

pressespiegel

Ausgabe 1. Halbjahr 2016

Vorstand s.02

Laufsport s.07

Leichtathletik s.20

Triathlon s.28



willkommen



www.lcmeilen.ch



Ausrüster:



www.sportshop-habsburg.ch

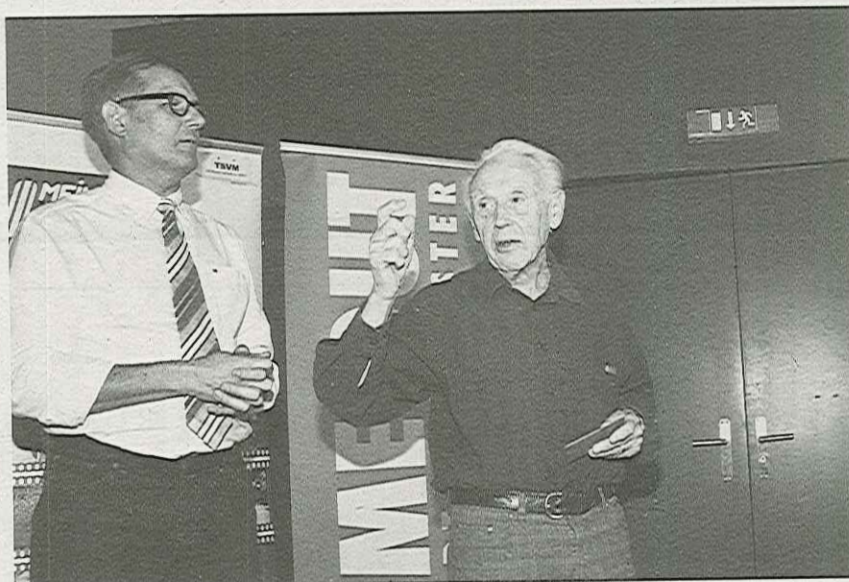
Schnell in Berlin



Nachdem der LC Meilen das 38. Vereinsjahr mit der Generalversammlung abgeschlossen hat, sind bereits wieder herausragende Resultate geglückt.

Einen Weltmeister in den eigenen Reihen ehren – diese Gelegenheit hat sich im LC Meilen noch nie ergeben. An der diesjährigen Generalversammlung war es soweit. Hans Blöchlinger hatte mit seinem 14,98-Sekunden-Sprint über 100 m an der WM in Lyon in der Kategorie Ü80 für den Goldgewinn und das Topergebnis im Vereinsjahr gesorgt. Eine Silbermedaille über 200 m (32,47 Sek.) rundete die Parforceleistung ab.

Mit Samira Schnüriger, Patric Masar (beide Leichtathletik-Elite), Cyrill Rüttimann, Yael Egger, Michelle Urech und Camilo Irrragorri (Leichtathletik-Nachwuchs) sowie Petra Schmiedel, Harald Schmiedel, René Keller (Triathlon Elite) und Abi Febrey und Tim Kneller (Nachwuchs Triathlon)



M80-Seniorenweltmeister Hans Blöchlinger wurde von Präsident Georg Spörri geehrt.

fehlte es nicht an weiteren Athleten, die mit ihren Leistungen herausstachen. Aus allen Sparten (Leichtathletik, Nachwuchs, Triathlon) kommen sie und zeigen das breite Betätigungsfeld des Vereins auf. Neu zum Ehrenmitglied erkoren wurde Jörg Lips für sein vielseitiges und breites Wirken im Verein. Präsident Georg Spörri startete in sein zehntes und definitiv letztes Jahr als Vereinspräsident. Sei-

ne Nachfolge ist bereits geregelt: Thomas Türler wird übernehmen.

Halbmarathon-Bestzeit von Schnüriger

Bereits zwei Tage nach der GV sorgte mit Samira Schnüriger eine LCM-Athletin für die nächsten Schlagzeilen. Am prestigeträchtigen Halbmarathon von Berlin lief die 21-Jährige in 1:22:53 Stunden auf die beachtliche Position



Dem zum Ehrenmitglied erkorenen Jörg Lips wurde kräftig applaudiert.

Fotos: Lothar Müller

36. «Ich strebte eine neue Bestzeit an», sagte die Ausdauerathletin und sprach damit ihre bisherige Marke von 1:23:03 Stunden über die 21,098 km an (vor einem Jahr, ebenfalls in Berlin). Von Beginn an befand sie sich auf Erfolgskurs. «Mein Gefühl passte, und ich war mir stets sicher, dass die Rechnung aufgeht.» Dass ihr am Schluss lediglich 10 Sekunden als Reserve blieben, überraschte sie. «Gefühl und Realität

stimmten offenbar nicht ganz überein», sagte sie und erwähnte als möglichen Grund die «nicht idealen zwei letzten Kilometer». Die fordernden Bedingungen mit dem andauernden Wind raubten Kräfte. Sie nimmt die Erfahrung als Ansporn: «Ich bin in Form und überlege mir, einen weiteren schnellen Halbmarathon in den nächsten Wochen zu suchen.»

(gg)

Aus dem Gemeindehaus



Bring- und Holtag am
Samstag, 19. März 2016



Öffnungszeiten der
Gemeindeverwaltung
über Ostern

Von 15 bis 80 zuvorderst mit dabei

Sportlerehrung im «Löwen»



Diese Meilemer Sportlerinnen und Sportler haben Höchstleistungen geboten.



Die Delegation des Drachenbootclubs Meilen.

Fotos: MAZ

Weltklasse-Läufer und -Paddler, Schweizermeister(innen) aus diversen Disziplinen, ein bescheidener Triathlet: In Meilen wohnen oder trainieren hochkarätige Sportlerinnen und Sportler. Sie wurden am vergangenen Freitag an der «Sportlerehrung» gewürdigt.

Alle zwei Jahre werden von der Gemeinde Sportlerinnen und Sportler geehrt, die Ausnahmeleistungen vollbracht haben, und die entweder in Meilen wohnen oder in einem Meilemer Verein trainieren. Bei der sympathischen Veranstaltung im Gewölkeller des «Löwen» werden sie vorgestellt, in einem Kurz-Interview befragt und dürfen schliesslich ein kleines Präsent in Form eines Gutscheins entgegennehmen.

Die Meilemer Sportministerin Irene Ritz begrüsst die Gäste – es handelte sich in erster Linie um Verwandte, Freunde und Clubkollegen der Geehrten – und benutzte auch gleich die Gelegenheit, um für das hiesige Sport-

angebot zu werben: «Was in Meilen an Infrastruktur geboten wird, regt zu Höchstleistungen an», meinte sie. Und mit einem Seitenblick zu Gemeindevorschreiber und Triathlon-Finisher Didier Mayenzet: «Sogar Sitzungsmarathons des Gemeinderats können offenbar förderlich sein.»

Als erster wurde der jüngste der geehrten Sportler nach vorne gebeten. Cléo Greb (15) ist Biathlon-Läufer, in Meilen aufgewachsen, besucht jetzt die Sportschule Engelberg und geht für den SC Am Bachtel an den Start. An den Schweizermeisterschaften holte er mit der Staffel bei den U15-Junioren die Goldmedaille. Er wurde von Werner Hürlimann, Leiter Sportanlagen, befragt.

Wie bist du zum Biathlon gekommen? – Durch den Langlauf und eher per Zufall. Ich habe Biathlon ausprobiert und sofort gemocht.

Du musst nach dem anstrengenden Langlauf eine ruhige Hand haben und mit dem Gewehr ins Schwarze treffen. Wie geht das?

– Die letzten 500 Meter vor dem Schiessen führt die Strecke extra abwärts oder geradeaus, da kann man es dann chillen und ist relativ ruhig, wenn man beim Schiessstand ankommt.

Wie konsequent trainierst du?

– Ungefähr zwei Stunden pro Tag, ausser am Wochenende, da haben wir meist Wettkämpfe.

Als nächster wurde Hans Blöchliger geehrt. Der silberhaarige 80-Jährige aus Zumikon trainiert seit vielen Jahren im LC Meilen und holte an den Leichtathletik-Weltmeisterschaften der Senioren in Lyon Gold über 100 Meter und Silber über 200 Meter. Seine 14.98 Sekunden über die Kurzstrecke entsprechen etwa der Zeit von 10.3 Sekunden eines 30-Jährigen. Hans Blöchliger trainiert regelmässig, auch für seine zweite Leidenschaft, das «Handörgele» in zwei Formationen. Mit ihm unterhielt sich LC-Präsident Georg Spörri, der übrigens einst im LC von Hans Blöchliger trainiert wurde.

Wie hast du es geschafft, im Alter immer besser zu werden? – Wenn man ab 30-, 35-Jähriger naturgemäss langsamer wird, sollte man nicht frustriert sein, sondern sich neue Ziele setzen. Ich nahm mir vor, den Leistungsrückgang möglichst aufzuhalten. Und ich habe das Glück, gesund zu sein, die Knie machen noch mit, der Rücken, alles.

Wie war es, Weltmeister zu werden? – Eine höchst emotionale Sache! Es war schliesslich auch schon meine 13. Teilnahme an der Senioren-WM. Und ich mache Leichtathletik, seit ich 15 bin.

Die nächste WM ist in Australien. Bist du am Start? – Nein, eine so lange Reise tu ich meinem Körper nicht mehr an. Aber nehme natürlich weiter an Rennen teil, es macht mir einfach Freude.

Aus dem Gemeindehaus



Fortsetzung Titelseite

Ebenfalls im LCM trainiert Samira Schnüriger aus Einsiedeln. Im Gegensatz zu Hans Blöchliger liebt die zierliche 21-Jährige nicht den Spurt, sondern die Langstrecke: An den Schweizermeisterschaften wurde sie Schweizermeisterin U23 sowohl im Halbmarathon als auch im Marathon.

Wie kamst du zum Marathonlauf? – Eigentlich relativ spät durch das Joggen. Ursprünglich komme ich vom Skisport, und das Laufen war als Training dafür gedacht, aber es gefiel mir immer besser.

Was ist dein langfristiges Ziel auf der Marathonstrecke? Du hast an den Schweizermeisterschaften mit 3:07 gewonnen. – Ich habe bereits 2:30 als Ziel angegeben und wurde ausgelacht – also werde ich es erst recht schaffen!

Radquer-Schweizermeisterin Sina Frei (U23) trat als nächste nach vorne. Die 19-Jährige macht das KV, wohnt in Uetikon, trainiert im VC Meilen – und ist nominiert als «Nachwuchsatletin des Jahres 2015». Mit diesem Preis ehrt die Sporthilfe jährlich die besten Schweizer Nachwuchstalente (Online-Abstimmung noch bis Montag unter sporthilfe.ch/voting, es gibt auch Preise zu gewinnen!)

Was magst du am liebsten? Strassenrennen, Mountainbike-

Rennen oder Radquer? – Radquer ist gutes Wintertraining für den Sommer, und es macht mega Spass, sich mit anderen zu messen. Dank der EKZ Cross Tour gab es 2015 viele internationale Rennen in der Schweiz. Aber am liebsten mag ich das Mountainbike.

Radsport wird oft mit Doping in Verbindung gebracht... – Leider. Fairplay ist das Wichtigste! Ich würde niemals dopen.

Er hatte sich lange dagegen gewehrt, überhaupt geehrt zu werden, denn er wollte seine Leistung nicht an die grosse Glocke hängen: Gemeindeschreiber Didier Mayenzet erreichte am legendären Ironman-Triathlon auf Hawaii bei den M40-44 mit 11:16.17 Stunden nach 3,8 Kilometern Schwimmen, 180 Kilometern Radfahren und 42,2 Kilometern Laufen den 197. Rang. «Keine so spezielle Leistung» meinte er – «Da ist jeder Finisher einen Extra-Applaus wert», fand aber Gemeinderätin Irene Ritz.

Du hast vor einiger Zeit auch an einem Gigathlon teilgenommen.

Was war härter? – Der Gigathlon war im Vergleich zum Marathon eine gemütliche Sportferienwoche... Hawaii war härter, sehr heiss, das erträgt man als Schweizer nur schwer.

Was hat dich beeindruckt? – Vor dem Einschwimmen stand ich direkt neben Triathlon-Meisterin Daniela Ryf!

Eindrücklich und etwas einschüchternd war auch, wie topfit die Athleten alle aussahen. Und alles war perfekt organisiert mit 5000 Helfern, man wurde als Teilnehmer schon fast auf Händen getragen.

Wo hattest du am meisten zu beißen? – Beim Marathon. Ich dachte, das Laufen sei meine Paradedisziplin, aber ich musste dann einen Teil der Strecke gehen. Immerhin war ich vor dem Eindunkeln im Ziel.

Der nächste Geehrte ist Student, Sohn von Ex-Gemeinderat Felix Huber und wurde just vor zwei Wochen Vize-Schweizermeister mit dem Luftgewehr. Es war Caspar Hubers zweiter grosser Erfolg auf nationaler Bühne nach der Bronzemedaille 2015.

Bist du vom Topergebnis überrascht? – Beim Schiessen ist 90 Prozent Kopfsache, es kann mal dein Tag sein, mal nicht. Der Puls geht immer höher, als man möchte, aber ich bin ein ruhiger Mensch, auch ausserhalb des Sports.

Was ist dein nächstes Ziel? – Mein Hauptziel ist, die Freude am Schiesssport zu behalten. Ins Profilage zu wechseln lohnt sich nicht – man kann davon sowieso nicht leben.

Für die nächste Ehrung konnte Caspar gleich stehen bleiben: Seine drei Kol-

legen von den Sportschützen Feld-Meilen wurden zu ihm nach vorne gebeten. Das Quartett (Caspar Huber, Thomas Hoche, Stephan Martz und Jasmin Simath) stand vor noch nicht allzu langer Zeit in Bern im Final der besten acht Gruppen der Schweiz und konnte schliesslich in der Disziplin Gewehr auf 10 Meter die Bronzemedaille gewinnen.

Wieso hat es jetzt geklappt? Stephan: Unsere Formkurve zeigt nach oben, und wir trainieren nun seit rund vier Jahren in einer modernen Anlage, das hat sicher geholfen.

Wie ist es, in der Gruppe zu schiessen? Ihr seid doch eher Einzelkämpfer... Jasmin: Es ist speziell, denn das kommt im Wettkampf nur einmal im Jahr vor.

Ist die Goldmedaille ein realistisches Ziel? Thomas: Es braucht einen guten Tag. Und man muss sich natürlich die Chance dafür erst einmal erarbeiten, indem man es in den Final schafft.

Last but not least: Der Drachenbootclub Meilen war mit rund 20 Sportlerinnen und Sportlern in roten T-Shirts im Gewölbekeller aufmarschiert. Der Club hat eine beeindruckende Entwicklung hinter sich und konnte 2015 eine grosse Delegation für das Nationalteam stellen. An der WM in Kanada gewann das

Open Team im Small Boat gleich zwei Bronzemedailles über 2000 und 500 Meter. Es war die bisher erfolgreichste WM für die Schweiz.

Auskunft gab der erfahrene Steuermann und ehemalige Trainer Dominik Mäder.

Der Drachenbootclub macht in der letzten Zeit mit guten Resultaten von sich reden. – Richtig, und das hilft uns nun auch, um noch mehr gute Leute zu werben. Ich erinnere mich: Noch 2013 waren wir froh um alle, die sich überhaupt meldeten. Heute haben wir ein Kader von 20 Personen.

Wie feiert Ihr dieses Jahr den 20. Geburtstag des Clubs? – Am 4. und 5. Juni gibt es in Meilen ein besonders grosses Drachenboot-Festival samt Plausch-Paddelrennen. Jeder kann teilnehmen, wir stellen den Steuermann, das Material und alles, was es sonst noch so braucht. Man kann vorher auch mit uns trainieren, wenn man Lust hat.

Nach dem offiziellen Teil standen Sportler, Laudatoren, die vier Ehrendamen und die Gäste noch längere Zeit bei Kraftnahrung zusammen: Es gab Mini-Chäschi, Sandwiches und Tomaten-Mozzarella-Spiessli aus der «Löwen»-Küche. (maz)

Wenk tritt in den Ruhestand

MEILEN Walter Wenk, bekannt als Mitarbeiter des Sportzentrums Allmend, ist per Ende Juni pensioniert worden.

«37 Jahre Arbeit bei Wind und Wetter – und kein bisschen müde»: So könnte man den langjährigen grossen Einsatz von Walter Wenk im Dienst der Gemeinde Meilen zusammenfassen. Begonnen hat er im Jahr 1978 als Strassenwärter im Werkhof, dort fortgesetzt nach



Walter Wenk

einem einjährigen Abstecher als Allrounder in einem familiären Restaurationsbetrieb auf Hoch-Ybrig und schliesslich ab dem Jahr 1994 bis zu seiner Pensionierung per Ende Juni 2016 beharrlich weitergeführt als Leiter-Stellvertreter und Mitarbeiter des Sportzentrums Allmend.

Er war von Anfang an dabei, als die neue Sporthalle eröffnet und die Meilemer Aussenanlagen sukzessive neu konzipiert und gebaut wurden. Seine Tatkraft und die zupackenden Hände wirkten mit, dass die Allmend über alle Jahre ihren ausgezeichneten Ruf für moderne Anlagen und mustergültigen Unterhalt aufbauen und bewahren konnte.

Ein Auge zugeedrückt

Unzählige Schülerinnen und Schüler sowie alle Meilemer und auswärtigen Sportvereine konnten mit Walter Wenk stets einen äusserst kooperativen Mitarbeiter erleben, der zwar nötigenfalls sagen konnte, was langgeht, der aber immer wieder auch ein Auge zudrücken konnte, um den Zahnrädern den nötigen Tropfen Öl zu geben. Sein Markenzeichen hielt er dabei immer hoch: das Dreieck von Pünktlichkeit, Sauberkeit und Freundlichkeit. e

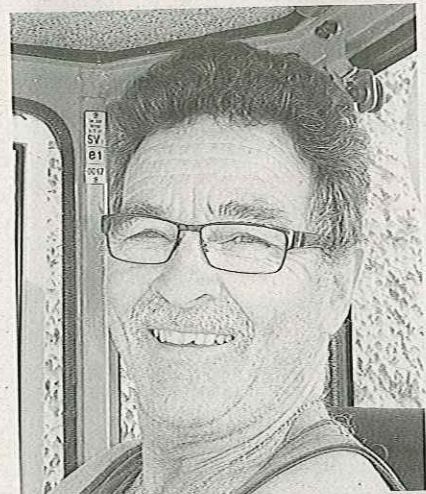
Pünktlichkeit, Sauberkeit und Freundlichkeit

Walter Wenk tritt in den Ruhestand

«37 Jahre Arbeit bei Wind und Wetter – und kein bisschen müde»: So könnte man den langjährigen grossen Einsatz von Walter Wenk im Dienst der Gemeinde zusammenfassen.

Begonnen hat er im Jahr 1978 als «Strassenwärter» im Werkhof, dort fortgesetzt nach einem einjährigen Abstecher als Allrounder in einem familiären Restaurationsbetrieb auf Hoch-Ybrig, und schliesslich ab dem Jahr 1994 bis zu seiner Pensionierung per Ende Juni 2016 beharrlich weitergeführt als Leiter-Stellvertreter und Mitarbeiter des Sportzentrums Allmend.

Er war von Anfang an dabei, als die neue Sporthalle eröffnet und die Meilemer Aussenanlagen sukzessive neu konzipiert und gebaut wurden. Seine Tatkraft und zupackenden Hände wirkten mit, dass «die Allmend» über alle Jahre ihren ausgezeichneten Ruf für moderne Anlagen und mustergültigen Unterhalt aufbauen und bewahren konnte. Unzählige Schülerinnen und Schüler sowie alle Meilemer und auswärtigen Sportvereine konnten mit Walter Wenk stets einen äusserst kooperativen Mitarbeiter erleben, der



Walter Wenk war ab 1994 Mitarbeiter im Sportzentrum Allmend. Foto: zvg

zwar nötigenfalls sagen konnte, wo's lang geht, der aber immer wieder auch ein Auge zudrücken konnte, um den Zahnrädern den nötigen Tropfen Öl zu geben.

Sein Markenzeichen hielt er immer hoch: das Dreieck von Pünktlichkeit, Sauberkeit und Freundlichkeit. Der Gemeinderat dankt Walter Wenk herzlich für sein unermüdliches Engagement und wünscht ihm einen bereichernden neuen Lebensabschnitt.

Laufsport



Foto: Lothar Müller

Tagessieg für Schnüriger



Premiere für die LC-Meilen-Langstreckenläuferin Samira Schnüriger: In Winterthur gewann die 21-Jährige ihr erstes Rennen des Züri-Lauf-Cups.

Diesen erfreulichen Ausgang hatte sich Samira Schnüriger erhofft – aber zwischenzeitlich den Glauben daran schier verloren. Was war geschehen auf der 11 Kilometer langen, stark coupierten und zum Teil schlammigen Strecke mit Start und Ziel in Winterthur Seen und der Strecke im Winterthurer Eschenbergwald? Schnüriger wurde etwa bei Streckenhälfte von der routinierten, 23 Jahre älteren Nicole Lori überholt. Die hart erarbeitete Leaderposition war sie nun los. Und durch den Kopf schoss ihr: «Die Erfahrung sagt: Wenn ich überholt werde, kann ich kaum mehr kontern.» Den Rückstand von rund 10 Metern vermochte Samira Schnüriger aber zu halten. Und nach der Abwärtspassage stellte die LCM-Vorzeige-Läuferin zum

eigenen Erstaunen fest, dass sie Meter um Meter gutmachte. Noch mehr: Sie überholte Lori und liess sie auch gleich stehen. «Es geschah einfach, ich überlegte mir gar nichts», staunte die Studentin der Gesundheitswissenschaften. Und sie fügte an: «Eigentlich behagt mir diese Strecke mit dem ständigen Auf und Ab wenig, bin ich doch eher die Flachläuferin.» Dennoch: Nach diversen Kategoriensiegen bei den U20 und seit letztem Jahr bei den W20 glückte ihr nun der erste Tagessieg auf Stufe Züri-Lauf-Cup. «Das ist cool», strahlte sie.

Mit Monica Hug (W50) konnte sich eine weitere LCM-Athletin als Siegerin feiern lassen. Die 59-Jährige setzte sich gegenüber bis zu neun Jahren jüngeren Widersacherinnen durch – überzeugend, mit der elftbesten Zeit bei den Frauen. Bei den Männern platzierte sich Langdistanz-Triathlet Samuel Jud als bester LCM-Vertreter auf Position 18. Und erfolgreich beim temporären Spartenwechsel war Anita Ribary: Die profilierte Läuferin erreichte beim Frauenlauf des Engadin Skimarathons Gesamtrang 52 und belegte bei den W50 Platz 8.

(gg)

Spitzenergebnisse vor der Haustür



Am Männedörfli Waldlauf überzeugten die LC-Meilen-Läufer mit starken Resultaten und breiter Präsenz.

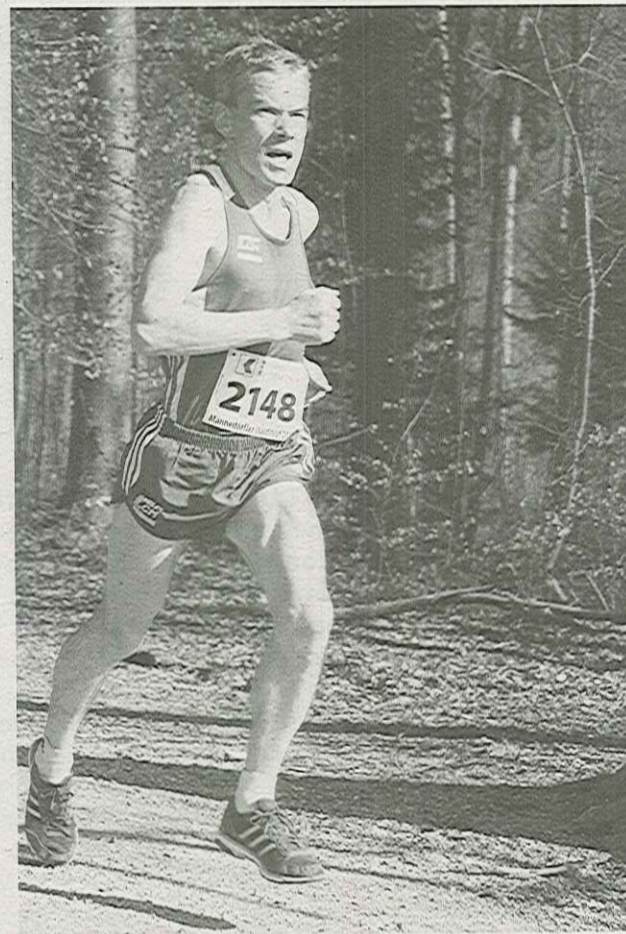
Neben dem Zumikerlauf und dem Zürich Marathon ist der Männedörfli Waldlauf das Heimrennen für die Strassen- und Geländeläufer des LC Meilen. Das zeigte sich bei der diesjährigen Austragung einmal mehr durch eine grosse Präsenz und starke Ergebnisse. Und für die Teilnehmenden durch eine tolle Stimmung entlang der 11,5 km langen Strecke. «Dieser Support tat enorm gut, ständig wurde man unterwegs durch eine bekannte Stimme neu motiviert», brachte es Monica Hug auf den Punkt. Sie setzte sich in der Kategorie der 50-59-jährigen Frauen durch. «Mir gelang ein wirklich gutes Rennen», sagte sie. Allerdings wurde Monica Hug am Schluss stark gefordert. «Vera Sennhauser klebte mir bis zwei Kilometer vor dem Ziel an den Fersen, dann glaubte ich, sie abgeschüttelt zu haben.» Sie wählte sich aber in einer trügerischen Sicherheit.



Die spätere Siegerin in der Kategorie W50 Monica Hug.

In der Schlusskurve erblickte sie die drei Jahre jüngere Widersacherin er-

neut – nur wenige Meter hinter ihr. «Nein, so erwischst du mich nicht»,



Peter Peter allein auf weiter Flur am Männedörfli Waldlauf.

Fotos: Lothar Müller IMMOMAN.ch

sagte sich Hug und zog den Endspurt frühzeitig an. Mit Erfolg. Mit einem

Vorsprung von 16 Sekunden überquerte sie die Ziellinie. Ebenfalls Podestränge in ihren Alterskategorien erreichten Peter Peter (2. M50/schnellster LCM-Mann), Anita Wiesli (4. W40/schnellste LCM-Frau) Anita Ribary (4. W50) sowie Cyrill Rüttimann (2. M16).

Ausrufezeichen in Kerzers und Oberriet

Über die Kantonsgrenze hinaus sorgten weitere LCM-Mitglieder für Aufsehen. Samira Schnüriger, Anfang Monat beim vorgängigen Züri-Lauf-Cup-Rennen Frauensiegerin, mass sich am Kerzerlauf mit der internationalen und nationalen Konkurrenz. Mit einer Zeit von 1:02:32 Stunden für die anspruchsvollen 16 km belegte die 21-Jährige Platz 17 in der Kategorie W20. Zu profilieren wussten sich beim Halbmarathon in Oberriet Alexander Bützberger und Thomas Gulich. Bützberger belegte über die 21,1 km und 1:16:29 Stunden Platz 15, Gulich in 1:29:40 Stunden Platz 95 und Platz 4 bei den M50. Gigathlet Bützberger freute sich: «Die stärkere Konzentration aufs Laufen macht sich bezahlt, ich sehe meinem Marathon-Debüt in Rotterdam im April zuversichtlich entgegen.»

(gg)

Freitag, 15. April 2016

MeilenerAnzeiger

9

Die Crux der orangen Schuhe



Leichtathletik & Triathlon

Ob Rotterdam oder Dübendorf – die Läufer des LC Meilen machten auf sich aufmerksam.

Alexander Bützberger hatte seine Marathon-Premiere auf die schnelle Strecke in Rotterdam, Holland, gelegt. Der profilierte Ausdauersportler mit Spitzenklassierungen im Gigathlon wusste dann auch davon zu profitieren. In guten 2:47.38 Stunden belegte der 33-Jährige Rang 259 unter 12'800 Teilnehmern. Vollauf zufrieden zeigte er sich aber nicht: «Ich lief etwas zu zügig los und büsste dafür auf den letzten Kilometern.» Er sah eine alte Marathon-Weisheit bestätigt: «Diese 42,195 Kilometer verdienen Ehrfurcht, sich ihnen anzunähern, braucht Zeit.» Angesteuert hatte er ursprünglich 2:40 Stunden.

Marathon-Weisheit nicht befolgt

Eine weitere Marathon-Regel kostete Nerven im Vorfeld: Sie lautet «Trage deine Schuhe im Handgepäck ins Flugzeug.» Bützberger tat dies nicht. Und sein aufgegebener Koffer erreichte die Zieldestination nicht rechtzeitig. Also musste er am Vortag für neue Schuhe, Shorts und ein Laufshirt sorgen. Auf die Lauf-Uhr verzichtete er unfreiwillig. Er aber nahm's gelassen. Statt am Samstag die Beine hochzulagern, ging er einkaufen. Und das Rennen lief er statt mit einem eingelaufenen und erprobten Modell mit einem Paar frisch vom Regal und von einer andern Marke. «Ob ich mit meinen normalen Schuhen um die Blasen herumgekommen wäre, kann ich nicht abschätzen, und weil die neuen orangefarben sind, erhielt ich von den Holländern besonders viel Unterstützung», sagte er. Vor- oder Nachteil? Diese Frage bleibt wohl unbeantwortet.

Podestplätze im Züri-Lauf-Cup

Auf Stufe Züri-Lauf-Cup, am GP Dübendorf, wussten sich vor allem Samira Schnüriger und Monica Hug zu profilieren: die 21-jährige Schnüriger mit der drittbesten Zeit bei den Frauen und Rang 3 bei den W20, die 59-jährige Hug mit dem Kategoriensieg bei den W50 – dem dritten in Folge in diesem Jahr. Schnüriger musste sich eine Woche nach ihrem bravourösen Halbmarathon in Berlin nur Aude Salord (Horgen) und Seraina Glaus (Thalwil) geschlagen geben. Bei den Männern glückte bei starker Konkurrenz kein Podestplatz. Am knappsten verpasste diesen Sigi Föhn als Vierter der M50 sowie als 35. und damit bestplatziertes Meilemer. Nur einen Rang dahinter folgte Patric Masar (6. M40) und weitere fünf Positionen später Peter Peter (6. M50). Innerhalb von 30 Sekunden liefen die drei schnellsten LCM-Vertreter im Ziel ein.

(gg)

Zürichsee-Zeitung Bezirk Meilen
Samstag, 16. April 2016

Bützberger und der orange Wettkampfschuh

MEILEN Beim Marathon-Debüt in Rotterdam unterlief Alexander Bützberger vom LC Meilen ein Missgeschick besonderer Art.

Für seine Marathon-Premiere hatte der Küssnacher Apotheker Alexander Bützberger vom LC

Meilen die schnelle Strecke von Rotterdam in Holland gewählt. Und der profilierte Ausdauersportler mit Spitzenklassierungen im Gigathlon wusste davon zu profitieren. In 2:47:38 Stunden belegte der 33-Jährige Rang 259 unter 12 800 Teilnehmern. Angesteuert hatte er ur-

sprünglich 2:40 Stunden. Nerven kostete eine weitere, nicht befolgte Marathon-Regel. Bützberger trug seine Rennschuhe nicht im Handgepäck ins Flugzeug. Mit unangenehmen Folgen. Sein aufgegebener Koffer erreichte die Zieldestination nicht rechtzeitig. Also musste er

am Vortag für neue Schuhe, Shorts, ein Laufshirt sorgen. Und unfreiwillig auf die Laufuhr verzichteten. Er aber nahm es gelassen. Statt am Samstag die Beine hochzulagern, ging er einkaufen. Und das Rennen lief er statt mit einem eingelaufenen und erprobten Modell mit

einem frisch vom Regal einer anderen Marke. Aber: «Weil die neuen Laufschuhe orangefarben sind, erhielt ich von den Holländern besonders viel Unterstützung.» Ein Malheur mit Vor- oder Nachteil? Diese Frage bleibt wohl unbeantwortet.

gg

1001 Läuferinnen und Läufer überquerten die Ziellinie

MÄNNEDÖRF Obwohl der Männedörfler Waldlauf wegen Ostern um eine Woche vorverschoben wurde, nahmen 1001 Läuferinnen und Läufer bei perfektem Laufwetter am Rennen teil.

Den Start kurz nach Mittag machten die kleinsten Läuferinnen und Läufer. Mädchen und Buben mit Jahrgang 2009 oder jünger liefen die Strecke von 860 m. Der Männedörfler Waldlauf – die Läuferinnen und Läufer absolvieren zwischen 860 m und 11,5 km – ist ein Traditionsanlass, der immer am letzten Wochenende im März stattfindet. Heuer zum 32. Mal. Seit 15 Jahren gehört er zum Zürilaufcup der Zürcher Kantonalbank. Wegen Ostern mussten die Verantwortlichen die Veranstaltung vorverlegen. Doch auch am Samstag war ihnen Petrus gut gesinnt. Es herrschte perfektes Laufwetter.

1001 Mädchen, Buben, Frauen und Männer liefen über die Ziellinie, rund 50 weniger als im vergangenen Jahr. Das Rekordjahr vor vier Jahren mit rund 1400 Läufern konnte zwar bei weitem nicht übertroffen werden, trotzdem zeigte sich OK-Präsident Peter Loser mit dem Anlass sehr zufrieden. Alles in der Organisation habe reibungslos geklappt, zwei Läufer hätten zwar ärztlich versorgt und zur Kontrolle ins Spital gebracht werden müssen, ansonsten sei alles gut gelaufen.

Ambitionierte Junge

Die knapp 100 freiwilligen Helferinnen und Helfer vom Turnverein und Damenturnverein Männedorf, die für den Anlass verantwortlich waren, hatten alle Hände voll zu tun. «Wir sind ein eingespieltes Team und mittlerweile auf alles vorbereitet», sagte Peter Loser. Die Helferinnen und Helfer liessen den Tag dann gemächlich beim Helferessen im Kirchgemeindegarten ausklingen.



Die U10-Buben nehmen ihre 1200 Meter lange Strecke in Angriff.

David Boer

Obwohl sie erst zwölf Jahre alt ist, ist Paulina Radzikowski aus Küsnacht schon einer alter Hase am Männedörfler Waldlauf. Sie hat schon zum vierten oder fünften Mal daran teilgenommen. Und das Ziel war klar. Die Strecke von 2,7 km wollte sie mit einem Podestplatz beenden – den sie dann als Drittplatzierte auch erreichte. Spezifisch trainiert hat sie für den Lauf nicht, macht sie doch auch sonst zweimal in der

«Der Lauf ist für mich eher Training fürs Fussball.»

Joris Sticher,
Dritter der Kategorie U10

Woche Orientierungslauf und einmal Lauftraining. «Da ich sonst hier auf dem Widenbad OL trainiere, kenne ich den Wald und die Strecke sehr gut», sagte sie kurz vor dem Start.

Zum ersten Mal dabei war Joris Sticher aus Erlinsbach. Er will dieses Jahr sieben oder acht Rennen des Zürilaufcups bestreiten. Vor dem Startschuss war er ziemlich aufgeregt. Aber auch er war ambitioniert. «Ich will unter die

ersten drei in meiner Kategorie kommen», sagte er. Für den Lauf hat er nicht trainiert. «Da ich dreimal in der Woche Fussball spiele, ist der Lauf eher Training fürs Fussball», meinte er grinsend. Er kam dann als Dritter der U10-Knaben ins Ziel.

Carole Bolliger

Vollständige Resultate unter
<https://www.zkbzuerilaufcup.ch/maennedoeffler>.

Ein Marathon-Fest mit Jogglern und M(it)eilemern

MeilenerAnzeiger

Freitag, 22. April 2016

14. Zürich Marathon am Sonntag



Übermorgen Sonntag ist Zürich Marathon. Die Spitzenläufer – sie benötigen drei Minuten pro Kilometer – passieren das Festzelt an der Meilener Winkelstrasse um 9.45 Uhr, die letzten Läufer (7.48 Min/km) werden kurz vor zwölf erwartet.

Am 6. März 2016 wurde die Strecke des Zürich Marathon nach fünf Jahren neu vermessen. Eine Streckenvermessung ist keine einfache und eine sehr zeitaufwändige Angelegenheit. Der einzige international anerkannte Streckenvermesser der Schweiz, Roger Kaufmann, leitete die Vermessung und fuhr die komplette Marathonstrecke mit dem Fahrrad ab. «Die Messmethode mit dem Fahrrad ist die genaueste und einzige Methode. Bei der Vermessung mit GPS entstehen grosse Ungenauigkeiten», kommentierte er das zeitaufwändige Unterfangen. Die korrekte und offizielle Vermessung der Strecke ist Voraussetzung dafür, dass persönliche Bestzeiten, Rekorde oder das Erreichen von Olympialimiten international anerkannt werden.

An der Strecke hat sich grundsätzlich nichts geändert.

Der Start des Zürich Marathon wurde jedoch etwas zurückverlegt, womit das Ziel neu bereits auf Höhe der Einfahrt zum Hafendamm Enge zu liegen



Die Strecke führt auf der Seestrasse von Zürich bis nach Meilen und zurück. Angemeldet haben sich total 9929 Läuferinnen und Läufer (inklusive Team- und Cityrun).

Foto: MAZ Archiv

kommt. Die Teilstrecken des Teamrun sind neu 9 km, 11,7 km, 4 km und 17,5 km lang. Weil so die Standorte der Wechselzonen optimiert wurden, konnte das Kontingent der Teams auf 1100 erhöht werden. Der Cityrun ist 9,85 km lang.

Kampf gegen Doping

Der Zürich Marathon führt ausserdem per sofort strengere Antidoping-

Regeln für die Elite-Läuferinnen und -Läufer ein. Dies, obwohl es in der 14-jährigen Geschichte des Zürich Marathon nie einen Dopingfall gegeben hat. «Wir reagieren damit auf aktuelle Ereignisse. Russlands Leichtathleten wurden vom Weltverband suspendiert, in einigen Ländern wie Kenia, Äthiopien oder Marokko wird das Antidoping-System als mangelhaft angeprangert», sagt OK-Präsi-

dent Bruno Lafranchi: «Wir wollen als Veranstalter Verantwortung übernehmen.» Konkret bedeutet dies, dass ab diesem Jahr nur Spitzenathletinnen eingeladen und zugelassen werden, welche im letzten Jahr mindestens drei und ausschliesslich negative Dopingkontrollen vorweisen können.

Fortsetzung Seite 3

Die Veranstalter nehmen damit eine Vorreiterrolle ein und wünschen sich, dass weitere Laufveranstaltungen in der Schweiz nachziehen.

Schweizer Elite kämpft um Olympia-Qualifikation

Für die beiden Zürcher Athleten Adrian Lehmann aus Langenthal und Michael Ott aus Kilchberg geht es am Zürich Marathon um die Olympia-Qualifikation. Um im Sommer 2016 an den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro teilnehmen zu können, müssen sie den Marathon unter 2:14 Stunden absolvieren.

Zum zweiten Mal in Zürich am Start ist der Japaner Yuki Kawauchi, der im vergangenen Jahr als «schnellster Hobbyläufer der Welt» Aufmerksamkeit erlangte. Der Vollzeit-Beamte geniesst in Japan den Status eines Popstars und absolvierte 2015 trotz seiner Arbeit ganze elf Marathons. An den diesjährigen Zürich Marathon reist er mit einem neuen Weltrekord in der Tasche: Am 13. März 2016 absolvierte er einen Halbmarathon im Business-Anzug inklusive Krawatte in 1:06:42 Stunden und verbesserte den bisherigen Weltrekord um 24 Minuten. Begleitet wird er von seiner Landsfrau Yoshiko Sakamoto, welche letztes Jahr vor Nicola Spirig den ersten Platz belegte.

Jonglierende Laufsensation

Den ZuschauerInnen entlang der Strecke wird sich dieses Jahr ein ganz aussergewöhnliches Spektakel bieten: Der amtierende Jogging-Weltmeister Daniel Raum hat sich für den Zürich Marathon angemeldet. Jogging ist die Kombination von Joggen und Jonglieren. Der Deutsche hält aktuell fünf verschiedene Rekorde in dieser Disziplin und hat bereits über 50 Ma-

rathonläufe joggelnd absolviert. Auch am Zürich Marathon wird er die vollen 42,195 Kilometer joggelnd zurücklegen, wie er auf Anfrage bestätigt. Seine Marathon-Bestzeit mit drei Bällen liegt bei 3:39:56 Stunden.

Integration und Hilfe durch Sport

Zum zweiten Mal wird es die zusätzliche Kategorie «never walk alone» geben. Zehn PluSport-Teams werden den Teamrun in fünf statt vier Etappen absolvieren. Die Teams bestehen aus je fünf Läuferinnen und Läufern, wovon mindestens zwei eine Behinderung haben. Jeder Teilnehmende absolviert eine der fünf Etappen. Am Zürich Marathon wird der Grundgedanke von PluSport, Integration durch Sport, sichtbar umgesetzt.

Bereits zum dritten Mal haben Läuferinnen und Läufer die Möglichkeit, für sauberes Wasser zu laufen. Helvetas Charity Runner sammeln Spenden und profitieren so zusätzlich von Annehmlichkeiten wie einer exklusiven Garderobe und Dusche beim Start-/Zielgelände mit professionellem Massageservice, einem Läufer-T-Shirt mit dem eigenen Namen und zwei Massagegutscheinen. Mit den Spenden werden Trinkwasser-Projekte wie der Bau von Brunnen in Afrika ermöglicht.

Den Startschuss gibt ein Meilemer

Die Spitze wird das Festzelt an der Winkelstrasse um 9.45 Uhr (3 Min/km) passieren, während die letzten Läuferinnen und Läufer zwei Stunden später erwartet werden.

Kurz vor der Fähre wechseln auch die 1100 TeamRun-Mannschaften zur letzten Ablösung auf den letzten Streckenabschnitt, der 17 Kilometer lang

ist. Die Gemeinde Meilen ist auch dieses Jahr wieder mit dem Team «M(it)eilen» gemeldet, es besteht aus Melanie Mitrovic, Marc Bamert, Reto Stark und Yvonne Tempini.

Die Ehre, den Startschuss in Zürich zu geben, hat der Meilemer Peter Bamert, seines Zeichens Mitglied des Organisationskomitees.

Unterhaltungsprogramm mit Festzelt und

Wie immer ist auch in Meilen für Unterhaltung an der Marathon-Strecke gesorgt: Bei der Seebadgarage an der Seestrasse 269 in Feldmeilen gibt die Pfanne Steel Band den Athleten den Rhythmus vor. Ist der Wendepunkt in Meilen bald erreicht, rocken «Icebreaker» an der Kreuzung Seestrasse/Dorfstrasse; von 9.20 - 11.15 Uhr spielt die Band Covers von AC/DC, Rolling Stones, Status Quo, Deep Purple, ZZ-Top, Bryan Adams, Alanis Morissette und vielen anderen mehr. Icebreaker spielen am Nachmittag auch im Festzelt an der Winkelstrasse. Die 1994 von den beiden Gitarristen gegründete Coverband tourte schon in unterschiedlichen Formationen durch die Deutschschweiz und ist mit Volldampf unterwegs. Nach der Wechselzone TeamRun an der Seestrasse/Winkelstrasse bei der Fähre macht die «4Plus Musig» Stimmung: «Das isch Musig!»

Im Festzelt an der Winkelstrasse heisst die Festwirtschaft der Söihundscheibe-Gugge Zuschauer und die Läufer-schar beim Marathon-Frühshoppenkonzert willkommen.

Das Festzelt ist bis am Nachmittag um 17.15 Uhr geöffnet; um 16.30 Uhr werden die Meilemer Finisher offiziell dort empfangen und geehrt.

(zvg)



Volksläufe boomen in der Schweiz - nicht aber Marathons. Das Bild zeigt Läufer 2011 auf der Quaibrücke. Foto: Nicola Pittaro

Der Trick der Schweizer Marathons

«Teilnehmerrekord!» meldet Zürich vor seiner 14. Austragung von morgen. Dabei absolvieren immer weniger Läufer die Hauptdistanz. Nur dank weiterer Kategorien geht die Bilanz auf - auch in anderen Städten.

Christian Brügger

Die Schweiz ist eine Laufnation. Nirgends ist die Dichte an Massenrennen höher als in unserem Land. Dazu eine rechnerische Spielerei: 37108 Bewegungsfreunde klassierten sich im vergangenen Jahr an der Escalade in Genf, dem grössten hiesigen Lauf. Wollten die USA eine solche Zahl im Verhältnis zu ihrer Bevölkerung erreichen, müssten 1,48 Millionen Jogger auf einmal zusammenkommen. An ihrem grössten Rennen, dem Marathon in New York, sind es aber knapp 50000 Finisher - und diese reisen erst noch aus allen Ecken der Welt an.

Es müsste für Schweizer Marathonveranstalter folglich leicht sein, eine stattliche Zahl an Teilnehmern anzulocken, würde man meinen. Das Gegenteil ist richtig. Sie haben sich mit geradezu kümmerlichem Interesse auseinandergesetzt: In Lausanne erreichten im letzten Jahr gerade einmal 1274 das Ziel, in Luzern 1439, in Basel 299, in Winterthur 195. In Zürich liefen 2694 bei der letzten Austragung am Seebecken ein. Dabei darf sich auch der bevölkerungsreichste Kanton als Laufzentrum bezeichnen: Mit dem Silvesterlauf (20744 Klassierte), der Sola-Stafette (12527) und dem Greifenseelauf (12357) zählen gleich drei Rennen zu den Top 10 der Schweiz betreffend Finisherzahl.

Die Metropolen locken

Mit den Veranstaltungsjahren aber scheint den Marathonläufern in Zürich der Schnauf ausgegangen zu sein: Meldeten sich im Rekordjahr 2004 noch 7476 an, sind es für die 14. Austragung von morgen Sonntag 3056. Weniger waren es bloss vor drei Jahren mit 3029. Die Gründe für diesen Schwund sowie die Diskrepanz zu kürzeren Rennen sind vielfältig und beginnen bei der Länge. Selbst ein Halbmarathon lässt sich noch

sind für die Mehrheit nicht mit einem Light-Einsatz anständig zu schaffen.

Hinzu kommt, dass die Rennen in Zürich, Luzern oder Lausanne ja nett zu laufen sind: Irgendwann aber will der Schweizer Marathonsammler auch einmal ins Ausland und damit in die grossen Metropolen wie New York, Chicago, London, Berlin oder Tokio. Schliesslich lassen sich damit gleich zwei Vorteile vereinen: der Reisespass und der Stolz, bei einem der wichtigsten Events im eigenen Sport dabei gewesen zu sein. Diesen Wow-Faktor kann keiner der hiesigen Organisatoren offerieren.

Weil auch ihre Rechnungen aufgehen müssen, sind sie kreativ geworden - und können wie die Zürcher dann durchaus solide Zahlen vermelden. Vor sechs Jahren führte Organisator Bruno Lafranchi eine Staffel ein. Teamrun nennt sie sich. Vier Läufer teilen sich die Marathon-

distanz. Vor drei Jahren fügte Lafranchi den Cityrun über 10 km hinzu und darf sich morgen über fast 10000 Teilnehmer freuen. Rekord!

Ein Berglauf ist die Nummer 1

Der Teamrun hat sich zu seinem besten Produkt entwickelt und bringt den früheren Schweizer Marathonrekordhalter doch in argumentative Not. Lange kritisierte Lafranchi seine Veranstalterkollegen, wenn sie unter der Marke Marathon andere Renndistanzen einbauten - und das Hauptprodukt zur Begleiterscheinung verkam. Wo also Marathon draufstand, war dann nicht mehr zwingend immer nur Marathon drin. Zumal die Aufnahme anderer Kategorien in der Regel dazu führt, dass sich die Läuferzahl über die 42,195 km reduziert.

Zürich ist diesbezüglich der Beleg. 4790 Läufer schafften im finalen Jahr

ohne Teamrun die Originaldistanz. Morgen dürften es fast 40 Prozent weniger sein. Die Gegenwart aber vermag auch ein Macher wie Lafranchi nicht zu ignorieren. Schliesslich lebt er vom Laufbusiness. Konsequenterweise müsste er darum einführen, was bislang kein Schweizer Marathonveranstalter tat: eine Zweierstaffel, bei der beide je 21,1 km zurücklegen. Keine Distanz ist beliebter.

Die Kulisse kann Lafranchi allerdings nicht beeinflussen. Sie aber ist oft entscheidend. Der grösste Schweizer Marathon findet im Berner Oberland statt und bietet einen Panorama-Blick auf Mönch, Eiger und Jungfrau: der Jungfrau-Marathon mit 4099 Klassierten. Für dieses spezielle Bergrennen reisen auch viele Ausländer, also Marathonsammler an. Zürich, Luzern oder Genf lassen sie hingegen aus. Sie sind ihnen schlicht zu unattraktiv.

14. Zürich Marathon - Sonntag, Start 8.30 Uhr



Schlaufe in Zürich, dann nach Meilen
Nach einer 10-km-Schlaufe in der Stadt führt die Marathonstrecke zum Wendepunkt in Meilen und zurück ins Ziel am Mythenquai. Der Teamrun findet auf derselben Strecke statt, ein Quartett teilt sich die 42,195 km auf (9; 11,7; 4; 17,5 km). Angekündigt ist Regen- und Schneesowjetter bei rund 7 Grad - die Nässe könnte vor allem auf der längsten Distanz unangenehm werden.

Jagd auf die Olympiaqualifikation
Die Schweizer Adrian Lehmann und Michael Oit, beide schon für die EM in Amsterdam qualifiziert, wollen nun den Richtwert für die Olympischen Spiele in Rio unterbieten. Erreichen müssen sie dafür eine Zeit von 2:14 Stunden, Lehmanns Bestzeit liegt bei 2:15:09 (Berlin, 2015), Otts bei 2:16:53 (Zürich, 2013). Favorit auf den Sieg ist der Japaner Yuki

3056 Marathon-, 4400 Teamläufer
9929 Läuferinnen und Läufer mit 85 Nationalitäten laufen in den drei Kategorien Marathon, Team und City-Run (10 km). Dabei ist der jüngste Teilnehmer 13 Jahre alt, die beiden ältesten sind 80-jährig - und starten über die 42,195 km. Das Mythenquai ist bis 17 Uhr gesperrt, die anderen Strecken bis 15 Uhr. (mos)

Jahr	Klassierte seit der ersten Austragung	Marathon	Teamläufer	10 km
2015	2694	3684	2287	
2014	2652	3512	2415	
2013	2556	3220	1959	
2012	2916	3140	1632	
2011	3175	2592		
2010	2674	1280		
2009	4790			
2008	4599			
2007	4642			
2006	5054			



Der Genfer Julien Lyon nimmt den Weg zurück nach Zürich unter die Füße. Er klassierte sich als Dritter und bester Schweizer.

Bilder André Springer

Bei Schneeschauern um die Wendeschlaufe

MEILEN Der Zürich-Marathon ist in diesem Jahr noch ein Stück härter als sonst gewesen. Das Gros der Läuferinnen und Läufer passierte den Wendepunkt in Meilen völlig durchnässt von Regen und sogar Schnee.

Der Zürich-Marathon hat den Ruf, der schnellste Marathon der Schweiz zu sein. Flache Strecke, schneller Belag, kaum Richtungswechsel und breite Strassen sollten eigentlich Spitzenzeiten garantieren. Ein Augenschein am Wendepunkt in Meilen gestern Sonntagmorgen macht aber rasch einmal klar, dass die äusseren Bedingungen bei der 14. Auflage des Grossanlasses keine Rekorde oder persönliche Bestzeiten zulassen würden. Denn es herrscht Aprilwetter, wie es im Buche steht: Eisiger Wind und Temperaturen wie im Januar haben das T-Shirt-Wetter von letzter Woche abgelöst. Vor den Abschränkungen bei der Fähre wärmen sich Kantonspolizisten und Streckenposten mit Freübungen auf. Regenschirme, so weit das Auge reicht, sind in den Zuschauerrängen aufgespannt.

Eine Vielzahl der Zuschauer steht an der Winkelstrasse. Das enge Strässchen mit der anschliessenden Linkskurve in die

Dorfstrasse ist alle Jahre wieder der Wendepunkt am Zürich-Marathon. «Marathon ist cool», sagt ein dick verummter Fan und meint damit nicht bloss die Temperatur. Ein paar Dutzend Meter weiter sind auf langen Tischen die Getränke für die Athletinnen und Athleten aufgestellt. Georg Spörri, Präsident des Leichtathletikclubs Meilen, und eine Handvoll Vereinsmitglieder betreuen wie alle Jahre den Stand. «Viel trinken werden die Läufer bei dieser Kälte nicht», sagt Spörri. Zum Rennen sei es aber immer noch weniger schlimm, als wenn es extrem heiss wäre.

Mit verzerrtem Gesicht

In den Zuschauerreihen wird nun geklatscht – die ersten Läufer und Läuferinnen treffen bei Kilometer 24,5 ein. Genau in diesem Moment setzt ein Schneeschauer ein. Selbst die Schnellsten haben sich den widrigen Bedingungen angepasst und legen nicht Wert auf ein möglichst aerodynamisches Tenü. Mützen, Handschuhe, Armschoner und lange Socken gehören zur Tagesordnung. Je grösser die Abstände werden, desto mehr scheint das Leiden der Läufer ausgeprägt. Gesichter sind verzerrt: halb offener Mund, zusammengekniffene Augen, die komplette Konzentration auf das eigene Tun gerichtet und ein Blick, der kaum mehr etwas wahrnimmt.

Fast macht es den Anschein, als seien einige schlotternd unterwegs. Jene, welche die Zusatzschlaufe noch vor sich haben, schauen vielfach neidisch auf die



Eine Guggenmusik feiert die warm angezogenen Sportler an, und ein kleiner Fan hat Verpflegung nötig.

gegenlaufen. Die Distanz abzulesen, muss ihnen wehtun. Sie rennen aber unverdrossen weiter.

Staffelläufer als Farbtupfer

Meilen ist auch Standort für die Wechselzone im beliebten Teamrun. Zumindest die Outfits jener Hobbyläufer, die in Staffeln zu vier Läufern unterwegs sind, sind frühlingshaft bunt. Farbig ist al-



Die Schlange von nassen Sportlern in Meilens Zentrum.

«Immer noch weniger schlimm, als wenn es extrem heiss wäre.»

Georg Spörri,
Präsident LC Meilen

chen», sagt Roger Gerber, der für ein Team aus der Finanzwirtschaft läuft. Er trage spezielle Unterwäsche, sagt auch Michael Welti, ein US-Schweizer aus Atlanta. Ironie des Schicksals: Als die Schnellsten am Mythenquai längst ins Ziel gelaufen sind, regnet es in Meilen nur noch nieselerartig und der Himmel lichtet sich ein klein wenig. Die leichte Wetterbesserung kommt ebenjenen

Zürichsee-Zeitung

ZRZ
Zürcher Regionalzeitungen

Bezirk Meilen

Blumenrain ist bezugsbereit

Für 52 Millionen Franken hat Zollikon ein zeitgemässes Alterszentrum erhalten. **SEITE 5**

Launige Lesung

Der bekannte Kolumnist Max Küng hat in Stäfa seinen ersten Roman vorgestellt. **SEITE 7**

Triumph nur knapp verpasst

Michael Albasini zeigte bei Lüttich-Bastogne-Lüttich als Zweiter eine starke Leistung. **SEITE 20**



Yuki Kawauchi liess sich vom garstigen Wetter nicht beeindrucken und siegte am Zürich-Marathon letztlich unangefochten.

Keystone

Japaner gewinnt in der Kälte

LEICHTATHLETIK Der Schnellste am diesjährigen Zürich-Marathon kam aus Japan: Yuki Kawauchi holte gestern Morgen den Sieg. Bei den Frauen triumphierte eine Schweizerin.

Mit einer Minute Vorsprung auf den Äthiopier Abere Bealy gewann Yuki Kawauchi den bei

garstigem Wetter ausgetragenen Zürich-Marathon. Der Japaner kam nach 2:12:03,9 ins Ziel. Im Rennen der Frauen setzte sich die Schweizerin Daniela Aeschbacher in 2:47:39,9 durch. Bis zum Wendepunkt in Meilen hatte alles nach einem Duell zwischen der Vorjahressiegerin Yoshiko Sakamoto (Japan) und der Deutschen Katharina Heinig ausgesehen.

Die beiden gaben dann aber kurz nacheinander das Rennen auf.

Ott gab auf

Aus Schweizer Sicht war von grossem Interesse, was sich in der zweiten Gruppe hinter Kawauchi und Bealy abspielen würde. Adrian Lehmann (LV Langenthal) und der Kilchberger Michael Ott (TVU Zürich) hatten

eigens zwei Tempomacher aus Kenia eingeflogen. Dem Schweizer Duo bot sich die letzte Möglichkeit, sich mit einer Zeit von unter 2:14 Stunden für die Olympischen Spiele in Rio de Janeiro zu qualifizieren. Entsprechend offensiv starteten sie. Auch der Genfer Julien Lyon, der schliesslich als Dritter ins Ziel kam, hatte angekündigt, sich dieser Gruppe

anzuschliessen und die Olympialimite anzugreifen. Für Lyon und Lehmann stimmte das Tempo bis zur Halbmarathonmarke perfekt - diese passierten sie nach 1:07:03. Ott hatte die Pace früh nicht mehr halten können und gab auf. Lyon und Lehmann wurden nachher zunehmend langsamer und die Olympialimite entglitt ihnen. **si/zz SEITEN 3 + 21**

Kein Wetter für Olympia-Träume

LEICHTATHLETIK Schnee, Regen und Kälte bremsten die Elite-Athleten am Zürich-Marathon auf ihrem Weg zu Topzeiten. Besonders davon betroffen waren Michael Ott aus Kilchberg und der Berner Adrian Lehmann. Ersterer musste das Rennen aufgeben.

Das, was die Läuferinnen und Läufer am Zürich-Marathon antrafen, begeisterte die wenigsten: Regen, vermischt mit Schnee, eine nasse Strasse mit zahlreichen Wasserlachen. Betroffen davon waren alle, die Volksläufer, denen es ums Durchkommen und Meistern der magischen 42,195 km ging. Aber ebenso die Ambitionierten, welche konkrete Zeiten ansteuerten, und die Spitzenathleten, die um Rekorde oder um Limiten liefen.

Zu Letzteren zählten insbesondere die Schweizer EM-Teilnehmer Michael Ott aus Kilchberg und Adrian Lehmann sowie der aktuelle 10-km-Strassenlauf-Meister Julien Lyon. Sie schielten nach Rio und orientierten sich an der Olympialimite von 2:14 Stunden. Diese packen wollten die erst 27-jährigen Lehmann und Lyon, der Berner und der Genfer, wie auch der 34-Jährige vom linken Zürichseeufer. In Anbetracht der ungünstigen Witterung ein schwieriges Unterfangen. Trotz positiven Denkens mussten alle feststellen: «Die Kälte, der Schneeregen machen das Laufen schwierig.» Die Muskulatur kühlte zu stark ab, die Körper verbrauchten zusätzliche Energie zur Wärmeproduktion. Die Glieder – Unter-, Oberschenkelmuskeln und Arme – fühlten sich immer steifer an.

Keine Optionen

Lehmann und Lyon bissen sich durch. «Für mich war Aussteigen und in einer Woche nochmals Anlauf nehmen keine Option», sagte Ersterer. All seine Energie hat er auf Zürich konzentriert. Vom Weg abbringen liess Lehmann sich auch nicht durch stark brennende Augen. «Ich sah fast gar nichts mehr, und wenn der Zustand mit



Im Regen kämpft sich Adrian Lehmann am Zürich-Marathon zwar ins Ziel, doch der Berner verpasst die Olympialimite um rund sechs Minuten.
André Springer

geschlossenen Augen schnell besserte, wurde deswegen das Dilemma nicht kleiner.» Und die Position war nur ein kleiner Trost: «Hätte mir jemand vor dem Ren-

nen Rang 4 angeboten, ich hätte sofort zugeschlagen», meinte er. Nach 2:19:16 Stunden erreichte er das Ziel. Dass bei optimalem Wetter die 2:13 möglich gewesen

wären, betonte er. Und sah sich beispielsweise im Sieger, dem Japaner Yuki Kawauchi und seinen 2:12:03 bestätigt. Dessen persönliche Bestmarke liegt bei 2:08:37.

Auf der geschätzten Differenz von rund 5 Minuten beruhten auch Julien Lyons Gefühlschwankungen. Dem 27-jährigen Genfer glückte mit Rang 3 und 2:16:17 Stunden zwar ein eindrückliches, vielversprechendes und erstaunliches Marathon-Debüt. Die Olympialimite hatte aber auch er vergebens im Hinterkopf gehabt.

Otts doppelte Enttäuschung

Die Zwecklosigkeit aufs Erreichen der 2:14-Stunden-Vorgabe schon früh anerkennen musste Michael Ott (kl. Bild). «Mir war bewusst, dass für dieses hohe 2:13-Ziel alles hätte passen müssen», sagte der Kilchberger. Das tat es nicht, und auch das Gegenstemmen gelang nur eine Zeit lang. Bei Kilometer 10 büsste er den Kontakt zur Lehmann-Gruppe ein. Im «eigenen Rhythmus» fühlte Ott sich rasch aber auch nicht mehr ganz wohl. Nach jedem Kilometer und Blick auf die Uhr hatte er mehr Zeit verloren. Da tauchte der Gedanke «Wie viel Sinn macht das Weiterlaufen?» schnell auf. Bei Kilometer 22 stieg Ott schwer enttäuscht aus.

Ein sehr bitterer Nachgeschmack kommt hinzu: Die Limite für die EM vom Juli in Amsterdam über die Halbmarathon-Distanz vom letzten Herbst in Luzern nützt ihm wohl nichts. Am Vortag des Zürich-Marathons hatte Marcel Berni die Vorgabe und auch Otts Zeit geknackt. So dürfte der Kilchberger beim Selektionsentscheid von Swiss Athletics von heute Montag als Siebter überzählig auf der Strecke bleiben.



Schweizerin triumphiert

Bei den Frauen setzte sich am Zürich-Marathon erstmals seit 2005 (Claudia Oberlin) eine Schweizerin durch. Daniela Aeschbacher (38) aus dem Emmental siegte. Sie erreichte nach 2:47:39 Stunden das Ziel.
Jörg Greb

Föhns eindrückliches Comeback



Mit seinem Sieg bei den Männern 50 sorgte Sigi Föhn für das Topergebnis der Meilemer am Flughafenlauf in Kloten.

1:02:01 Stunden benötigte Sigi Föhn für die 17 km um den Flughafen. Der 56-Jährige war damit klar schnellster in der Kategorie M50. «Mir ist's von A bis Z toll gelaufen, ich bin sehr happy», sagte er. Besondere Bedeutung erlangt die Aussage im Rückblick auf die letzten Monate, wo ihm die Diskushernie immer wieder zu schaffen machte. «Jedes zweite Rennen ging in die Hose», blickte er zurück.

Besonders schmerzlich war's am Zürich Marathon Ende April: Wegen verkrafter Gesässmuskulatur musste er kurz nach Streckenhälfte aufgeben – als Leader bei den M50.

Zu seinem Sieg in Kloten wollte Föhn aber auch betont haben: «Ich konnte nur gewinnen, weil Norbert Hegner

diesmal fehlte.» Der fünf Jahre jüngere Galgener «läuft in einer andern Liga», wie es Föhn ausdrückt. Dank diesem Sieg aber sieht Föhn eine Chance, in der Züri-Lauf-Cup-Gesamtwertung vorne mitzumischen. «Ich hoffe, mir reicht es Ende Jahr wieder unter die besten fünf», sagt er.

Einmal mehr für ein Topresultat sorgte Samira Schnüriger. Die 21-Jährige wurde Gesamtdritte und W20-Zweite. Den Vortritt überlassen musste sie einzig Aude Salord und Daniela Gassmann Bahr. Hinter Gassmann auf Platz zwei bei den W50 klassierte sich Monica Hug. In derselben Kategorie wie Föhn platzierte sich Peter Peter auf Position 3. Einen Sieg bei den M16 errang Cyrill Rüttimann. Für eine starke Vertretung am Geneva Marathon sorgte Philipp Färber. Als Overall 40. belegte er in der Kategorie M50 mit seinen 3:01:34 Stunden Platz 4. Samuel Jud wurde über die 1,4 km Schwimmen, 43 km Velo und 11 km Laufen Dritter im Gesamten, Silvia Brandstetter lief über 700 m Schwimmen, 43 km Velo und 11 km Laufen als zehnte Frau ein und gewann die Alterklasse W55.

(gg)

«Der GP ist nicht ganz mein Ding»



Beim grössten Schweizer Volkslauf, dem Grand-Prix Bern, überlegte Samira Schnüriger mit einem feinen 24. Rang über die Hauptdistanz. Für das grosse Glück sorgte das Ergebnis allerdings nicht.

Immer wieder profiliert sich Samira Schnüriger – über die Halbmarathon-Distanz, über 10 Kilometer, bei den verschiedenen Distanzen des Züri-Lauf-Cups. Am Grand-Prix Bern, dem bedeutendsten und grössten Schweizer Volkslauf indes, vermochte die 21-Jährige ihr Können auch in diesem Jahr nicht wunschgemäß abzurufen. Ihre Zeit von 1:05:07 Stunden für die anspruchsvollen 16,094 km sorgte nicht für die grosse Genugtuung und somit auch nicht der neunte Rang bei den Frauen W20 und der höchst beachtliche 24. Gesamtrang unter den 1190 klassierten Frauen über diese Distanz. Doch Schnüriger bilanzierte: «Es war ein Krampf.»

Zum zweiten Mal erst nahm Schnüriger die berühmte Strecke in Angriff. Sie tat dies offensiver als vor einem Jahr. Mit der Durchgangszeit von 18:46 Minuten für die zum Teil stark abfallenden ersten fünf Kilometer hatte sie sich im Vergleich zum Vorjahr eine Reserve von rund einer Minute herausgeholt. Doch das Risiko zahlte sich nicht aus. «Dort, wo's flach wurde und eigentlich mein Terrain kam, waren meine Beine sauer, und von ihnen kam nicht mehr das Gewünschte», beschrieb sie. Und dieses Befinden liess sich nicht überwinden. Die Reserve im Vergleich zum Vorjahr wurde kleiner und kleiner. Sie erreichte das Ziel mit einer neuen persönlichen Bestmarke. Die Steigerung aber entsprach lediglich fünf Sekunden. Sie sagte: «Das ist nicht das, was ich mir vorgenommen hatte.» Und zog daraus den Schluss, dass diese GP-Strecke nicht zu ihr passt, dass sie mit dem Auf und Ab und den langen Abschnitten über Kopfsteinpflaster nicht gut zurechtkommt.

Doppelsieg in Wohlen

Für eine Schlagzeile sorgten am Pfingstlauf in Wohlen auch Peter Peter und Sigi Föhn. Die beiden LCM-Senioren belegten in der Kategorie M50 die Ränge 1 und 2 und feierten damit einen Doppelsieg vor dem bekannten Volksläufer Erwin Müller.

Es handelte sich um eine klare Dominanz. 35:55 Minuten benötigte Peter, 15 Sekunden mehr Föhn, Müller aber war aber fast eine zusätzliche Minute unterwegs. Im Overall-Klassament belegten Peter und Föhn die guten Positionen 9 und 10.

(gg)

«In der Form meines Lebens»



Mit seinem achten Gesamtrang und dem souveränen Sieg bei den M50 am Wylandlauf erbrachte Sigi Föhn den Beweis seiner hervorragenden Leistungsfähigkeit.

Man muss sich das vorstellen: Ein 56-Jähriger mitten unter Widersachern, von denen viele seine Söhne sein könnten. 33, 30, 27, 22, 16 und 11 Jahre jünger sind Fikru Dadi, Christian Mathys, Estefanus Hailemichael, Mo-hammednur Hamd, Raphael Sprenger, Etienne Wolf und Jens-Michael Gos-sauer – alles bekannte Namen in der Laufszene. Für die Senioren-Topleistung verantwortlich zeichnete am Wylandlauf im Rahmen des Züri-Lauf-Cups Sigi Föhn.

Die Klasseleistung des Meilemers zeigte sich nicht nur im Klassement, sondern auch bei der Zeit. In 52:46 Minuten legte er die 14,85 km mit den 58 Höhenmetern zurück. Nur gut sieben Minuten büsste er damit auf die Siegerzeit des Äthiopers Dadi ein. «Toll, mir ist's wirklich gut gelaufen», sagte Föhn und verwies auf seinen Kilometerschnitt von 3:33 Minuten. «Dieser Wert stimmt mich im Hinblick auf meine nächsten Einsätze sehr zuversichtlich», ergänzte er.

Systematik im LCM gelernt

Nachdem Föhn im vergangenen Herbst mit einer Diskushernie weit und lange zurückgeworfen worden war, steigt nun seine Formkurve kontinuierlich an. «Ich habe viel getan und befinde mich in der Form meines Lebens», sagt er freudestrahlend. Dem, der jetzt stutzt und sich fragt, wie's denn vor 35 oder 25 Jahren gewesen sein, entgegnet Föhn, dass er erst vor rund vier Jahren ernsthaft mit dem Laufen begonnen habe. «Erst als ich im LC Meilen zu trainieren begann, lernte ich, was systematisches Laufen bedeutet», sagt er.

Podestplatz als Ziel

Föhn blickt nun zuversichtlich in die Zukunft. Er setzt weiter auf den Züri-Lauf-Cup und erachtet einen Podestplatzes in der Schlusswertung in seiner Alterskategorie als möglich. Ebenfalls profilieren will er sich fortan über längere Distanzen, zum Beispiel am Swiss Alpine Marathon Ende Juli oder an der Schweizer Halbmarathon-Meisterschaft Anfang September in Sarnen.

Neben Föhn realisierten Abigail Febrey und Cyrill Rüttimann Kategoriensiege im Nachwuchslauf. Über die Originaldistanz vierte Ränge in ihren Alterskategorien glückten Anita Wiesli (W40/8), Philipp Färber (M50/15.). Auf Rang fünf schafften es Anita Ribary (W50/16.), Patric Masar (M40/15.) und Peter Peter (M50/21.)

(gg)

Sigi Föhn in der Form seines Lebens

MEILEN Mit seinem achten Gesamtrang und dem souveränen Sieg bei den M50 am Wylandlauf erbrachte Sigi Föhn vom LC Meilen den Beweis seiner hervorragenden Leistungsfähigkeit.

Ein 56-Jähriger läuft mitten unter Widersachern, von denen ein Grossteil seine Söhne sein könnten. 33, 30, 27 (2), 22, 16 und 11 Jahre jünger waren Fikru Dadi, Christian Mathys, Estefa-

nus Hailemichael, Mo-hammednur Hamd, Raphael Sprenger, Etienne Wolf und Jens-Michael Gossauer – alles bekannte Namen in der Laufszene. Für die Senioren-Topleistung verantwortlich war am Wylandlauf im Rahmen des Züri-Lauf-Cups Sigi Föhn. Föhns Klasseleistung zeigte sich nicht nur im Klassement, sondern ebenso bei der Zeit. In 52:46 Minuten legte er die 14,85 km mit den 58 Höhen-

metern zurück. Nur gut sieben Minuten büsste er damit auf die Siegerzeit des Äthiopers Fikru Dadi ein. «Toll, mir ist's wirklich gut gelaufen», sagte Föhn und verwies auf seinen Kilometerschnitt von 3:33 Minuten. «Dieser Wert stimmt mich im Hinblick auf meine nächsten Einsätze sehr zuversichtlich», sagte er. Nachdem Föhn im vergangenen Herbst mit einer Diskushernie weit und lange zurück-

Systematik im LCM gelernt

Dem, der jetzt stutzt und sich fragt, wie denn vor 35 oder 25 Jahren gewesen sein, entgegnet Föhn, dass er erst vor rund vier Jahren ernsthaft mit dem Laufen begonnen hat. «Erst als

geworfen worden war, steigt seine Formkurve kontinuierlich an. «Ich habe viel getan und befinde mich in der Form meines Lebens», sagt er freudestrahlend.

Systematik im LCM gelernt
Dem, der jetzt stutzt und sich fragt, wie denn vor 35 oder 25 Jahren gewesen sein, entgegnet Föhn, dass er erst vor rund vier Jahren ernsthaft mit dem Laufen begonnen hat. «Erst als

Zürichsee-Zeitung Bezirk Meilen
Donnerstag, 23. Juni 2016

an der Schweizer Halbmarathon-Meisterschaft in Sarnen. Neben Föhn realisierten vom LC Meilen Abigail Febrey und Cyrill Rüttimann Kategoriensiege im Nachwuchslauf. Über die Originaldistanz vierte Ränge in ihren Alterskategorien glückten Anita Wiesli (W40 / 8. Gesamtrang) und Philipp Färber (M50/15.). Auf Rang 5 schafften es Anita Ribary (W50/16.) und Patric Masar (M40/15.) und Peter Peter (M50/21.).

Leichtathletik



ZÜRISPORT

#1 März 2016

Fitte Senioren

Sport in der dritten Lebensphase



Leserumfrage:
Mitmachen
und gewinnen
zss.ch

Raus an die Luft

Boot Camp in der City

Angelica Moser

Auf einen Sprung nach Rio

Kopfstand statt Ruhestand

Von wegen altes Eisen: Beim Besuch des TSV Riesbach Zürich turnt die Seniorenriege vor, wie man sich im Alter fit hält – mit Pilates-Übungen und Beinlifts. Ziel des kombinierten Ausdauer- und Muskeltrainings ist die Prävention von Unfällen.

«Turnen ab 50» im Turn- und Sportverein Riesbach unter Leitung von Peter Schildknecht.

Besuch beim TSV Riesbach Zürich. In der Schulturnhalle Hofacker in Hirslanden haben sich an diesem Dienstagabend zehn, zwölf Hobbysportler in bunten Trainingsanzügen zum wöchentlichen «Turnen ab 50» versammelt. Die Seniorenriege des Vereins ist eine feste Clique, man kennt und schätzt sich, die älteren Mitglieder sind seit fünfzehn

oder zwanzig Jahren mit dabei. Ihr Trainer, Peter Schildknecht, hält dem TSV Riesbach sogar seit Kindertagen die Treue: Der sportliche Rentner war Kunstturner, spielte 20 Jahre lang bei Faustballmeisterschaften mit, wurde Jugend- und Männerriegeleiter, dann Präsident des Vereins und schliesslich «Cheftrainer» der Senioren. Damit der Sport ein wichtiger Teil

seines Lebens bleibt, hält sich der 75-Jährige mit regelmässigem Tennisspielen und täglicher Gymnastik fit. Für den Zürisport wird an diesem Abend eine Ausnahme gemacht und «Damenbesuch» erlaubt – «ansonsten sind wir aber froh, dass wir unter uns sind», sagt Schildknecht lachend, «das ist erfahrungsgemäss einfacher.» Zu Beginn jeder Lektion lässt der Leiter der Seniorenriege seine Männer eine lockere Runde Faustball spielen – «zum Austoben», wie er augenzwinkernd meint. Auf den 15-minütigen Spass folgt das eigentliche Ausdauer- und Muskeltraining, das Schildknecht mit seiner Trillerpfeife und einem «Spruch zum Tag» einläutet – heute mit einem Zitat von Orson Welles: «Für den wahren Lebenskünstler ist die schönste Zeit immer die-

jenige, die er gerade verbringt.» Dann gehts auch schon los mit dem Aufwärmen: Schulterern lockern, Halsmuskulatur dehnen, Rückwärtsläufen, Arme schwingen, Knie beugen, Hüften kreisen, und das alles möglichst synchron und im Takt der Musik. Heute wechseln sich französische Chansons mit Popklassikern ab, auf den amerikanischen Country-Song «Take Me Home, Country Roads» folgt der Kelly-Family-Hit «Angel». Die rhythmische Gymnastik trainiert Beweglichkeit, Feinkoordination, Reaktionsvermögen und Gleichgewicht – Fähigkeiten, die die Teilnehmer im Alltag vor Stürzen bewahren sollen. «Stolpern und Hinfallen, das sind in unserer Altersklasse die beiden grössten Gefahren», hat Peter Schildknecht vor dem Kurs bei einem Kaffee im

Fit im Alter

In der Sport-Datenbank unter sportamt.ch finden sich rund 20 Turnvereine mit eigener Seniorenabteilung. Ein breites Angebot für ältere Semester bietet Pro Senectute Kanton Zürich, wo jährlich über 15 000 Seniorinnen und Senioren mittun. Telefon 058 451 51 00

Am 20. März «Fit im Alter», kostenloser Vortrag in der ETH Hönggerberg, 11 und 14 Uhr, im Hörsaal J3.

Ein 80-Jähriger auf Goldkurs

Interview

Der Zumiker Hans Blöchliger ist der schnellste Sprinter der Welt – in der Kategorie Ü80. Der Senioren-Weltmeister über seine späte Karriere und Leistungssport im Alter.

Mit Hans Blöchliger sprach Alice Werner

Sie sind ihr eigener Trainer – müssen Sie den ehrgeizigen Sportler in sich manchmal zügeln?

Herr Blöchliger, Ihre Sportlerkarriere verläuft irgendwie verkehrt herum: In Ihrer Jugend waren Sie kein überragender Athlet, erst im Seniorenalter laufen Sie der internationalen Konkurrenz davon. Wie kommts?

Ich bin seit über 60 Jahren im Leichtathletiksport aktiv, 13-mal habe ich als Senior an WM- und EM-Wettkämpfen teilgenommen. Mittlerweile kenne ich mich selbst, meinen Körper und meine Leistungsfähigkeit genau. Aber Sie haben recht: Erholung ist das Wichtigste. Man muss auf seinen Körper hören und Rücksicht nehmen, gerade im Alter. Zu viel sportlicher Ehrgeiz schadet eher. Daher baue ich im Training auch immer ganz bewusst kleine Pausen ein.

Ich sage immer: Ich bin nicht schneller, aber die anderen sind viel, viel langsamer geworden (lacht). Ein gewisser Leistungsrückgang im Alter ist ja normal – aber bei mir hält er sich in Grenzen. Über die 100-Meter-Distanz bin ich in den letzten Jahren in etwa gleich schnell geblieben. Mein Körper schlägt sich tapfer, ich habe zum Glück keine Probleme mit Gelenken, Sehnen oder Muskeln.

2015 war Ihr Erfolgsjahr: Bei der Senioren-WM in Lyon gewannen Sie Gold über 100 Meter und Silber über 200 Meter. Bei welchem Turnier wollen Sie als nächstes abräumen?

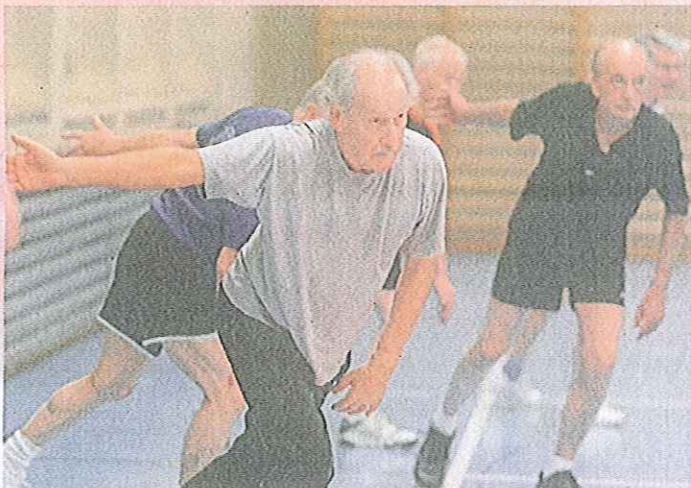
Wie halten Sie sich auf diesem Leistungsniveau fit?

Die Senioren-Weltmeisterschaften finden dieses Jahr auf der anderen Seite der Erde, in Australien, statt. Aufgrund der anstrengenden Reise werde ich leider nicht antreten, um meinen Titel zu verteidigen. Aber bei der EM 2017 in Dänemark möchte ich dabei sein. In der Schweiz und auch in Österreich habe ich in meiner Altersklasse einfach zu wenig Konkurrenz.

Während der Saison trainiere ich viermal pro Woche. In Zumikon gibt es sehr schöne Laufstrecken, um Schnelligkeit zu üben – beim Sprint kommt es ja vor allem auf den richtigen Start an. Langlaufen ist ein wunderbares Ganzkörpertraining für die Wintermonate. Ausserdem gehe ich regelmässig zum Krafttraining und mache täglich Gymnastik.



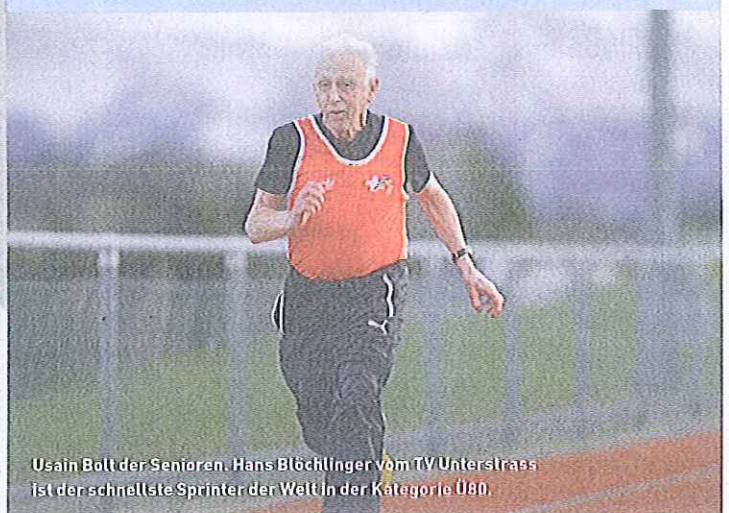
Bei den Frauen nimmt der Anteil der sportlich sehr Aktiven bis in die älteste Altersgruppe kontinuierlich ab. Bei den Männern geht der Anteil der sehr aktiven Sportler bis zur Altersgruppe der 45- bis 59-Jährigen stark zurück und steigt bei über 60-Jährigen nochmals an. Bei den Männern wird der Gewinn an freier Zeit also nach der Pensionierung unter anderem für sportliche Aktivitäten genutzt. (Quelle: Sport in der Stadt Zürich 2014, Sportamt der Stadt Zürich)



Restaurant Fuchsli – einem der Stammlokale der Senioren – erklärt. Sein sportliches Programm baut daher konsequent auf Risikoprävention und Unfallverhütung. Damit über die Jahre keine Langleweile aufkommt, überlegt er sich für jede Woche andere Trainingseinheiten und lässt sich von Pilates-Workouts und Gymnastiksendungen im Fernsehen inspirieren. Tatsächlich kommen einem viele der Übungen zur Kräftigung der Muskulatur, die die Männer nun schwitzend und schnaufend auf Matten absolvieren, aus dem eigenen Fitness- und Yogastraining bekannt vor: Seitstütze, Beinlifts, Situps, Hüftheben, Seitbeugen. Bei allen Übungen gilt die Maxime: Jeder macht nur so viel, wie ihm guttut. «Es geht ums Wohlbefinden und nicht um Leis-

tung», betont Schildknecht. Wer also aus der Puste kommt, verschnauft kurz, wer Schmerzen hat, pausiert. Und wer einfach einen faulen Tag hat, schummelt sich durchs Programm – und freut sich schon mal auf Schnitzel und Bier. Denn nach getaner sportlicher Arbeit geht die Männerrunde noch in die Beiz: Der wöchentliche Stammtisch ist (mindestens) genauso wichtig wie das Turnen. Zum gemeinsamen Essen und Plauschen kommen auch Mitglieder, die das Sporttreiben aus Altersgründen aufgeben mussten – Kameraden bleiben sie trotzdem. So fördert der Verein nicht nur die körperliche, sondern auch die soziale Gesundheit.

Text: Alice Werner
Fotos: Hansjörg Egger



Usain Bolt der Senioren. Hans Blöchliger vom TV Unterstrass ist der schnellste Sprinter der Welt in der Kategorie Ü80.

Schnelle Kids auf der Sportanlage Allmend



Am Samstag, 4. Juni führte der LC Meilen auf der Sportanlage Allmend gleich zwei Wettkämpfe durch: «Dä schnällschi Meilemer» und anschliessend den UBS Kidscup.

Bei besten Wetterverhältnissen und dank vielen freiwilligen Helfern erhielten die Kids tolle Rahmenbedingungen.

Neue «Schnellste» gekürt

Beim «Schnällschi Meilemer» wetteiferten über 100 Mädchen und Buben im Alter von 7 bis 15 Jahren um die begehrten Medaillen. Jeweils die zwei Erstklassierten pro Jahrgang qualifizierten sich für den Kantonalfinal. Die Kids wurden von ihren Eltern und Begleitern lauthals unterstützt und zeigten viele packende Rennen über 50, 60 und 80 Meter.

Dieses Jahr dürfen sich folgende Kinder und Jugendliche «schnällschi Meilemer» nennen: Michelle Urech (Jg. 01), Seraina Joho (Jg. 03), Anna Gatti (Jg. 04), Sian Hari (Jg. 05), Carla Maligec (Jg. 06), Annina Hirzel (Jg. 07), Kate Muhr, (Jg. 08), Isabella Rincon (Jg. 09), Simon Blum (Jg. 01), Tom Dawson (Jg. 02), Camilo Irarragorri (Jg. 03), Tim Federspiel (Jg. 04), Nicola Brack (Jg. 05), Elieonai Buka NGoma, (Jg. 06), Jan Andrea Galli (Jg. 07), Luca Brack (Jg. 08) und Ronni Länts (Jg. 09). Herzliche Gratulation!



Starkes LC Meilen Trio bei den M11 (Ronny Wüthrich, Nils Serck-Hansen, Nicola Brack).
Foto: zvg

Teilnahme am Kantonalfinal wahrscheinlich

Der straffe Zeitplan konnte eingehalten werden: Gleich im Anschluss an die Siegerehrung traten die wiederum 100 Kinder im Alter von 7 bis 15 Jahren beim UBS Kidscup an. Jeweils gruppenweise starteten sie über die Sprintdisziplin 60 m, Weitsprung und Ballwurf. Auch hier wurden tolle Resultate erreicht, und das Wetter half mit. Manchmal zogen zwar tiefschwarze Regenwolken auf, machten jedoch kurz vor der Anlage Halt und verschonten die Kinder mit Regen. Wie jedes Jahr wurde der LC Meilen durch Mitarbeiter der UBS-Filiale Meilen tatkräftig unterstützt.

Momentan befinden sich folgende LC-Meilen-Kids unter den zehn Bestklassierten, die mit einer Teilnahme am Kantonalfinal vom 28. August in Win-

terthur rechnen können: Mia Heusser, Seraina Joho, Michelle Urech, Ronny Wüthrich, Luca Brack, Loginos Gkrillas, Ronni Länts, Robin Egger und Severin Joho, welcher mit seinen 5.48 m im Weitsprung und 55.33 m im Ballwurf wertvolle Punkte sammeln konnte.

Morgen ist schon der nächste Wettkampf

Am Samstag, 18. Juni ab 10.30 Uhr findet der nächste grosse Wettkampf des LC Meilen statt. Beim Qualifikations-Wettkampf messen sich knapp 200 Kinder im Alter von 13 bis 15 Jahren aus dem ganzen Kanton in den Disziplinen Hochsprung, Weitsprung, Kugelstossen, Diskus, Speerwurf und 600-m-Ausdauerlauf. Zuschauer sind herzlich willkommen!

(gur)

Zwei Meilemer Wettkämpfe

MEILEN In Meilen fanden am vorletzten Wochenende gleich zwei Sprint-Veranstaltungen statt. Beim «Schnällschte Meilemer» qualifizierten sich jeweils zwei Läufer pro Kategorie für den Kantonalfinal.

Am Samstag, 4. Juni, führte der LC Meilen auf der Sportanlage Allmend zwei Wettkämpfe durch. Am Vormittag war es «Dä schnällschi Meilemer», nachmittags der UBS Kids Cup. Bei besten Wetterverhältnissen und mit vielen freiwilligen Helfern verfügten die Kids über tolle Rahmenbedingungen. Beim «Schnällschte Meilemer» wetteiferten über 100 Mädchen und Buben im Alter von 7 bis 15 Jahren um die begehrten Medaillen. Jeweils die zwei Erstklassierten pro Jahrgang qualifizierten sich für den Kantonalfinal.

Die Kids wurden von ihren Eltern und Begleitern lauthals unterstützt und zeigten viele packende Rennen über 50, 60 und 80 Meter. Im Anschluss an die Siegerehrung konnte der straffe Zeitplan eingehalten werden, und die wiederum 100 Kinder im Alter von 7 bis 15 Jahren starteten mit ihrem UBS Kids Cup. Jeweils gruppenweise starteten sie über die Sprintdisziplin 60 Meter, Weitsprung und Ballwurf. Auch hier wurden tolle Resultate erreicht, und das Wetter half mit.

Tiefschwarze Wolken

Zeitweise zogen tiefschwarze Regenwolken auf, machten kurz vor der Anlage Halt und verschonten uns mit Regen. Wie jedes Jahr wurde der LC Meilen

durch Mitarbeiter der UBS-Filiale Meilen tatkräftig unterstützt. Momentan befinden sich folgende LC-Meilen-Kids unter den zehn Bestklassierten, die mit einer Teilnahme am Kantonalfinal vom 28. August in Winterthur rechnen können: Mia Heusser, Seraina Joho, Michelle Urech, Ronny Wüthrich, Luca Brack, Loginos Gkrillas, Ronni Länts, Robin Egger und Severin Joho, welcher mit seinen 5,48 Metern im Weitsprung und 55,33 Metern im Ballwurf wertvolle Punkte sammeln konnte.

Am Samstag, 18. Juni, ab 10.30 Uhr findet der nächste grosse Wettkampf des LC Meilen statt. Beim Qualifikationswettkampf messen sich knapp 200 Kinder im Alter zwischen 13 und 15 Jahren aus dem ganzen Kanton in den Disziplinen Hochsprung, Weitsprung, Kugelstossen, Diskus, Speerwurf und 600 Meter Ausdauerlauf. e

GEWINNER

Schnellste Meilemer

Folgende Kinder dürfen sich «Schnällschte Meilemer» nennen: Michelle Urech (Jg. 2001), Seraina Joho (2003), Anna Gatti (2004), Sian Hari (2005), Carla Maligec (2006), Annina Hirzel (2007), Kate Muhr (2008), Isabella Rincon (2009), Simon Blum (2001), Tom Dawson (2002), Camilo Irraragorri (2003), Tim Federspiel (2004), Nicola Brack (2005), Elieonai Bukanga NGoma, (2006), Jan Andrea Galli (2007), Luca Brack (2008), Ronni Länts (2009). e

Jugendwettkampf auf der Allmend



Beim traditionellen Mehrkampf für den Leichtathletik-Nachwuchs massen sich am 18. Juni auf der Sportanlage Allmend in Meilen 150 Athletinnen und Athleten der Kategorien U14 und U16 aus dem ganzen Kanton in mehreren Disziplinen.

Einer der acht Anlässe der Wettkampfserie zur Qualifikation für die kantonalen Einkampf-Meisterschaften des Leichtathletik-Nachwuchses findet seit vielen Jahren jeweils in Meilen statt. Der organisierende LC Meilen hatte ungemeines Wetterglück, denn die schwarzen Wolken und Regengüsse machten vor dem Stadion Halt, und es blieb während des ganzen Wettkampfs trocken und zum Teil sogar sonnig.

In Meilen war ein Vierkampf mit einem Sprung, zwei Würfen und 600 m zu absolvieren. Aufgrund eines wechselnden Disziplinenangebots werden die Jugendlichen innerhalb der Wettkampfserie im Mai und Juni auf ihre Vielseitigkeit geprüft. Nur die besten Zwölf in jeder Disziplin über die ganze Serie werden sich am 9. Juli in Thalwil an den kantonalen Meisterschaften messen können. Über 800 Jugendlichen nehmen an dieser Wettkampfserie der Kategorien U12 bis U16 über alle sogenannten Q-Wettkämpfe im Kanton Zürich teil.



Hohe Sprünge am Q-Wettkampf in Meilen.

Foto: zvg

Da am Wettkampf in Meilen dieses Mal nur Kids der Kategorien U14 und U16 teilnahmen, erschien der Wettkampf sehr übersichtlich und «ruhig». Weil nur zwei Alterskategorien am Start waren, massen sich auch weniger Athletinnen und Athleten des LC Meilen im Heimstadion. Besonders erwähnenswert sind die Leistungen von Robin Egger (U16), der in jeder der vier Disziplinen Kugelstossen, Weitsprung, Diskus und 600 m Lauf einen Rang zwischen 2 und 6

erreichte und den Vierkampf auf Rang 4 beendete. In jeder der vier Disziplinen erreichte er persönliche Bestleistungen und qualifizierte sich nun nach Abschluss der Qualifikationsphase in 6 der 8 möglichen Disziplinen für die kantonalen Meisterschaften. Im Hochsprung führt er die kantonale Bestenliste sogar an, und die gesprungenen 1.80 m bedeuten schweizweit Rang 2 in der Saisonbestenliste der U16-Kategorie. (aeg)

CÄMPZIITIG

SPORTCÄMP MEILEN 2016



Eine Woche SPORTCÄMP und es gibt viele Geschichten und Erlebnisse zu berichten...

meilen
Leben am Zürichsee



Inhalt:

Seite 2...Sanität, Foodumfrage

Seite 3...Unihockey

Seite 4...Interview Valerie Schuler

Seite 5...Stretdance

Seite 6...Mountainbike, Handball

Seite 7...Yoga, Judo, Schwimmen

Seite 8...Tischtennis, Akrobatik

Seite 9...Spiel und Spass, Cämpzeitur

Seite 10...Witzli-fritzli

Leichtathletik Weltmeister wurde fast geschlagen...

Interview mit Viviane- Leichtathletik

Wie findest du es in der Leichtathletik? „Ich finde es eigentlich gut. Es ist aber manchmal schwierig wegen dem Hochsprung aber sonst ist es noch recht lustig.“

Findest du die Trainer nett? „Ja.“

Was machst du am liebsten hier in der Leichtathletik?

„Also, wir haben erst Hochsprung gemacht.“

Findest du es trotzdem lustig? „Ja“

Wenn du könntest, würdest die Leichtathletik jemandem weiterempfehlen?

„Ja, wahrscheinlich schon.“

Wenn du an die Kurse, die du im Sportcamp schon hattest zurückdenkst, würdest du nächstes Jahr wiederkommen?

„Ja, vielleicht schon.“

sl.

Interview Mit Der Leichtathletik Trainerin Gabi

Wie Lange Machen Sie Das Schon? „5 Jahre“

Was Ist So Ihr

Programm/Zusammenfassung?

„Hoch Und Weit Sprung Und Auch Sprint, Einfach Das Leichtathletik Näher Bringen“

Gab Es Schon mal Unfälle?

„Nein, Nichts Gravierendes“

Was Ist Ihr Job Sonst?

„Ich Bin Eine Polizistin“

Finden Sie Es Besser Wenn Man Draussen Oder Drinnen Leichtathletik Macht?

„Natürlich Draussen“

rg.



Mädchen 12 Jährig schlägt fast den 80 Jährigen Weltmeister

Als die Leichtathletikerinnen und Leichtathletiker Sprint trainierten passierte etwas sehr unerwartetes. Die Kinder stellten sich paar weise auf und machten ein kleines Wettrennen. Als Wanessa gegen Lua rannte hatte Wanessa eine super zeit von 15s. im hundert Meter lauf. Zum vergleich der 80 -Jährige Hans Blocher ist Weltmeister der Senioren er hat 14s.gebraucht für hundert Meter. Also war das eine super Leistung und Wanessa ist nicht einmal im LCM

Also ganz Stark. Meilen kann sich freuen jetzt schon so viele Supersportler zu haben. ps.

MEILEN
LCM

Triathlon



Wertvoller Podestplatz für Jud



Leichtathletik & Triathlon

Am Walliseller Triathlon belegte LC-Meilen-Triathlet Samuel Jud Platz 3 – und staunte.

Am Vortag zweifelte der 31-Jährige noch: Während der gesamten Vorwoche hatte ihn eine starke Erkältung gebremst, der Kopf hatte gebrummt, er fühlte sich abgekämpft. Nach einem Test zu Fuss und auf dem Velo wagte sich Jud an den Start und die 300 m Schwimmen, 15 km Velo und 4 km Laufen in Wallisellen. Und das Intervall-Rennen glückte vielversprechend. Als Jud nach 49:34 Minuten die Zielinie überquerte, wurde er mit der neuen Bestzeit gefeiert. Doch er musste sich noch doppelt überflügeln lassen von nach ihm Gestarteten (mit besseren Schwimmvorgaben). Es wurde knapp. Zum Sieg fehlten dem Meilemer 8,4 Sekunden, zu Platz zwei 8,3 Sekunden. «Das ist wenig, aber zumindest keine reine Zufallsdifferenz», sagte Jud: «Jetzt weiss ich, wo ansetzen.» Läuferisch schätzte er seine Leistung nicht ganz so gut ein, wie jene auf dem Velo, und beim Schwimmen fühlte er sich, als komme er kaum vom Fleck. Im Hinblick auf die nächsten Einsätze nimmt der Student in Technischer Kommunikation die Erkenntnis mit, dass «die Basis stimmt, ich darauf weiter aufbauen kann.» Nach einigen weiteren Aufbaurennen folgt Anfang Juni mit dem Ironman 70.3 ein erster Höhepunkt.

Ein Podestrang resultierte auch am 1. Walliseller Night Run im Anschluss ans Pro-Rennen vom Vorabend: Nadine Allemann lief über 5 km in 19:46 Minuten auf Platz 3. Für Top-Ten-Klassierungen sorgten auch Ursina Hauser (8.), ebenfalls über 5 km sowie Stefan Kandelhardt (10.) über 10 km.

Sechs Podestränge



Leichtathletik & Triathlon

Grosskampftag für die LC-Meilen-Läufer am Zürich Marathon – entweder als Einzelkämpfer über die 42,195 km oder die 10 km oder aber in der Marathon-Staffel.

0,8 Sekunden fehlten schliesslich Samira Schnüriger im City Run über 10 Kilometer. Alexandra Schaller hiess die Glücklichere, die Frauensiegerin. «Es war ein harter Kampf und eine knappe Entscheidung», sagte Schnüriger. Auf der Strecke durch die Innenstadt hätten sie sich duelliert, in der Führung abgewechselt. Einen Kilometer vor dem Ziel suchte die 17 Jahre ältere Zürcherin die Vorentscheidung und setzte sich einige Meter ab. Schnüriger gab sich noch nicht geschlagen und kämpfte sich nochmals heran. Schaller aber verstand es, zu kontern und den Sieg mit vielleicht zwei Metern Vorsprung über die Zielinie zu retten.

Samira Schnüriger konnte mit dem Verdikt leben: «Alexandra habe ich noch nie geschlagen und sie ähnlich stark zu fordern, gelang mir noch nie.» Sie war nicht zuletzt auch froh darüber, sturzfrei über die Distanz gekommen zu sein. Wegen des Schneeregens war die Unterlage rutschig. Weil die schnellsten 10-Kilometer-Läufer(-innen) schnell auf die langsamen Marathon-Teilnehmer aufgelaufen waren, galt es fortan grösstenteils im Slalom zu laufen, oft auch das Trottoir hoch und wieder runter. «Das war zweitweise schier kriminell», sagte Schnüriger. Mit ihren 36:52 Minuten durfte sie sich übrigens dennoch als Siegerin feiern lassen, nämlich in der Kategorie W20.

Hug ebenfalls zuoberst

Auch Monica Hug konnte sich über den Kategoriensieg – bei den W50 – freuen. Sie holte sich mit ihren 43:10 Minuten einen Vorsprung von nicht weniger als 38 Sekunden auf ihre nächsten Verfolgerinnen Ursula Scheuch und Evelyne Matzinger heraus. In 38:04 Minuten auf Platz 2 bei den M18 rannte der erst 18-jährige Adriel Willy. Vom Kategoriensieg trennten ihn 1,8 Sekunden. Ebenfalls Rang 2 – bei den M50 – ging an Peter Peter, der mit 35:44 Minuten schnellster LCM-Vertreter war.

Der LCM-Tri mit Rico Romagnoli, Petra Schmiedel, Silvia Brandstetter und Samuel Jud lief mit 2:49:26 Stunden als zehntnschnellstes Team im Marathon ein, gleichbedeutend mit Rang 3 in der Kategorie Mixed. Sicherergestellt wurde diese Platzierung auf dem Schlussabschnitt von Meilen bis Zürich von Samuel Jud. Er legte eine Abschnittsbestzeit vor. Im Marathon zeichnete sich auch Mark Ramakers mit seinen 3:07:57 Stunden und Rang 39 bei den M45 aus.

(gg)

Prestigeträchtiger Rapperswil-Sieg von Samuel Jud



Mit seinem 14. Overallrang triumphierte LC-Meilen-Triathlet Samuel Jud beim Ironman 70.3 Rapperswil in der Kategorie M30. «Toll – aber ein perfektes Rennen war das nie und nimmer», sagte er.

Die Ränge neun, acht und eins – Samuel Juds Leistungsentwicklung der letzten drei Jahre am Ironman 70.3 Rapperswil ist eindrücklich. Mit dem 22. Gesamtrang unter allen Cracks und Professionals glückte dem 31-Jährigen in diesem Jahr über die 1,9 km Schwimmen, 90 km Velo und 21,1 km Laufen eine vorzügliche Leistung. Vom grossen Glück nach diesen Altersklassen-Triumph aber wollte er nichts wissen: «Ich bin gar nicht zufrieden, vom perfekten Rennen war ich weit entfernt, und dass es am Schluss zum Sieg reichte, war mir unterwegs überhaupt nicht klar gewesen.»

Der Schwimm-Auftakt im 15 Grad kalten Obersee erwies sich für Jud als schwierig. «Die Kälte war kein Kriterium, aber meine Leistung abrufen konnte ich dennoch nicht wie gewünscht.» Genau 28 Minuten war er



Mit Biss auch noch im Ziel: Samuel Jud mit seiner Siegermedaille.

Foto: Lothar Müller, immoman.ch

im Wasser. Letztes und vorletztes Jahr war es jeweils knapp und gut eine Minute weniger. Ausgezeichnet lief es ihm hingegen auf den anspruchsvollen Velorunden. «Normalerweise habe ich Mühe, bis ich nach dem Schwimmen den Tritt gefunden habe, nun lief es von Beginn an.» Und den hohen Rhythmus vermochte er praktisch durchzuziehen. Was fürs Laufen nicht zutraf: «Zwischen den Kilometern 10 und 17 hatte ich enorme Mühe, da ging die Kraft verloren, fehlte die Frische.» Daher bilanzierte er zum Abschluss: «Gelaufen bin ich schon deut-

lich besser.»

Um eines der wertvollsten Karrieresultate von Samuel Jud handelt es sich trotz den Vorbehalten. Und er vermochte seine Leistung just in dem Rennen, das er gezielt angesteuert und vorbereitet hatte, abzurufen. Das indifferente Gefühl und das verpasste Glück waren für ihn dennoch erklärt. «Mir geht es weniger um den Rang als um eine tolle Zeit.» Da wäre nach eigener Einschätzung noch mehr möglich gewesen. Mit seiner eindrücklichen Leistung hätte Jud die Qualifikation für die Ironman WM 70.3 An-

fang September in Australien erreicht. Darauf aber verzichtet er.

«Damit wäre ein riesiger Aufwand verbunden», erklärt er. Stattdessen will er sich nun Erholungswochen gönnen, «herunterfahren» wie er sagt, die Semesterprüfungen seines Technik-Kommunikationsstudiums schreiben und anschliessend mit «einem ruhigen Aufbau auf den Herbst beginnen».

Neben Jud überzeugten bei den Frauen Silvia Brandstetter als Kategoriensiegerin W55 (5:32:37) und Petra Schmiedel mit dem dritten Kategorienrang W45 (5:09:52).

Kategoriensiege auch in Zumikon

Und nicht nur im Triathlon brillierten die LCM-Aushängeschilder, sondern ebenso im Laufen. Beim Zumikerlauf im Rahmen des Züri-Lauf-Cup realisierten Sigi Föhn und Monika Hug bei den M50 und W50 herausragende Kategoriensiege. Sie belegten im Overallklassement die ausgezeichneten Positionen 5 und 10.

Je den zweiten Platz in ihrer Altersklasse eroberten im Jugendlauf-Cup Martin Baret und Tim Maurer. Bei den M50 lief Peter Peter auf Rang 3, bei den W50 Anita Ribary auf Rang 4. Als Bahnläuferin erreichte Nadine Allemann beim Swiss Meeting in Jona über 800 m in 2:26,89 Minuten Rang 8.

(gg)

Motivations- kick für Schmiedel



Mit dem Altersklassen-Sieg in Frauenfeld tankte die LC-Meilen-Triathletin Petra Schmiedel erstklassig Auftrieb im Hinblick auf den Ironman 70.3 Rapperswil vom Sonntag.

Petra Schmiedel hätte sich die Fragen «Wo stehe ich? Stimmt mein Bauchgefühl?» wohl kaum besser beantworten können. Seit letztem Herbst hat die erfahrene Triathletin keinen Wettkampf mehr bestritten.

Das nationale Rennen in Frauenfeld über 800 m Schwimmen, 34 km Velo und 7,2 km Laufen lieferte ihr nun aber die gewünschte Standortbestimmung. Nach ihrem neunten Gesamtrang und dem überlegenen Sieg bei den W50 konnte sie beruhigt festhalten: «Auf dem Velo fuhr ich sehr gut, und das Laufen stimmte ebenso.» Defizite im Schwimmen zeigten sich zwar, aber diese sind der 48-Jährigen bekannt. So sagte sie: «Rang, Zeit und persönliches Empfinden während des Rennens stimmen, so macht es Freude.»

In diesem Rennen ging es um einen «wichtigen Test im Hinblick auf den ersten Saisonhöhepunkt». Dieser steht mit dem Ironman 70.3 vom nächsten Sonntag in Rapperswil vor der Tür. Schmiedel will das Resultat nutzen. «Ich erhielt die Bestätigung, dass das effiziente Training Früchte trägt und dass ich optimistisch an den Start gehen kann.» Sie will die Zeiten der beiden letzten Jahre unterbieten. Ob's dabei erneut zu einem Podestrang reicht? «Schwierig zu beurteilen», sagt sie, «die Konkurrenz scheint in diesem Jahr extrem stark.» Unter anderem gemeldet ist Brigitte McMahon, die Triathlon-Olympiasiegerin von 2000 und aktuelle Altersklassen-Europameisterin. Neben Schmiedel profilierte sich auch Andrea Steffens. Die 51-Jährige belegte Platz drei in derselben Alterskategorie.

Erfolgreich in Szene setzten sich auch die Läufer Peter Peter und Andrea Hofer am Winterthur Marathon. Peter belegte über die 10-km-Distanz den vierten Gesamtrang und gewann die M50-Wertung, Hofer wurde Kategorien-Neunte bei den W35 über den Halbmarathon.

(gg)



Leichtathletikclub Meilen
Postfach 513 – 8706 Meilen

www.lcmeilen.ch

Ausrüster:



pressespiegel

Ausgabe 2. Halbjahr 2016

Laufsport s.02

Leichtathletik s.11

Triathlon s.20

MeilenerAnzeiger

Nr. 32 Freitag, 12. August 2016

Altersklassen- Sieg von Sigi Föhn



Sigi Föhn und Alexander Bützberger glänzten am Swiss Alpine Marathon Davos über die Königsdistanz K78.

Föhn belegte Overallrang 11 und siegte in der Alterskategorie M55, Bützberger belegte Rang 12 und wurde Dritter bei den M35. Und auf der Teildistanz K42 belegte Marion Bützberger-Grimm Platz 6 und gleichzeitig die Altersklassenposition 2.

Die 76,1 km mit den 2560 m Steigung und Gefälle von Davos über Filisur, Bergün, Keschhütte, Sertigpass zurück nach Davos hat der Meilemer Sigi Föhn gezielt angesteuert. Und der Formaufbau erwies sich als gelungen. Der 56-Jährige lieferte eine Topleistung ab. Nach gut siebeneinhalb Stunden befand er sich wieder am Ausgangspunkt und konnte resümieren: «So wie gewünscht, ist es mir nicht gelaufen, ich musste wahnsinnig kämpfen.» Und sich an Grenzen begeben. So stürzte er einmal, zog sich am Knie eine Schürf- und Risswunde zu. «Das ist ein Signal», sagte er sich, «jetzt musst du aufpassen und aufmerksamer bleiben, trotz der Müdigkeit.»

Aber Föhn fand auch Gründe, um mit sich zufrieden zu sein. Der Rang (11.) ist top. Bei den 55-jährigen und älteren Männern siegte er überlegen. Und er sagte: «Ich habe die Distanz und die lange Renndauer wohl fast perfekt eingeteilt.» Dennoch fand er in seiner Leistung weiteres Steigerungspotenzial: «Gebüsst habe ich durch einen etwas zu schnellen Beginn, mit dosierterem Anlaufen wäre zeitlich mehr möglich geworden.» Er hatte sich eine Schlusszeit von weniger als 7:30 Stunden erhofft. Jetzt benötigte er 4:15 Minuten mehr. Nur gut sechs Minuten später und gleich auf dem Folgerang lief sein Klubkollege Alexander Bützberger ein – im Gegensatz zum 23 Jahre älteren Routinier als Bergmarathon-Rookie. «Wir liefen lange zusammen, und ich konnte von ihm und seinem Renninstinkt enorm profitieren», sagte er. Er musste Föhn im Abstieg vom Sertigpass nach Kilometer 60 ziehen lassen. «Wie der hinunterlief, da hatte ich keine Chance», staunte Bützberger. Trotzdem zeigte er sich «mehr als zufrieden». Nachdem er seinen ersten, seriös vorbereiteten Flachmarathon (in Rotterdam) im Frühling gelaufen war, wagte er sich auf weiteres Neuland. Dass er über einen beträchtlichen Erfahrungsschatz als Ausdauerathlet und Gigathlet verfügt, wollte er nur bedingt gelten lassen: «Auch wenn die Beanspruchung etwa beim Wochengigathlon von den Stunden her weit grösser war, kannst du dich durch die verschiedenen Disziplinen viel besser entlasten und erholen und bewegst dich weit weniger am Limit.» Überzeugen konnte auch Bützbergers Ehefrau Marion Bützberger-Grimm. Bei ihrem Marathon-Debüt beim anspruchsvollen K42 lief sie auf Rang 6 und belegte bei den W30-Frauen mit 5:11:39 Stunden Platz 2.

(gg)

Hochintensive Wettkampfwoche



Der 5-Tage-Berglaufcup im Oberland, der Rheinfall-Lauf um den Züri-Lauf-Cup und der Sihlseeelauf: An drei Lauevents der Region setzten die Läuferinnen und Läufer des LC Meilen vergangene Woche Marksteine – mit Kategoriensiegen oder Spitzenrängen.

Der Oberländer Berglauf-Cup hat sich zu einem Klassiker der Laufszene über die Region hinaus mit Anziehungskraft für leistungsstarke Strassenläufer entwickelt. 485 Läuferinnen und Läufer figurieren in der Gesamtwertung der fünf Bergläufe an den fünf aufeinanderfolgenden Abenden über total 22,7 km und 1935 Höhenmetern. Als Gesamtzwölfter (Sieger Martin Roser) und Kategoriendritter M30 profilierte sich Andreas Bützberger knapp vor Sigi Föhn als 14. und Zweiter bei

den M50. Als 60. overall, vierte Frau und Kategorienzweite W40 zeichnete sich Anita Wiesli aus. Marion Bützberger belegte Rang 101 und wurde bei den W30 Dritte, und Anita Ribary gewann als 113. bei den W50 so überlegen, dass sie sich den letzten Tag schenken konnte und das Streichresultat einstrich. Seine tolle Form bestätigt sah Samuel Jud mit drei Topleistungen an den ersten drei Rennen.

Noch nicht genug

Föhn und Hug gelang es, mit den Kräften so zu haushalten, dass sie am Wochenende am Rheinfall-Lauf über 20,2 km und der ersten Prüfung um den Züri-Lauf-Cup nach der Sommerpause nochmals auftrumpfen konnten: mit Kategoriensiegen bei den M50, respektive W50. Über Gesamtrang 9 (Tagesieger Fikru Dadi) freute sich Föhn, über Rang 13 (Siegerin Aude Salord) Hug. Schneller war bei den Frauen Samira Schnüriger (7.). Ein starkes Formzeichen gelang Patric Masar am Sihlseeelauf über 14,6 km mit Position 8 im Gesamten und Rang 4 bei den M30.

(gg)

Vier Kategoriensiege



Die Langstreckler des LC Meilen trumpten am Türlerseelauf auf – mit Kategoriensiegen von Sigi Föhn, Monica Hug sowie den beiden Nachwuchsläufern Martin Barrett und Cyrill Rüttimann.

14,1 km, 165 Höhenmeter und Temperaturen jenseits der 30 Grad – es handelte sich um eine Prüfung mit einer ungewohnten Komponente. Doch etliche LCM-Vorzeigethleten meisterten die Aufgabe mit Bravour. Etwa Monica Hug. Die 59-Jährige hielt sich des Wetters wegen zurück, lief «verhaltener als gewöhnlich», tastete ihre Grenzen vorerst nicht an und realisierte dennoch eine Streckenbestzeit. «Eigentlich unerklärlich», sagte sie und rätselte, ob's an der ausgezeichneten Verfassung oder dem regelmässigen Laufen oder an den Vorsichtsmassnahmen lag. «Ich habe noch bei keinem Lauf derart gut vorgesorgt», sagte sie. Sie hatte ausgiebig getrunken vor dem Rennen und unterwegs vier mit Wasser getränkte Schwämme über Kopf und Körper ausgedrückt, zwei Becher Wasser über sich geschüttet und auch immer wieder getrunken. Mit ihren 1:06:00 Stunden gewann sie bei den W50 überlegen und platzierte sich unter allen Frauen auf Position 11. Jetzt folgert sie: «Die Konzentration richtet sich nun auf den Greifenseelauf von morgen in zwei Wochen. Letztmals lief ich den Halbmarathon dort vor sechs Jahren, jetzt will ich die Form nutzen und eine neue persönliche Bestzeit aufstellen.»



Monica Hug realisierte eine ausgezeichnete Zeit. Fotos: zvg

Föhn im Dauerhoch

Einen vergleichbaren Text über die offizielle Halbmarathon-Distanz (21,1 km) steuert auch Sigi Föhn an – bereits diesen Sonntag am Switzerland Marathon light in Sarnen. «Ich hoffe, in meiner Altersklasse ganz vorne mitlaufen zu können», sagt der 56-Jährige und denkt ebenso an «eine tolle Zeit». Der Türlerseelauf hat auch ihm Auftrieb verliehen. Er lief bei den Männern auf Platz 14 und freute sich über seine Zeit von 53:19 Minuten. «Ich bin nach wie vor sehr gut in Form», sagte er.

Nur 1:21 Minuten mehr benötigte Klubkollege Alexander Bützberger (17.), nochmals 57 Sekunden büsste Patric Masar (21.) ein. Mit neuem Streckenrekord (44:48 Minuten) gewann Fikru Salale. Bei den Frauen siegte Susanne Rüggeger (Cham) in 54:08 Minuten.

LCM-Kategoriensiege beim Nachwuchs errangen Martin Barrett bei den Junioren über 6,2 km sowie Cyrill Rüttimann bei der Jugend über 2,9 km.

(gg)

Sigi Föhn gewinnt Gold

MEILEN An der Schweizer Halbmarathon-Meisterschaft im Rahmen des Switzerland Marathon light in Sarnen gewann Sigi Föhn den Titel bei den M55 – ohne darüber richtig begeistert zu sein.

«Ich kam nicht richtig in Schwung», sagte der 56-Jährige nach den 21,1 km um den Sarnersee. In der Zeit von 1:18:06 Stunden widerspiegelte sich dies für den Mann, der in diesem Sommer nach langwieriger Durststrecke wegen einer Verletzung so richtig auf Touren gekommen ist und unter anderem am Swiss Alpine Marathon mit dem Kategoriensieg und einem feinen elften Platz über die Königsdistanz brilliert hatte.

«Angesteuert hatte ich eine Zeit von unter 1:17», sagte Föhn. Diese Vorgabe verpasste er recht deutlich – wegen der nicht wunschgemässen Tagesform, aber auch wegen der nicht zu unterschätzenden Topografie und der drückenden Temperaturen. «Das Laufen fühlte sich nie wie Fliegen an, vielmehr hatte ich schwere Beine, musste ich immer kämpfen», sagte er. Ohne einzubrechen, kam er dennoch über die Distanz. Und seine Position im grossen Feld verbesserte er kontinuierlich. Dass er sich in seiner Altersklasse an der Spitze befindet, war ihm klar.

Mit seiner Zeit wies er schliesslich einen Vorsprung von mehr als vier Minuten auf seine nächsten Verfolger auf. «Diesen Titel wollte ich einfach», sagte er – und verwies auf das Klassement der 51- bis 55-Jährigen: «Das zu wiederholen wird 2017 schwierig.» Er tippte auf den Namen von Martin Kühni, der bei den M50 in 1:16:07 gewann. «Martin steigt nächstes Jahr auf und läuft auch bei den M55», sagt Föhn. Und eine Erklärung, warum er sich nicht ganz so gut gefühlt hatte wie gewünscht, konnte er auch mitliefern: «Wohl habe ich mich übernommen, weil ich Mitte Woche noch einen OL-Wettkampf bestritt, aber dieser reizte mich und bereitete Spass.»

Weitere Grosserfolge

Und weitere Grosserfolge resultierten. An der 70.3-Europameisterschaft der Triathleten in Walchsee-Kaiserwinkl (Ö) erkämpfte sich Samuel Jud die Silbermedaille in der Kategorie M30-34 und Silvia Brandstetter gewann Bronze bei den W 55-59. Um das wohl wertvollste Ergebnis handelt es sich bei Jud. Auf Stufe Weltmeisterschaft über dieselbe Distanz mass sich Stephan Kandelhardt. Im australischen Mooloolaba belegte er mit 4:37:36 Stunden in der Kategorie M35-39 Position 109. e

Gold für Föhn



An der Schweizer Halbmarathon-Meisterschaft im Rahmen des «Switzerland Marathon light» in Sarnen gewann Sigi Föhn den Titel bei dem M55 – ohne wirklich begeistert zu sein.

«Ich kam nicht richtig in Schwung», sagte der 56-Jährige nach den 21,1 km um den Sarnersee. In der Zeit von 1:18:06 Stunden widerspiegelte sich dies für den Mann, der in diesem Sommer nach langwieriger Durststrecke wegen einer Verletzung nun so richtig auf Touren gekommen ist und unter anderem am Swiss Alpine Marathon mit dem Kategoriensieg und einem feinen elften Platz über die Königsdistanz brilliert hatte.

«Angesteuert hatte ich eine Zeit von unter 1:17», sagte Föhn. Diese Vorgabe verpasste er recht deutlich – wegen der nicht wunschgemässen Tagesform, aber auch wegen der nicht zu unterschätzenden Topografie und den drückenden Temperaturen. «Das Laufen fühlte sich nie wie fliegen an, vielmehr hatte ich schwere Beine, ich musste immer kämpfen», sagte er.

Er kam dennoch ohne Einbruch über die Distanz. Und er verbesserte seine Position im grossen Feld kontinuier-

lich. Dass er sich in seiner Altersklasse an der Spitze befand, war ihm klar. Mit seiner Zeit wies er schliesslich einen Vorsprung von mehr als vier Minuten auf seine nächsten Verfolger auf.

«Diesen Titel wollte ich einfach», sagte er – und verwies auf das Klassement der 51- bis 55-Jährigen: «Das zu wiederholen wird 2017 schwierig.» Er tippte auf den Namen von Martin Kühni, der bei den M50 in 1:16:07 gewann. «Martin steigt nächstes Jahr auf und läuft auch bei den M55», so Föhn vorausblickend. Und eine Erklärung, warum er sich nicht ganz so gut gefühlt hatte wie gewünscht, konnte er auch liefern: «Vermutlich habe ich mich übernommen, weil ich Mitte Woche noch einen OL-Wettkampf bestritt, aber er reizte mich und bereitete Spass.»

Silber und Bronze für Jud und Brandstetter

Und es resultierten weitere Grosserfolge. An der 70.3-Europameisterschaft der Triathleten in Walchsee-Kaiserwinkl (Ö) erkämpfte sich Samuel Jud die Silbermedaille in der Kategorie M30-34, und Silvia Brandstetter gewann Bronze bei den W 55-59. Um das wohl wertvollste Ergebnis handelt es sich vor allem bei Jud.

Auf Stufe Weltmeisterschaft über dieselbe Distanz mass sich Stephan Kandelhardt. Im australischen Mooloolaba belegte er mit 4:37:36 Stunden in der Kategorie M35-39 Position 109.

(gg)

Schnüriger wurde belohnt



Als Overall Zehnte und Zweite in der Kategorie U23 profitierte Samira Schnüriger am 37. Greifenseelauf mit seinen über 11'000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern von einem Strategiewechsel der Organisatoren – dank eines unverhofft starken Rennens.

Die Distanz von 21,098 km, der Halbmarathon, entspricht der 21-jährigen Langstrecklerin des LC Meilen. Weniger gefallen hatte ihr in der Vergangenheit aber die Strecke um den Greifensee. Der wellige Parcours, der Wechsel zwischen Asphalt und Kies war es, der Samira Schnüriger sagen liess: «Der Greifenseelauf ist nicht mein Lauf.» Nach dem Rennen vom letzten Samstag darf sie dieses Urteil beiseiteschieben. Ihr glückte ein hervorragendes Rennen. In 1:24:09 Stunden lief sie 70 Sekunden schneller als im Vorjahr und schneller als bei ihren vorherigen sechs Teilnahmen über die Volldistanz. Und als

Overall-Zehnte und U23-Zweite war sie auch hervorragend klassiert.

«Ich wusste, dass die Form ansteigend ist, dass ich wieder besser laufen kann», sagte die Studentin der Gesundheitswissenschaften. Erfreulich für sie, nachdem sie während des Sommers Mühe gehabt hatte, sich schlecht fühlte und nicht wunschgemäss laufen konnte. Wie sie «den Tritt wiedergefunden» hat, überraschte sie. Und ebenso ihr Resultat: «Ich liess Fiammetta hinter mir, das traute ich mir kaum zu», erklärte sie. Sie sprach von Fiammetta Troxler, der Dreizehnten vom TV Oerlikon, die 30 Sekunden länger benötigte als sie.

Sie profitierte vom Strategiewechsel der Organisatoren, die anstatt auf ausländische Topathleten zu setzen, einen Teil des Elite-Budgets den besten Nachwuchsathleten zukommen liessen. Schnüriger profitierte als U23-Zweite und beste Schweizerin dieser Kategorie. Sie erhielt 1000 Franken, ein Mehrfaches ihrer bisherigen besten Preisgelder. «Eine tolle Motivation», sagte sie. Und zu dieser trägt natürlich auch das Resultat bei. Samira Schnüriger will ihre Herbstform nutzen und schaut sich nun nach einem flachen und schnellen

Halbmarathon im nahen Ausland um. Ebenso geplant ist der Start am Frankfurt Marathon Ende Oktober, wo sie ihre Marathon-Bestzeit auf unter drei Stunden senken möchte.

Neben Samira Schnüriger profilierten sich weitere LCM-Langstreckler. Monica Hug belegte mit ihren 1:35:19 Rang zwei bei den W55. Mit 1:33:53 kam Anita Wiesli bei den W45 auf Position fünf. Schnellster Meilemer Mann war Philipp Färber mit 1:21:08. Bei den M50 reichte dies zu Platz 6. Stephan Urner lief mit 1:30:47 bei den M55 auf den achten Rang. Im 10-km-Rennen realisierte Sigi Föhn als 19. im Gesamtklassament den Kategoriensieg bei den M50, Peter Peter (27.) und Thomas Altenburger (32.) belegten bei den M50 respektive den M30 die zweiten Plätze.

Und auch am Final des Swiss Athletics Sprint auf einer mobilen Sprintbahn im Verkehrshaus Luzern präsentierte sich eine Vertreterin des LC Meilen eindrücklich: Seraina Joho. Die 13-Jährige legte die 60 m in 8,22 Sekunden zurück und belegte Platz 4. 7 Hundertstel fehlten zum Titel, 6 zu Silber und 3 zu Bronze.

(gg)

Akzente über die Kantongrenze hinaus



Höchst erfolgreich liefen die LC-Meilen-Langstreckler in der Rhein- und Viamalaschlucht sowie in Burgdorf und Rapperswil. Kategoriensiege glückten Monica Hug und Peter Peter.

Schon sechs Mal ist der Schluchtenlauf Transviamala in Graubünden von Thusis nach Donat zum schönsten Schweizer Lauf gewählt worden, auch Monica Hug hat an diesem «Bijou» Gefallen gefunden. Sie nahm bereits in den letzten drei Jahren teil und jedes Mal stand sie am Schluss zuoberst auf dem Kategorienpodest. Ganz besonders schnell war sie bei diesem trailartigen Rennen über 19 km mit 950 m Steigung und 620 m Gefälle in diesem Jahr: Hug steigerte ihre Laufzeit von Mal zu Mal, diesmal um erstaunliche dreieinhalb Minuten auf 1:46:58 Stunden. «Andere werden im Alter langsamer, ich immer schneller», sagte die 59-Jährige lachend. Während sie den Schlussanstieg bei ihrer Transviamala-Premiere damals mit schnellem Gehen meisterte, rannte sie nun erstmals durch – «spielend», wie sie anfügte.

Im Overall-Klassement belegte sie Platz 12. Trotz tollem Siegerpreis wurde sie «etwas neidisch» – neidisch auf Ehemann Peter Hug. Er bestritt am Samstag den Schluchtenmarathon Transruinaulta und am Sonntag den Transviamala. Er wurde für seine beiden dritten Kategorienränge sowie für den zweiten Rang in der Kombinationswertung um den Schluchtenkönig ausgezeichnet. Als Gesamtsieger overall konnte sich übrigens das frühere LC-Meilen-Mitglied Daniel Bolt feiern lassen. Zu profilieren vermochten sich auch Philipp Färber (14. Transruinaulta) und Andrea Hofer (13. Transviamala). Ein «kleines Erfolgserlebnis» feierte Peter Peter am Burgdorfer Herbstlauf. Peter setzte sich in der Kategorie M50 durch und unterbot dabei die Stundengrenze knapp. Dazu verhoffen hat ihm nicht zuletzt die 16-jährige Delia Sclabas, die aktuelle U18-Europameisterin über 3000 m. «Delia lief immer ein wenig vor mir, doch obwohl ich meine Routine ausspielen wollte, kam ich nicht an ihr vorbei.» Das gab ihm zu denken. Er sagte: «Delia ist gleichalt wie meine ältere Tochter.»

Am Schlosslauf in Rapperswil mit den Rängen 3 und 4 bei den W40 und W50 zeigten Anita Wiesli und Andrea Steffen ihr Können.

/gg



Monica Hug steigerte sich enorm,

Foto: zvg

Vollpräsenz am Züri-Lauf-Cup



Mit drei Kategoriensiegen sowie weiteren Top-5-Platzierungen schnitten die Läuferinnen und Läufer in der Jahreswertung des Züri-Lauf-Cup so erfolgreich ab wie schon seit Jahren nicht mehr. An der Jahresfeier waren sie entsprechend präsent.

Jahr für Jahr wird die grosse Schlussehrung um den Züri-Lauf-Cup zu einem Schaulaufen für die Topläufer des LC Meilen. In diesem Jahr aber resultierte eine glänzende Ausbeute seltenen Ausmasses. Mit Samira Schnüriger (W20), Monica Hug (W50) und Sigi Föhn (M50) konnten sich gleich drei LCM-Vertreter als Kategoriensieger ehren lassen. Und zu diesen drei Siegen gab es weitere Topklassierungen. Schnüriger unterstrich ihre Fortschritte. Im Gesamtklassement über alle Kategorien musste sie sich einzig von Alexandra Schaller bezwingen lassen. Anita Ribary und Peter Peter untermauerten mit ihren fünften Rängen das hohe Leistungsvermögen der 50er-Kategorie. Zu profilieren wussten sich auch die beiden Nachwuchs-Athleten Adriel Willi und Martin Barrett mit den Positionen 4 und 5 bei den Junioren.

Als Gesamtsieger feiern liessen sich neben Schaller bei den Männern die



Im Züri-Lauf-Cup ausgezeichnet: v.l.n.r. Monica Hug (1. W50), Sigi Föhn (1. M50), Samira Schnüriger, Martin Barrett, Anita Ribary und Peter Peter. Auf dem Bild fehlt Martin Barrett.

Foto: zvg

beiden punktgleichen Christian Mathys (Bülach) und Abere Fikru (Uster). Bei den Junioren setzten sich Lara Alemanni (Urdorf) und Kevin Thoma (Einsiedeln) durch.

Topergebnisse in Bulle und Frauenfeld

Dass der Erfolgshunger weiter da ist, zeigte sich auch auf dem Wettkampfplatz. Samira Schnüriger lief an der Corrida Bulloise in einem Feld mit der praktisch vollzähligen Schweizer Elite und mehreren star-

ken Ausländerinnen als 17. ein. Unmittelbar vor Joelle Flück fand sie sich in der Rangliste, vor der einstigen Schweizer 1500-m-Meisterin und der Siegerin des Neujahrslaufs zum Auftakt des diesjährigen Züri-Lauf-Cups in Dietikon. Gar einen Kategoriensieg am Halbmarathon in Frauenfeld landete Peter Peter in beachtlichen 1:14:43 Stunden. Adriel Willi lief bei den Junioren mit 1:25:28 Stunden eine neue persönliche Bestzeit.

/gg

Vollpräsenz am Züri-Lauf-Cup

MEILEN Mit drei Kategoriensiegen sowie weiteren Top-5-Platzierungen schnitten die Läuferinnen und Läufer des LC Meilen in der Jahreswertung des Züri-Lauf-Cups so erfolgreich ab wie schon seit Jahren nicht mehr.

Jahr für Jahr wird die grosse Schlussehrung um den Züri-Lauf-Cup zu einem Stelldichein für die Lauf-Aushängeschilder des LC Meilen. In diesem Jahr aber resultierte eine Glanzausbeute seltenen Ausmasses. Mit Samira Schnüriger (Einsiedeln/W20), Monica Hug (Hombrechtikon/W50) und Sigi Föhn (Meilen/M50) konnten sich gleich drei LCM-Vertreter als Kategoriensieger ehren lassen. Und zu diesen drei Siegen gab es weitere Topklassierungen.

Schnüriger kam auch im Overall-Klassement aufs Podest: als Zweite hinter Gesamtsiegerin Alexandra Schaller (Zürich). Anita Ribary (Egg) und Peter Peter (Männedorf) untermauerten mit ihren fünften Rängen das hohe Leistungsvermögen der 50er-Kategorie.

Topergebnisse in Bulle und Frauenfeld

Zu profilieren wussten sich auch die beiden Nachwuchsathleten Adriel Willi (Hombrechtikon) und Martin Barrett (Stäfa) mit den Positionen 4 und 5 bei den Junioren. Als Gesamtsieger feierten sie sich neben Schaller



Der LC Meilen blickt auf eine erfolgreiche Laufsaison zurück.

bei den Männern die beiden punktgleichen Christian Mathys (Bülach) und Abere Fikru (Uster). Bei den Juniorinnen setzte sich Lara Alemanni (Urdorf) durch, bei den Junioren Kevin Thoma (Einsiedeln)

Und dass der Erfolgshunger weiter wirkt, zeigte sich auch auf dem Wettkampfsplatz. Samira Schnüriger lief an der Corrida bulloise in einem Feld mit der praktisch vollzähligen Schweizer Elite und mehreren starken

Ausländerinnen als starke 17. ein. Unmittelbar vor Joelle Flück fand sie sich in der Rangliste, vor der einstigen Schweizer-1500-m-Meisterin und der Siegerin des Neujahrslaufs zum Auftakt des diesjährigen Züri-Lauf-Cups

in Dietikon. Gar einen Kategoriensieg am Halbmarathon in Frauenfeld landete Peter Peter in beachtlichen 1:14:43 Stunden. Adriel Willi lief bei den Junioren mit 1:25:28 Stunden eine neue persönliche Bestzeit.

Gute Leistungen und Motivationspritzen



Genf, Lachen oder Affoltern – die LC-Meilen-Läufer nutzten unterschiedlichste Startgelegenheiten als Vorbereitung für den Silvesterlauf vom kommenden Sonntag in Zürich. Der eine suchte den kleinen Lauf in der Nähe, der andere den grossen in der Ferne – und beiden glückten tolle Resultate und Motivationspritzen für den Zürcher Silvesterlauf vom Sonntag. Peter Peter gewann beim Clauslauf in Affoltern am Albis die Kategorie M50 souverän, Thomas Türler mass sich an der Escalade in Genf und belegte beim grössten Schweizer Volkslauf in seiner Alterskategorie M3 Platz 89 unter 1825 Klassierten.

Peter suchte das Familiäre und Unkomplizierte und fand es auch: «Dieser Chlauslauf war für mich ein ideales Aufbaurennen für den Silvesterlauf», sagte er. Die Distanz von 5,2 km erforderte einen hohen Rhythmus, den es zu halten galt. Und: «Ich fühlte mich durch die vielen jungen Teilnehmer stark gefordert.» In der Overall-Wertung belegte Peter mit seinen 18:10 Mi-

nuten Platz 11 – «hinter vielen mir bisher unbekanntem Widersachern», wie er herausstrich. Mehr Tradition hat die Teilnahme an der Escalade in Genf für Türler. Der gebürtige Genfer hat den grössten Schweizer Volkslauf – in diesem Jahr liefen 39'572 Personen mit – «bestimmt schon 30 Mal bestritten», wie er sagt. Als ehemaliges Aktivmitglied der mitorganisierenden Stade Genève verbindet ihn Zusätzliches mit dem Rennen durch die Genfer Altstadt. «Kurz aber heftig, anspruchsvoll, kurvenreich, aber äusserst stimmungsvoll», erlebte der zukünftige Vereinspräsident des LC Meilen die 7,3 km und gut 29 Wettkampfm Minuten, die ihn in die ersten 5 Prozent des Klassements und auf den 89. Rang seiner Kategorie brachten.

Nachwuchs überzeugte am Weihnachtslauf

Einen Sieg landete auch Martin Barrett. Der 17-Jährige gewann in der Kategorie Jugend A am Weihnachtslauf in Lachen gar doppelt. Zusammen mit Cyrill Rüttimann, Adriel Willi und Denny Vetsch schaute nämlich auch im Teamlauf ein Triumph heraus. Rüttimann lief zudem in der Kategorie Jugend B auf den dritten Platz.

/gg

Vorweihnachtsgeschenk zum Saisonschluss



Peter Peter glückte mit seinem zweiten Rang in der Kategorie M50 das herausragende Ergebnis der LC-Meilen-Läufer am 40. Zürcher Silvesterlauf mit gesamthaft über 21'000 Klassierten.

Peter Peter wollte nichts wissen von Zurücklehnen nach einer langen Saison. Der Silvesterlauf bildete für den 50-Jährigen nochmals Motivation zur zielgerichteten Vorbereitung. Und diese machte sich bezahlt. In 34:25 Minuten lief er die 9,7 km und vier Runden durch die Zürcher Innenstadt.

Es handelte sich um die 42-beste Zeit unter 4734 Gestarteten und um die zweitbeste bei den M50. «Ich bin fast selber überrascht, wie gut es lief», strahlte Peter. In seiner Altersklasse musste er nur dem «übermächtigen» Christian Zwicky (Gockhausen/26.) den Vortritt lassen. Jürg Merkt (Bülach/50.) und Marco Oberti (Biasca/62.) ver-



Peter Peter unterwegs zum Topresultat.
Foto: immoman.ch

mochte er nach einem Duell fast auf dem gesamten Parcours zu schlagen – etwas, das ihm während der Saison im Züri-Lauf-Cup höchst selten glückte. Und so folgte Peter: «Meine Läuferwelt ist nach diesem Sonntag in Ordnung.» Nochmals geniessen konnte er das Gefühl des wettkampfmässigen

Unterwegsseins, des Sich-Forderns, des Findens der Balance mit der Konzentration auf sich selber und des Sich-Orientierens an den Konkurrenten. Peter empfand den Silvesterlauf als «dankbar». Immer wieder wurde er erkannt und persönlich angefeuert. «Das hat ein gutes Gefühl vermittelt», sagt er. Den Rennweg und die Urania-Brücke erlebte er als besonders stimmungsvoll. Das gute Gefühl nimmt er mit in die kurze wettkampffreie Periode. «Jetzt bietet sich zum Beispiel die Möglichkeit, mit Kollegen gemütlich auf die Oberländer Hügel zu ziehen», sagt er lachend.

Stark liefen in Zürich auch Anita Wiesli (9. W40, 41:04 Minuten), Marion Bützberger (23. W30, 42:15) oder Carlo Benech (28. M50, 39:25). In der Kategorie Sie & Er überzeugten Nadine Allemann und Martin Barrett mit Platz 37 und Alexander und Marion Bützberger mit Position 53. Für zwei weitere Podestplätze sorgten Tobias und Tim Kneller mit ihrem Sieg in der Kategorie Muki/Faki sowie Abigail Febrey mit Rang 3 bei den Mädchen U12.

/gg

Nachwuchs im Hoch

Nr. 26

Freitag, 1. Juli 2016

MeilenerAnzeiger



Eine kleine, aber erfolgreiche Gruppe von Jugendlichen der Kategorien U14 bis U18 des LCM erkämpfte sich an den Regionenmeisterschaften Ostschweiz in Kreuzlingen zwei Meistertitel, einen Vizemeistertitel und eine bronzene Auszeichnung.

Acht Vertreter des LC Meilen reisten an den Bodensee, um sich bei mehrheitlich idealen Wetterbedingungen an den Regionenmeisterschaften Ostschweiz mit der Konkurrenz aus zehn Kantonen – GL, GR, FL, SG, AI, AR, SH, TI, TG, ZH – in vielen Einzeldisziplinen zu messen. Seraina Joho, die jüngste der angereisten Meilener Kids, eröffnete in der Kat. U14W den Medaillenreigen. Im 60-Meter-Sprint setzte sie sich beim Vor- und Zwischenlauf mit der jeweils besten Zeit aller Konkurrentinnen durch und konnte dadurch im Finallauf als Favoritin an den Start gehen. Nach leichtem Rückstand in der Startphase überholte sie bis ins Ziel auch noch die letzte Konkurrentin und siegte in neuer persönlicher Bestzeit von 8.12 Sekunden.



Robin Egger mit der übersprungenen Höhe von 1.84 m – er selber ist kleiner...

Foto: zvg

Während Seraina Joho im Finallauf dem Ziel entgegenstürzte, kämpfte Yael Egger im Hochsprung der Kat. U18W gegen die Schwerkraft und die langbeinige Konkurrenz. Trotz anfänglichen Anlaufschwierigkeiten scheiterte sie erst bei 1.64 m, was die Egalisierung ihrer persönlichen Bestleistung bedeutet und ihr den Meistertitel eingebracht hätte. Die drei Medaillenränge verteilten sich nämlich auf dieselbe übersprungene Höhe von 1.61 m bei unterschiedlich vielen Fehlversuchen. Hinter der Siegerin ging der Vizemeistertitel an Yael Egger.

Der Bruder von Yael, Robin, startete ebenfalls im Hochsprung, aber in der Kat. U16M. Es versprach, ein spannender Wettkampf zu werden, denn nur gerade fünf Zentimeter trennten die besten drei der Anwesenden in der Schweizer Saisonbestenliste. Nach zwei starken Wettkämpfen in dieser Saison mit jeweils übersprungenen 1.80 m konnte sich Robin Egger nochmals steigern, dominierte den Wettkampf und stand bei übersprungenen 1.77 m bereits als Sieger fest. Aber auch 1.81 m und 1.84 m überflog er noch und schei-

terte erst bei 1.87 m knapp. Damit übersprang er erstmals seine Körpergrösse und erreicht mit dem Meistertitel seinen bisher grössten Erfolg.

Nach kontrolliertem Vorlauf über 800 m stand Martin Barrett in der Kat. U18M beim letzten Rennen des zweitägigen Anlasses im Finallauf. Ein hohes Tempo muss über zwei Bahnrouden gelaufen werden können. So richtig gefightet wird aber erst auf der Zielgeraden. Wer den längsten Atem hat, kann die Konkurrenten distanzieren. Martin Barrett kämpfte bis zur Ziellinie. Trotz neuer persönlicher Bestleistung reichten seine 2 Minuten und 2.57 Sekunden nicht ganz zum Sieg, jedoch für einen Podestplatz und die Bronzemedaille.

Michelle Urech verfehlte im Hochsprung der Kat. U16W nur knapp einen Podestplatz. Obwohl sie wie Robin Egger zweimal ihre bisherige Besthöhe steigern konnte, landete sie trotz gleicher Höhe wie die Siegerin von 1.56 m «nur» auf Rang 6. Alle 5 Konkurrentinnen vor ihr standen auf dem Podest, da gleich drei von ihnen ex aequo den 3. Rang belegten. Leider hatte Michelle Urech etwas zu viele Fehlversuche, sonst wäre es auf der Stufe des Bronzeplatzes noch enger geworden.

Auch die anderen drei der LC-Meilen-Equipe kämpften beherzt und sammelten, erstmals an einem solchen Grossan-

lass teilnehmend, wertvolle Erfahrungen. Bei den U16M kam Cyrill Rüttimann als Fünfter im 2000-m-Lauf ins Ziel, und Severin Joho verfehlte trotz persönlicher Bestzeit von 10.32 s im 80 m Sprint den Zwischenlauf nur hauchdünn. Im Weitsprung setzte er danach noch eine Weite von 5.24 m in den Sand.

Auch Seraina Joho, Michelle Urech und Yael Egger massen sich in jeweils riesigen Teilnehmerfeldern von bis zu 68 Konkurrentinnen im Weitsprung. Die 4.58 m von Joho reichten für Rang 6, die 4.80 m von Urech zu Rang 11 und die 5.11 m von Egger zu Rang 7. Yael Egger wie auch Fabienne Kleinhenz (U16W) überstanden im Hürdensprint ihre Vorläufe, mussten dann aber im Zwischenlauf der starken Konkurrenz die Plätze im Finallauf überlassen, und dies trotz zweimaliger persönlicher Bestzeiten von Kleinhenz. Auch im Hochsprung reichte es für Kleinhenz zur Egalisierung ihrer persönlichen Besthöhe von 1.40 m.

Die starke Konkurrenz forderte den LC-Meilen-Nachwuchs stark, doch mit vielen persönlichen Bestleistungen wuchsen die jungen Athletinnen und Athleten vom LC Meilen über sich hinaus, und vier der acht Jugendlichen wurden dafür mit Edelmetall belohnt.

(aeg)



Ronny Wüthrich vom LC Meilen mit seiner Silbermedaille.

zvg

Sommerhoch an der Kantonalen Meisterschaft

MEILEN Am letzten Wochenende fanden in Thalwil bei heissem Sommerwetter die kantonalen Meisterschaften statt. Der LC Meilen eroberte dabei zwei Meistertitel in der Kategorie U16 beim Nachwuchs.

Für die Kategorien U12 bis U16 fanden die Kantonalen Meisterschaften als Final für die jeweils zwölf Besten aus der vorangegangenen Qualifikationsserie am Samstag statt. Am Sonntag starteten dann die älteren Kategorien U18 bis Aktive.

Gesamthaft erkämpften sich die Athletinnen und Athleten des LC Meilen acht Medaillen. Im Hochsprung und 2000 m der Kategorie U16M reichte es für den Meistertitel. Robin Egger, der schon die ganze Saison den Hochsprung im Kanton dominierte, überquerte die Latte bei 1,78 m, und Cyrill Rüttimann gewann über 2000 m in 6 Minuten 41,42 Sekunden. Im Weiteren gab es noch drei Vizemeistertitel für den LC Meilen.

Podestplätze für Meilen

In der Kategorie U18 erreichten Yael Egger im Hochsprung 1,59 m und Martin Barrett im 800-m-Lauf 2 Min. 3,37 Sek. Der jüngste Teilnehmer des LC Meilen, Ronny Wüthrich, schleuderte im

Ballwerfen der Kategorie U12 das Gerät auf 40,39 m. Ebenfalls Podestplätze eroberten sich Olivier Clement und Nils Serck-Hanssen in der Kategorie U12. Clement durfte gleich zweimal als Dritter, im Hochsprung mit 1,34 m und Weitsprung mit 4,17 m, aufs Podest steigen, und Serck-Hanssen konnte sich ebenfalls als Dritter im 600-m-Lauf feiern lassen. Beide erreichten in ihren Disziplinen persönliche Bestleistungen.

Vielstarter gefordert

Bei diesen hohen Temperaturen waren vor allem die Vielstarter gefordert, die sich in mehreren Disziplinen für die Meisterschaften qualifiziert hatten. Die zehn Athletinnen und Athleten des LC Meilen starteten in total 27 Disziplinen. Alle erreichten sehr ansprechende Resultate mit mehreren persönlichen Bestleistungen.

Unter den ersten fünf sind in der Rangliste auch noch Nils Serck-Hanssen als 4. im Kugelstossen mit 6,95 m und Ronny Wüthrich als Fünfte beim 60-m-Hürdenlauf in 11,70 Sek. (Vorlauf 11,51 Sek.) in der Kategorie U12 sowie Robin Egger als 5. im Speerwerfen mit 37,28 m und Michelle Urech als 5. im Hochsprung mit 1,53 m in der Kategorie U16 zu finden. e

LC im Sommerhoch



Leichtathletik & Triathlon

Am letzten Wochenende fanden in Thalwil bei heissem Sommerwetter die kantonalen Einkampfeisterschaften statt. Der LC Meilen eroberte dabei zwei Meistertitel in der Kategorie U16 beim Nachwuchs.

Für die Kategorien U12 bis U16 fanden die kantonalen Meisterschaften als Final für die jeweils zwölf Besten aus der vorangegangenen Qualifikationsserie am Samstag statt. Am Sonntag starteten dann die älteren Kategorien U18 bis Aktive. Gesamthaft erkämpften sich die Athletinnen und Athleten vom Leichtathletikclub Meilen acht Medaillen. Im Hochsprung und 2000 m der Kat. U16M reichte es für den Meistertitel.

Robin Egger, der schon die ganze Saison den Hochsprung im Kanton dominiert hatte, überquerte die Latte bei 1.78 m, und Cyrill Rüttimann gewann über 2000 m in 6 Min. 41.42 Sek.

Im Weiteren gab es noch drei Vize-meistertitel für den LC Meilen. In der Kat. U18 erreichten Yael Egger im Hochsprung 1.59 m und Martin Barrett im 800 m 2 Min. 3.37 Sek. Der jüngste Teilnehmer aus dem LC Meilen, Ronny Wüthrich, schleuderte im Ballwerfen der Kat. U12 das Gerät auf 40.39 m.

Ebenfalls Podestplätze eroberten sich Olivier Clement und Nils Serck-Hanssen in der Kat. U12. Clement durfte gleich zweimal als Dritter – im Hochsprung mit 1.34 m und im Weitsprung mit 4.17 m – aufs Podest steigen, und



Strahlender Ronny Wüthrich mit Silbermedaille.

Foto: zvg

Serck-Hanssen konnte sich ebenfalls als Dritter im 600-m-Lauf feiern lassen. Beide erreichten in ihren Disziplinen persönliche Bestleistungen.

Bei diesen hohen Temperaturen waren vor allem die Vielstarter gefordert, die sich in mehreren Disziplinen für die Meisterschaften qualifiziert hatten. Die 10 Athletinnen und Athleten vom LC Meilen starteten in total 27 Disziplinen. Alle erreichten sehr ansprechende Resultate mit mehreren persönlichen Bestleistungen. Unter den ersten Fünf sind in der Rangliste auch noch Nils Serck-Hanssen als Vierter im Kugelstossen mit 6.95 m und Ronny Wüthrich als Fünfter beim 60-m-Hürdenlauf in 11.70 Sek. (Vorlauf 11.51 Sek.) in der Kat. U12 sowie Robin Egger als Fünfter im Speerwerfen mit 37.28 m und Michelle Urech als Fünfte im Hochsprung mit 1.53 m in der Kat. U16 zu finden.

(aeg)

LC-Meilen-Nachwuchs im Hoch

Zürichsee-Zeitung Bezirk Meilen
Dienstag, 5. Juli 2016

MEILEN Eine kleine Gruppe der Jugendlichen der Kategorien U14 bis U18 des LC Meilen erkämpfte sich an den Regionenmeisterschaften Ostschweiz in Kreuzlingen zwei Meistertitel, einen Vizemeistertitel und eine bronzene Auszeichnung.

Acht Vertreter des LC Meilen reisten kürzlich an den Bodensee, um sich an den Regionenmeisterschaften Ostschweiz mit der Konkurrenz aus zehn Kantonen in vielen Einzeldisziplinen zu messen.

Seraina Joho eröffnete in der Kategorie U14W den Medailensegen. Im 60-m-Sprint setzte sie sich beim Vor- und Zwischenlauf mit der jeweils besten Zeit aller Konkurrentinnen durch und konnte dadurch im Finallauf als Favoritin an den Start gehen. Nach leichtem Rückstand in der Startphase überholte sie bis ins Ziel auch noch die letzte Konkurrentin und siegte in neuer persönlicher Bestzeit von 8,12 Sekunden.

Yael Egger (U18W) kämpfte im Hochsprung gegen die

Schwerkraft und die langbeinige Konkurrenz. Trotz anfänglicher Anlaufschwierigkeiten scheiterte sie erst bei 1,64 m, was ihr den Meistertitel gebracht hätte. Die drei Medailenränge verteilten sich nämlich auf die gleiche übersprungene Höhe von 1,61 m, aber bei unterschiedlich vielen Fehlversuchen. Hinter der Siegerin ging der Vizemeistertitel an Yael Egger.

Meistertitel für Robin Egger

Nach zwei starken Wettkämpfen in dieser Saison mit jeweils übersprungenen 1,80 m konnte sich Robin Egger (U16M) nochmals steigern. Er dominierte den Wettkampf und stand bei übersprungenen 1,77 m bereits als Sieger fest. Aber auch 1,81 m und 1,84 m meis-



Seraina Joho
(Gold 60 m)



Robin Egger
(Gold Hochsprung)



Yael Egger
(Silber Hochsprung)

terte er noch. Damit übersprang er seine Körpergrösse erstmals und erreichte mit dem Meistertitel seinen bisher grössten Erfolg.

Im letzten Rennen des über zwei Tage stattfindenden Anlasses stand Martin Barrett (U18M) im Finallauf über 800 m. Trotz neuer persönlicher Bestleistung reichten seine 2 Minuten und 2,57 Sekunden nicht ganz zum Sieg, aber immerhin zu einer Bronzemedaille.

Michelle Urech verfehlte im Hochsprung der Kategorie U16W nur knapp einen Podestplatz. Sie landete trotz gleicher Höhe wie die Siegerin (1,56 m)

auf Rang 6. Alle fünf Konkurrentinnen vor ihr standen auf dem Podest, da gleich drei von ihnen ex-aequo den 3. Rang belegten. Leider hatte Michelle Urech etwas zu viele Fehlversuche, sonst wäre es auf der Stufe des Bronzeplatzes noch enger geworden.

Viele persönliche Bestzeiten

Weitere Platzierungen und Resultate der Meilemer: Cyrill Rüttimann (U16M) Fünfter im 2000-m-Lauf mit 6 Min. 40,8 Sek. Severin Joho in 10,32 Sek. im 80 m und 5,24 m im Weitsprung. Auch Seraina Joho, Michelle Urech und Yael Egger massen

sich in jeweils riesigen Teilnehmerfeldern von bis zu 68 Konkurrentinnen im Weitsprung. Joho kam mit 4,58 m auf Rang 6, Urech mit 4,80 m auf Rang 11 und Egger mit 5,11 m auf Rang 7. Yael Egger wie auch Fabienne Kleinhenz (U16W) überstanden im Hürdensprint ihre Vorläufe. Im Hochsprung übersprang Kleinhenz 1,40 m.

Mit vielen persönlichen Bestleistungen wuchsen die jungen Athletinnen und Athleten des LC Meilen über sich hinaus – ganz besonders im Hochsprung – und vier der acht Jugendlichen wurden dafür mit Edelmetall belohnt. e

Gold, Silber und Bronze



Bei optimalen Verhältnissen fand in Wetzikon der Kantonal-final Swiss Athletics Sprint statt. Teil nahmen über 300 der besten Mädchen und Jungen der Jahrgänge 2001 bis 2009 aus dem Kanton Zürich, welche sich über 80, 60 und 50 Meter in der Königsdisziplin Sprint massen. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer hatte sich im Vorfeld an regionalen Ausscheidungen für diesen An-

lass qualifiziert. Für den LC Meilen starteten zehn jugendliche Athleten; drei davon gewannen Medaillen. Gold ging an Seraina Joho (Jg. 2003) über 60 Meter, Silber an Michelle Urech (2001) über 80 Meter und Bronze an Ronny Länts (2009) über 50 Meter. In einem äussert spannenden Rennen musste Michelle Urech in den Fotofinish und verpasste die Goldmedaille um lediglich fünf Hundertstelsekunden.

Seraina Joho und Michelle Urech qualifizierten sich mit ihren herausragenden Leistungen für den Schweizerischen Sprintfinal, der am 17. September im Verkehrshaus Luzern durchgeführt wird.

(gur)



Michelle Urech (Silber), Seraina Joho (Gold) und Ronny Länts (Bronze), v.l.

Foto: zvg

Brillierender Nachwuchs



Der LC Meilen war mit Podestplätzen erfolgreich an der Puzzle-Stafette während des Schweizer Finals UBS Kids Cup im Letzigrund.

Zwei Tage nach «Weltklasse Zürich» war es wieder soweit, dass im UBS Kids Cup im Schweizerfinal die besten Kids im Alter von sieben bis fünfzehn Jahren erkoren wurden. An diesem grossartigen Wettkampf mit der Beteiligung von Weltklasse- und Schweizer Spitzensportathleten konnten sich zwar keine Jugendlichen des LC Meilen qualifizieren, dafür beteiligten sich zwei Teams an der Puzzle-Stafette im Nebenprogramm.

Gefragt waren da Schnelligkeit, Geschick und eine Portion Glück. In den beiden Kategorien U16 und U12 starteten je 36 Teams aus der ganzen Schweiz mit je sechs Mitgliedern. Sowohl das U12- als auch das U16-Team des LC Meilen zeigten zwei sehr gute



Das Siegerteam U16 an der Puzzle-Stafette mit Mujinga Kambundji.

Foto: Adrian Egger

Vorrunden und qualifizierten sich damit für den Final der sechs zeitschnellsten Teams.

Lautstark angefeuert von den Zuschauern, erkämpften sich beide LC-Meilen-Teams in den spannenden Finalläufen Podestplätze. Das U12-Team mit Sina Morelli, Alina Joho, Kayline Wüthrich, Nicola Brack, Nils Serck-Hanssen und Luca Brack kamen nach zwischenzeitlicher Führung schliesslich auf den dritten Rang. Das U16-

Team mit Michelle Urech, Seraina Joho, Aline Morelli, Robin Egger, Severin Joho und Simon Blum lieferten sich mit einem gegnerischen Team ein Kopf-an-Kopf-Rennen. Am Schluss hatte das LC-Meilen-Team die Nase vorn und durfte sich von der Weltklassesprinterin Mujinga Kambundji den Siegerpreis, einen Sitzplätze bei «Weltklasse Zürich 2017» für das ganze Team, überreichen lassen.

(aeg)

Silber für Meilemer Leichtathlet Robin Egger

MEILEN Robin Egger krönte seine Wettkampfsaison mit einer Silbermedaille im Hochsprung der Kategorie U16 an den Schweizer Nachwuchs-Meisterschaften U16/U18 in Aarau.

An diesem ungewöhnlich hochsommerlichen Wochenende stellte sich eine kleine Delegation des LC Meilen der nationalen Konkurrenz in Aarau. Vor dem Wettkampf belegte Robin Egger in der Schweizer Saisonbestenliste der Kategorie U16 den zweiten Rang hinter dem Romand Alessandro Consenti und vor dem Tessiner Ettore Poroli und hoffte berechtigterweise auf einen Podestplatz an seiner ersten Schweizer Meisterschaft.

Mit 1,75 m kam er zwar nicht mehr an seine beste Höhe des Jahres heran, da aber auch die Konkurrenz etwas müde Beine hatte, reichte diese Höhe wunschgemäss zu einem Podestplatz. Der diesjährige Überflieger Consenti gab sich keine Blösse und belegte mit 1,87 m klar den ersten Rang. Mit weniger Fehlversuchen auf 1,75 m sicherte sich Egger die Silbermedaille knapp vor Poroli. Damit entsprach die Rangierung

der besten drei genau derjenigen der diesjährigen Saisonbestenliste.

Weitere gute Platzierungen

Ebenfalls im Hochsprung der U16 startete Michelle Urech. Mit ihrer diesjährigen Besthöhe von 1,56 m lag sie im breiten Mittelfeld ihrer Konkurrentinnen. Mit einer soliden Leistung und einer übersprungenen Höhe von 1,55 m erreichte Urech schliesslich den guten 5. Rang. Über 800 m hatte Martin Barrett in der Kategorie U18 zuerst einen Vorlauf zu überstehen, um in den Kampf um die Medaillen eingreifen zu können. Mit einer persönlichen Bestzeit von 2 Minuten 1,52 Sekunden schaffte Barrett den Einzug in den Final, an welchem er bis 100 m vor dem Ziel gut mit der Spitze mithielt. Mit immer schwerer werdenden Beinen erreichte er schliesslich als guter Siebter das Ziel mit nur einer Sekunde über seiner Vorlaufzeit.



Das Siegerpodest mit Robin Egger (Silber), Alessandro Consenti (Gold) und Ettore Poroli (Bronze).

Robin Egger holt Silber



Robin Egger krönte seine tolle Wettkampfsaison mit einer Silbermedaille im Hochsprung der Kategorie U16 an den Schweizer Nachwuchs-Meisterschaften in Aarau. Weitere gute LC-Platzierungen holten Michelle Urech im Hochsprung und Martin Barrett über 800 m.

An diesem ungewöhnlich hochsommerlichen Wochenende stellte sich eine kleine Delegation des LC Meilen der nationalen Konkurrenz.

Vor dem Wettkampf belegte Robin Egger in der Schweizer Saisonbestenliste der Kat. U16 den zweiten Rang hinter dem Romand Alessandro Consenti und vor dem Tessiner Ettore Poroli und hoffte berechtigterweise auf einen Podestplatz an seiner ersten Schweizer Meisterschaft. Mit 1.75 m kam er zwar nicht mehr an seine beste Höhe des Jahres heran, da aber auch die Konkurrenz etwas müde Beine hatte, reichte diese Höhe wunschgemäss zu einem Podestplatz. Der diesjährige Überflieger Consenti gab sich keine Blöße und belegte mit 1.87 m klar Rang eins. Mit weniger Fehlversuchen auf 1.75 m sicherte sich Egger die Silbermedaille knapp vor Poroli. Damit entsprach die Rangierung der besten drei genau derjenigen der diesjährigen Saisonbestenliste.

Ebenfalls im Hochsprung der U16 startete Michelle Urech. Mit ihrer diesjährigen Besthöhe von 1.56 m lag sie im



Auf dem Siegerpodest: Der Meilemer Robin Egger (Silber), der Romand Alessandro Consenti (Gold) und der Tessiner Ettore Poroli (Bronze).

Foto: zvg

breiten Mittelfeld ihrer Konkurrentinnen. Mit einer soliden Leistung und einer übersprungenen Höhe von 1.55 m erreichte Urech schliesslich den guten 5. Rang.

Über 800 m hatte Martin Barrett in der Kat. U18 zuerst einen Vorlauf zu überstehen, um in den Kampf um die Medaillen eingreifen zu können. Mit einer

persönlichen Bestzeit von 2 Minuten 01.52 Sekunden schaffte Barrett den Einzug in den Final, an welchem er bis 100 m vor dem Ziel gut mit der Spitze mithielt. Mit immer schwerer werdenden Beinen erreichte er schliesslich als guter Siebter das Ziel mit nur einer Sekunde über seiner Vorlaufzeit.

(aeg)

Triathlon

Etwas noch nie Erlebtes



Leichtathletik & Triathlon

Die beiden LC-Meilen-Triathleten René Kälin und Remo Meierhofer gehörten zu den 206 Finishern des Swissman Xtreme Triathlons, der von Ascona auf die Kleine Scheidegg führt.

3,8 km Schwimmen, 180 km Velo und 42,2 km Laufen – die Original-Ironman-Distanz also – gehören zum Swissman Xtreme Triathlon. Dazu kommen nicht weniger als 5500 Höhenmeter, die unterwegs vom Tessin über Gotthard, Furka und Grimsel bis auf die Kleine Scheidegg zu bewältigen sind.

Die vierte Austragung des Events war ausserdem besonders anspruchsvoll. Zuerst musste in den frühen Morgenstunden die Auftaktdisziplin Schwimmen gestrichen und durch die Alternativvariante 4-km-Lauf ersetzt werden. Grund dafür: Eine akute Gewitterfront mit Blitz, Donner und Wind. Davon überrascht wurden auch die beiden LCM-Triathleten Remo Meierhofer und René Kälin. «Sehr schade, aber höhere Macht und eine richtige Entscheidung», sagten beide.

Und auch wenn die Herausforderung anfänglich geringer war, happig wurde der Tag rasch, nicht nur wegen der Distanzen. Es regnete, regnete, regnete – zum Teil in Strömen. «Da kamen Bäche die Strasse herunter», beschreibt Meierhofer das, was er vor allem am Grimsel erlebte. Brutal sei das gewesen, Vergleichbares habe er noch nie erlebt. Das Wetter forderte mentale und körperliche Kräfte und machte das Rennen noch schwieriger. «Die Stunden auf dem Velo und beim abschliessenden Laufen wurden immer härter», so Kälin. Dennoch sprach er am Schluss von einem «perfekten Tag». Dazu trug der «Superlauf» bei, bei dem er Position um Position gut machte und nach 14:36 Stunden das Ziel auf der Kleinen Scheidegg noch bei Tageslicht erreichte. «Ich kam ohne Einbruch, ohne Muskelkrämpfe über die Runden», strich der 58-Jährige hervor.

Gut zweieinhalb Stunden länger benötigte Meierhofer (37). Er und sein Begleiter legten den Schlussabschnitt daher mit Stirnlampe zurück. «Mir ging es ums Durchkommen und Haushalten mit der Energie», sagte er. Gestört sah er sich in seinem Wettkampfmodus und bei seiner Strategie aber schon früh. Ein Speichenbruch kostete ihn beim Aufstieg zum Gotthard rund 50 Minuten, doch das war nach dem Reüssieren nur noch eine Randnotiz wert. Gewonnen wurde der Swissman vom norwegischen Topathleten Allen Hovda in 10:55 Stunden.

Auch die LCM-Langstreckenläufer konnten erfreuliche Akzente setzen. Beim Geländelauf am Bachtel im Rahmen des Züri-Lauf-Cups erkämpften sich Alexander Bützberger (3. M30) und Sigi Föhn (3. M50) Kategorien-Podestplätze. Im Nachwuchslauf gewannen Cyrill Rüttimann und Willi Adriel, während Tim Maurer auf Platz 2 lief.

Am Aletsch-Halbmarathon platzierte sich Andrea Hofer als 17. im Gesamten und 5. bei den Frauen³⁵.

(gg)

Hawaii-Qualifikation für Silvia Brandstetter

MÄNNEDORF Mit ihrem Altersklassen-Sieg bei ihrem Ironman-Debüt in Zürich sicherte sich LC-Meilen-Triathletin Silvia Brandstetter aus Männedorf den Startplatz am Ironman Hawaii.

Von «unglaublichen Gefühlen» erzählt Silvia Brandstetter nach dem Ironman Switzerland mit den 3,8 km Schwimmen, den 180 km Velo sowie den 42,2 km Laufen. «Ich konnte mir zwischenzeitlich nicht vorstellen, wie ich es ins Ziel schaffen sollte.» Bauchkrämpfe plagten sie auf der Marathon-Strecke zu Fuss. Die Führungsposition, die sie sich in ihrer Altersklasse erkämpft hatte, musste sie preisgeben.

Bei einem der zahlreichen Aufeinandertreffen mit Freund Samuel Jud stellte ihr der selber sehr erfahrene und erfolgreiche Langdistanz-Triathlet die Frage, ob sie kapitulieren müsse oder ob sie nochmals einen Anlauf nehmen könne. Und Jud riet ihr, die Beine zwei Minuten hoch zu lagern. Wider Erwarten war die Wirkung erstaunlich. Nicht nur die Beine fanden zu neuer Energie, sondern der ganze Körper. Plötzlich konnte Brandstetter wieder leicht laufen.

Alles ist möglich

Und ein noch nie da gewesener Optimismus durchströmte sie.

«Alles ist möglich», schoss es ihr durch den Kopf. Rund fünf Kilometer vor dem Ziel eroberte sie die Führungsposition zurück. Bis ins Ziel holte sie einen Vorsprung von nicht weniger als sechseinhalb Minuten heraus. Nach 12:28:45 Stunden war sie im Ziel, begleitet von höchsten Glücksgefühlen, Stolz und Dankbarkeit.

Nach ihrem Altersklassen-Sieg beim Ironman 70.3 Rapperswil über die halbe Distanz von Anfang Juni hatte Silvia Brandstetter weiter an ihrer Form gefeilt. Gedanken an den einen Hawaii-Startplatz, der auch in ihrer Kategorie vergeben würde, versuchte sie, beiseitezuschieben. Mit der Absicht «abrufen, was im Kopf gespeichert ist», trat sie an die Startlinie. Und der Ironman-Auftakt gelang ihr besser als gewünscht. «Mir läuft es gefährlich gut», sagte sie sich und versuchte, die Konzentration bei sich zu behalten.

Dank des Grosserfolgs am Ironman Switzerland kam Silvia Brandstetter zu einem weiteren Pflichtprogramm am Folgetag:



Die Männedorflerin Silvia Brandstetter qualifizierte sich am Ironman Zürich für den Ironman Hawaii.

Lothar Müller

die Preisverleihung mit der Vergabe der 65 Startplätze (Slots) für den Ironman Hawaii. Ihren Startplatz nahm sie wie ein Grossteil der Privilegierten nur allzu gerne wahr. «Hawaii ist seit dem vorletzten Jahr ein Traum

von mir, jetzt wird er Wirklichkeit.» Neben Brandstetter profitierten sich zwei weitere LCM-Triathleten: der Meilemer Rico Romagnoli als Neunter seiner Altersklasse und der Oetwiler Carlo Benech als 15. e

Hawaii-Qualifikation für Brandstetter



Mit ihrem Altersklassen-Sieg bei ihrem Ironman-Debüt in Zürich sicherte sich LC-Meilen-Triathletin Silvia Brandstetter den Startplatz am Ironman Hawaii von Mitte Oktober und wurde zugleich AK-Schweizermeisterin.

Von «unglaublichen Gefühlen» erzählte Silvia Brandstetter nach dem Ironman Switzerland mit den 3,8 km Schwimmen, den 180 km Velofahren sowie den

42,2 km Laufen. «Ich konnte mir zwischenzeitlich nicht vorstellen, wie ich es ins Ziel schaffen sollte. Ich litt und litt und litt.» Bauchkrämpfe plagten sie auf der Marathon-Strecke zu Fuss. «Nicht einmal an Joggen konnte ich auf den ersten 10 Kilometern denken.» Die Führungsposition, die sie sich in ihrer Altersklasse erkämpft hatte, musste sie «ohne reagieren zu können» preisgeben. «Viel präsenter als ein Toprang war die Aufgabe», blickte sie später zurück.

Bei einem der zahlreichen Aufeinandertreffen mit Freund Samuel Jud stellte ihr der selber sehr erfahrene und erfolgreiche Langdistanz-Triathlet die Frage, ob sie kapitulieren müsse oder

ob sie nochmals einen Anlauf nehmen könne. Jud riet ihr, die Beine zwei Minuten hochzulagern. Wider Erwarten war die Wirkung erstaunlich. Nicht nur die Beine fanden zu neuer Energie, sondern der ganze Körper. Plötzlich konnte Brandstetter wieder leicht laufen.

Alles ist möglich

Ein noch nie dagewesener Optimismus durchströmte sie. «Alles ist möglich», schoss es ihr durch den Kopf. Rund fünf Kilometer vor dem Ziel eroberte sie die Führungsposition zurück. Bis ins Ziel holte sie einen Vorsprung von nicht weniger als sechseinhalb Minuten heraus. «Die Angst, Dorit komme nochmals, blieb glücklicherweise unbegrün-

det», sagte Brandstetter. Und sie betonte: «Ich bin selber erstaunt, welche mentale Stärke ich in dieser Schlussphase ausspielen konnte.» Nach 12:28:45 Stunden war sie im Ziel, begleitet von höchsten Glücksgefühlen, Stolz und Dankbarkeit.

Dank des Grosserfolgs am Ironman Switzerland kam Silvia Brandstetter zu einem weiteren Pflicht-Programm am Folgetag: Die Preisverleihung mit der Vergabe der 65 Startplätze (Slots) für den Ironman Hawaii. Ihren Startplatz nahm sie wie ein Grossteil der Privilegierten nur allzu gerne wahr. «Hawaii ist seit dem vorletzten Jahr ein Traum von mir, jetzt wird er Wirklichkeit.»

Neben Brandstetter profilierten sich zwei weitere LCM-Triathleten: Rico Romagnoli als Neunter seiner Altersklasse und Carlo Benech als 15.

(gg)

Hawaii-Qualifikation für Schmiedel



Erfolgreiches Ironman-Debüt für die LC-Meilen-Triathletin Petra Schmiedel: Am Ironman Mallorca qualifizierte sie sich als Zweite der Kategorie 45-49 für die Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii im 2017.

Die Glücksgefühle überwogen die Schmerzen bei weitem. «Grossartig, wie dieser Tag verlaufen ist», sagte Petra Schmiedel nach den 3,8 km Schwimmen, 180 km Velo und 42,2 km Laufen am Ironman Mallorca und ihrer Schlusszeit von 10:31 Stunden. Dass die letzten 10, 15 Kilometer des abschliessenden Marathons wegen Krämpfen sehr hart geworden waren, spielte nun keine Rolle mehr. «Einfach durchhalten, durchkommen, wie auch

immer», hatte sie sich in jener Rennphase gesagt und vorübergehend ins Marschieren gewechselt.

Nachdem die 48-Jährige letzten und diesen Frühling Rang 3 beim Ironman 70.3 in Rapperswil über die halbe Ironman-Distanz feierte, konnte sie nun ihre Fortschritte auf der Volldistanz unter Beweis stellen – beim Debüt notabene. Die Basis zu ihrem Erfolgserlebnis legte sie auf der Velostrecke. Trotz 1500 Höhenmetern realisierte sie mit ihren 5:27 Stunden eine Klassezeit. Nur 25 Frauen, inklusive Profis, wurden in einer besseren Zeit gestoppt. Am Schluss jubelte sie: «Eine Zeit unter 11 Stunden hatte ich im Hinterkopf, dass es aber derart schnell gehen könnte, ist überwältigend.»

Als wichtigen Faktor nennt Schmiedel die Trainingspläne von Coach Kurt Müller. «Ich arbeite zum ersten Mal nach Plan und spreche hervorragend darauf an», sagt sie. an. Hawaii betrachtet sie als «tolle Belohnung und ein reizendes Fernziel».

Schnüriger knapp am Podest vorbei

Um 17 Sekunden verpasste am Pfäffikerseelauf über 12,2 km Samira Schnüriger den Podestplatz. Nach einer Erklärung musste die 21-Jährige nach der letzten Prüfung des diesjährigen Züri-Lauf-Cups allerdings nicht suchen: «Der Greifenseelauf acht Tage zuvor hatte Spuren hinterlassen.» Es handelte sich für sie um eine Art Experiment, nachdem ihr letzten Frühling nach dem Berlin-Halbmarathon in Dübendorf ein gutes 10-km-Rennen glückte. Nun aber musste sie bereits ab Streckenhälfte ungewohnt kämpfen und Energie investieren.

Das zahlte sich insofern aus, dass sie Platz 4 sicher verteidigte. Die drittplatzierte Raja Urner, die sie auf einer solchen Strecke schlagen kann, vermochte sie aber nicht zu gefährden. Bei den W20 belegte sie Platz 3. Überzeugende Ergebnisse lieferten auch Peter Peter (5. M50) und Andrea Steffens (6. W50).

(gg)

Eine strahlende Hawaii-Finisherin



Nach dem 15. Kategorienrang am Ironman Hawaii bilanzierte die LC-Meilen-Triathletin Silvia Brandstetter hochofrennt: «Das war für mich ein perfektes Rennen.»

Was morgens kurz vor sieben Uhr in der Bucht von Kailua-Kona mit dem Schwimmen im Pazifischen Ozean begann und 12:40:32 Stunden später fast gleichenorts endete, war für Silvia Brandstetter «ein Wahnsinnserelebnis». Der Ironman Triathlon auf Hawaii umfasst die legendären 3,9 km Schwimmen, 180 km Velofahren und 42,2 km Laufen – es ist der bedeutendste Triathlon weltweit. Eine Premiere für die 55-Jährige aus Männedorf. Und sie glückte zur vollsten Zufriedenheit.

Mit Tränen in den Augen

Gestartet war Silvia Brandstetter mit Tränen in den Augen. «Die Emotionen kamen hoch: Ich auf Hawaii, an diesem grossen Tag.» 1:26:28 Stunden benötigte Silvia Brandstetter für die Auftaktdisziplin im offenen Meer. Es folgten 6:25:13 Stunden auf dem Velo. «Ich nahm mich hier absichtlich zurück und fuhr nie am Limit», sagte sie. Das hatte eine wohltuende Konsequenz:



Silvia Brandstetter spulte 180 Kilometer auf dem Velo ohne Probleme ab. Foto: zvg

«Trotz heftiger Windböen und Gegenwind konnte ich die einzigartige, eindrücklich schöne Landschaft und das ganze Ambiente richtig aufsaugen.» Die Fahrt in die Lavawüste, den Blick aufs Meer, den blauen Himmel, die immer seltener werdenden Grasbüschel, vereinzelte Tiere, den Krater und die Hotspots mit dem Publikum. Aber auch das Auf und Ab, das Flirren der Luft, die Windböen, die Unerbittlichkeit der Distanz.

Glanzleistung im Sonnenuntergang

Zum Dessert folgte der Marathon bei brütender Hitze. Doch auch diese Strapaze meisterte die ausdauererprobte Athletin mit Bravour. 4:40:33 Stunden war sie zu Fuss unterwegs

– «ohne nennenswerte Probleme, ich konnte konstant rennen», wie sie betonte. Und als Tüpfchen auf dem i kam sie just zur richtigen Zeit, um auf der ersten Streckenhälfte in den Sonnenuntergang hineinzulaufen. Ins Ziel lief sie mit einem Strahlen im Gesicht, begleitet von der Speakerstimme und den legendären Worten: «You are an Ironman».

Im Ziel wartete Freund Samuel Jud mit einem wohlverdienten Bier auf sie. Mit ihrer Schlusszeit belegte Silvia Brandstetter bei den Frauen 55 bis 59 den 15. Rang. Sie befindet sich damit im ersten Drittel des Klassements. In der Overall-Wertung (mit Profis und Männern) liegt sie auf Position 1752.

Hawaii-Finisherin aus Männedorf

MÄNNEDORF Nach dem 15. Kategorienrang am Ironman Hawaii bilanzierte die LC-Meilen-Triathletin Silvia Brandstetter hochofrenet: «Das war ein perfektes Rennen für mich.»

Was morgens kurz vor sieben Uhr in der Bucht von Kailua Kona mit dem Schwimmen im Pazifischen Ozean begann und 12:40:32 Stunden später fast gleichenorts endete, war für Silvia Brandstetter «ein Wahnsinnsenerlebnis». Um den Ironman-Triathlon auf Hawaii handelte es sich, um die legendären 3,9 km Schwimmen, die 180 km Velo und die 42,2 km Laufen, um den bedeutendsten Triathlon weltweit. Und um eine Premiere handelte es sich für die 55-Jährige aus Männedorf.

1:26:28 Stunden benötigte Silvia Brandstetter für die Auftaktdisziplin im offenen Meer. Es folgten 6:25:13 Stunden auf dem Velo. «Ich nahm mich hier absichtlich zurück und fuhr nie am Limit», sagte sie. Das hatte eine wohltuende Konsequenz: «Trotz heftiger Windböen und Gegenwind konnte ich die einzigartige, eindrücklich schöne Landschaft und das ganze Ambiente richtig aufsaugen.»

Zum Dessert folgte der Marathon bei brütender Hitze. Doch auch diese Strapaze meisterte



Die Männedörflerin Silvia Brandstetter beendete den Ironman auf Hawaii erfolgreich.

zvg

die ausdauererprobte Athletin mit Bravour. 4:40:33 Stunden war sie zu Fuss unterwegs – «ohne nennenswerte Probleme, ich konnte konstant rennen», wie sie betonte. Und als Tüpfchen auf dem i kam sie zur Gele-

genheit, auf der ersten Streckenhälfte in den Sonnenuntergang hineinzulaufen. Ins Ziel lief sie mit einem Strahlen im Gesicht. Dort wartete Freund Samuel Jud auf sie. Mit ihrer Schlusszeit belegte Silvia Brand-

stetter bei den Frauen 55 bis 59 den 15. Rang und befand sich damit im ersten Drittel des Klassements. In der Overall-Wertung (mit Profis und Männern) fand sie sich auf Position 1752 wieder.

e

Dreimal SM-Triathlon-Silber



Mit zwei zweiten Rängen und dem Gewinn der Silbermedaillen trumpten Abigail Febrey und Henning Kneller an der Schweizer Nachwuchs-Triathlon-Meisterschaft auf. Bei erstmaliger Teilnahme platzierte sich der LC Meilen Tri mit dem U11-Team gleich auf Rang 2.

Einen besseren Beweis dafür, wie gut bei den LCM-Nachwuchstriathleten gearbeitet wird, hätte es kaum geben können. Zum ersten Mal war der LCM-Tri mit einem Juniorenteam am Regiocup von Swiss Triathlon dabei – und sofort konnte dieses an den hochstehenden Wettkämpfen ganz vorne mitmischen.

«Mit viel Enthusiasmus und Disziplin glückten rasche Fortschritte», freute sich Coach Tom Altenburger. Es resultierten an den Schweizer Meisterschaften in Opfikon zwei Silbermedaillengewinne durch Abigail Febrey und Henning Kneller, je bei den M10/11 respektive K10/11. Ebenso eroberte das Team mit Febrey, Kneller und Julian Altenburger in dieser Altersstufe Rang 2 – nur um 5 Sekunden vom Meistertitel getrennt.



Henning und Tobias Kneller, Julian Altenburger und Abigail Febrey (v.l.).

Foto: zvg

Tobias Kneller belegte bei den 12/13-Jährigen Platz 9. «Dieses Rennen hat unglaublich Spass gemacht», sagten alle übereinstimmend und staunten über die Grösse und die Ausstrahlung des Events.

Schnüriger knapp neben dem Podest

Mit starken Ergebnissen trumpten auch die LC-Meilen-Langstreckenläufer auf. Für das Topergebnis am Rütli-Lauf im Rahmen des Züri-Lauf-

Cups sorgte Samira Schnüriger. Die 21-Jährige belegte den vierten Gesamtrang und lag nach den gut 45 Laufminuten nur 45 Sekunden hinter der zweitplatzierten Raja Aellig-Urner und 34 Sekunden hinter der dritten Manuela Kessler. Nur Siegerin und EM-Teilnehmerin Martina Tresch war eine Klasse für sich (3:29 Differenz). Mit einem Altersklassen-Podestrang wartete Sigi Föhn (2. M50/14 overall) auf.

(gg)



Leichtathletikclub Meilen
Postfach 513 — 8706 Meilen

www.lcmeilen.ch

Ausrüster:

