprägt.

Was ich an dir besonders schätze, sind deine Authentizität, deine positive Ausstrahlung, deine Neugier, deine unternehmerische Kreativität und nicht zuletzt deine große Hilfsbereitschaft. Du bist ein echter Macher und Vorbild für viele!

Ich wünsche dir von Herzen, dass du dir diese Begeisterung für deine Hobbys und Interessen noch viele Jahre bewahrst, gesund bleibst und wir gemeinsam noch zahlreiche runde Geburtstage – und natürlich Aufstiege – feiern dürfen.

Herzlichen Glückwunsch zu deinem 75. Geburtstag!

Helge



EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Weitere Glückwünsche...

Herzlichen Glückwunsch zum 75. Geburtstag!
Zu diesem besonderen Anlass gratulieren wir einem herausragenden Sportler, einem echten Vorbild für die nächste Generation. Ihre beeindruckenden Leistungen – ob zahlreiche Auszeichnungen für das Deutsche Sportabzeichen oder die konstanten Halbmarathon-Zeiten unter zwei Stunden – zeugen von Disziplin, Leidenschaft und einem außergewöhnlichen Durchhaltevermögen.

Als prägendes Gesicht und engagierter Macher beim HRW Laupheim haben Sie nicht nur sportliche Spuren hinterlassen, sondern auch das Vereinsleben entscheidend mitgestaltet. Ihre Energie, Ihr Einsatz und Ihr Vorbild wirken weit über die Laufbahn hinaus.

Wir danken Ihnen für alles, was Sie geleistet haben – und wünschen Ihnen für das neue Lebensjahr Gesundheit, Freude und weiterhin viele sportliche Erlebnisse!

Mit sportlichen Grüßen
Elisabeth Strobel
Präsidentin Sportkreis Biberach

Lieber Herr Striebel,

am Pfingstmontag im Heiligen Jahr 1950 geboren, wurden Sie zehn Tage später an Fronleichnam getauft:

von Kaplan Engelbert Duttle auf den Namen Nikolaus.

Im Heiligen Jahr 2025 dürfen Sie Ihren 75. Geburtstag feiern: an Christi Himmelfahrt.

Ihr 100. Geburtstag wird wieder in ein Heiliges Jahr fallen, auf den Pfingstsonntag, und ein weiterer Ihrer Lebenskreise wird sich geschlossen haben.

Bis dahin wünsche ich Ihnen von Herzen alle Freude und alle Kraft für ein von Gott so reich gesegnetes Leben

Ihr

Alexander Hermann

Laupheim, den 21. Mai 2025



Der TSV Laupheim wünscht ein blühendes neues Lebensjahr, so farbenprächtig wie diese Kirschblüten vor unserer TSV-Halle.

Lieber Claus,
ein stolzer Geburtstag, vor allem in diesem Jubiläum.
Alles, alles Gute, Gesundheit, Frieden und diese
Springzeit. Viel Dank für Deine Laufwege zum TSV.
Beste Grüße Ju's

mein TSV 
sympathisch. sportlich. stark.

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Ganz besondere Erinnerungen...

Ach ja ... – von Thomas M.

Pokalendspiel 1986 in Vöhringen.
Toni hatte den Auftrag zu filmen,
Als ich das Video anschauen wollte,
war nur Einer drauf: In der Abwehr,
im Angriff, auf der Bank ...

jetzt ratet mal, wer das war 😊



Ein Mann, ein Wort, ein frischer Putz – von Alexander S.

(asc) Nur eine kleine Geste – eine umgeschriebene Startnummer.
Doch Claus wäre nicht Claus, wenn er sich nicht erkenntlich zeigen
würde: Am nächsten Tag stand schon einer seiner Mitarbeiter da und
besserte den Putz aus.

Ganz selbstverständlich – ganz Claus.

**Wir bitten alle Freunde und insbesondere alle Laupheimer und Umfeld
diese Firma bei ihren Plänen und Auftragsvergaben zu berücksichtigen. ;-)**

Innenputz
Außenputz
Sanierputz

Gerüstbau
Trockenbau
Malerarbeiten
Vollwärmeschutz
Betonsanierung
Fassadenanstriche
Fassadenrenovierung



Die Schönheit des Ganzen liegt im Detail

Striebel

Putz und Farbe

Striebel GmbH
Industriestraße 8 · 88471 Laupheim
Tel. 07392/97 70-0 · Fax 07392/97 70-77
E-Mail info@striebel-gmbh.de
www.striebel-gmbh.de

EXTRABLATT

Geburtstagsausgabe zum 75. Geburtstag von Claus Striebel

Fortsetzung Bericht Schwäbische Zeitung von Seite 1

Sie haben ja selbst sehr lang Handball gespielt. Mit 40 Jahren standen Sie noch in der ersten Mannschaft, mit 50 waren Sie noch Torschützenkönig in der Zweiten. Wie haben Sie das denn hingekriegt?

Ich bin von meinem Vater, der zu den Gründungsmitgliedern der damaligen Handballabteilung des TSV Laupheim (dem Vorgänger des HRW) gehört, infiziert worden. Wie gesagt, ich war und bin sehr ehrgeizig und Gott sei Dank auch von schweren Verletzungen verschont geblieben....

... Es ist genauso wie Sie es beschrieben haben. Handball nimmt eine große Rolle in unserer Familie ein – und das über Generationen hinweg. Noch heute bin ich bei den Heimspielen in der Halle und beteilige mich auch noch regelmäßig an den Vorstandssitzungen des Vereins. Ich bin durch und durch HRWler. Handball ist und bleibt ein großer Teil meines Lebens.



(Immenstaad) Hochzeits-Crash im Hotel Heinzler Aufruf - wer kennt diese Personen?

(tde) Im Nachgang zum diesjährigen Halbmarathon in Unteruhldingen ereignete sich der Vorfall eines Hochzeit-Crashes im Hotel Heinzler in Immenstaad. Eine Gruppe von sechs Männern und Frauen mischte



sich unter die Hochzeitsgäste einer dort stattfindenden Hochzeit. Darüber hinaus eröffneten sie die Tanzfläche und beteiligten sich rege an den ausgeschenkten Getränken und Imbissen. Eine der Beteiligten übernahm das Mikrophon und sang für die Hochzeitsgesellschaft. Die nicht geladenen Gäste blieben bis zum Schluss und wurden von der Braut mit einem Kuss verabschiedet. Der Brautvater lobte beim Abschied die konstruktive Teilnahme der fremden Gäste an der Hochzeit. Gesucht werden die Personen auf den beigefügten Bildern, zum Austausch weiterer Anekdoten des Abends.

Unteruhldingen/ Immenstaad 7. Juni 2008

Ehrenrunde, eiserne Reserve, eine Millionen Mal das Mäuerchen - besondere Erinnerungen von Thomas M.

(tmu) 1. Claus hat mit uns, wenn er zum Spiel gefahren ist, erstmal eine Ehrenrunde durch Laupheim gedreht und uns seine gekauften Immobilien gezeigt. Mit sichtlich mehr Spaß als wir, denn wir waren da ja gerade erst so Anfang 20.

2. Immer wenn eine Kiste Bier in der Kabine stand, verschwanden immer so zwei Flaschen in seiner Sporttasche als eiserne Reserve!

3. Claus hatte stets für jeden einen flapsigen Spruch parat, manchmal recht deftig, aber mit dem größten Spaß daran.

4. Ein spezieller Dank von mir an Claus, für - gefühlt – 1 Million mal – „das Mäuerchen zum Freiwurf stellen“. 😊

5. Ich wünsche dir viel Gesundheit, und dass du noch viele tausend Kilometer joggend unterwegs sein kann.