

pressespiegel

Ausgabe 1. Halbjahr 2018

Laufsport s.03

Leichtathletik s.22

Triathlon s.28



1928
IX^E OLYMPIADE
AMSTERDAM

Laufsport

Eindrücklicher Auftakt ins Laufjahr

MEILEN Nicht nur witterungsmässig war der Start ins Wettkampfsjahr 2018 für die LC-Meilen-Läufer beim Neujahrslauf in Dietikon vielversprechend, sondern auch bezüglich Resultate. Einmal mehr überragend war Monica Hug.

52:44 Minuten benötigte Monica Hug aus Hombrechtikon für den topografisch anspruchsvollen Parcours von 12,1 km. Damit unterbot sie ihre Bestmarke aus den Jahren 2014 und 2015 – sie lief zweimal auf die Sekunde die gleiche Zeit – um über zweieinhalb Minuten. Dass dabei für die Serienstiegerin in ihrer Altersklasse Rang 1 herauszuschaut, überrascht nicht. Hug liess die W-50-Kategorie schnellste Rosa Moreira ebenfalls hinter sich.

Angetrieben fühlte sich Hug durch die neu in ihre Altersklasse aufgestiegene Monika Kaufmann. Einen Vorsprung von schliesslich 51 Sekunden holte sie sich auf die erfolgsgewohnte Widersacherin heraus. Dieser Saisonstart vermittelte der 60-Jährigen «ein gutes Gefühl für die grösseren Herausforderungen». Die Senioren-EM Anfang Sommer wird eine sein, ebenso Bergläufe und die weiteren Züri-Lauf-Cup-Rennen. Gewonnen wurde das Frauentennen von der Bahn- und Strassenläuferin Joelle Flück (45:49), vor Alexandra Schaller (45:57) und Jasmin Widmer (46:32). Hug belegte Rang 20.

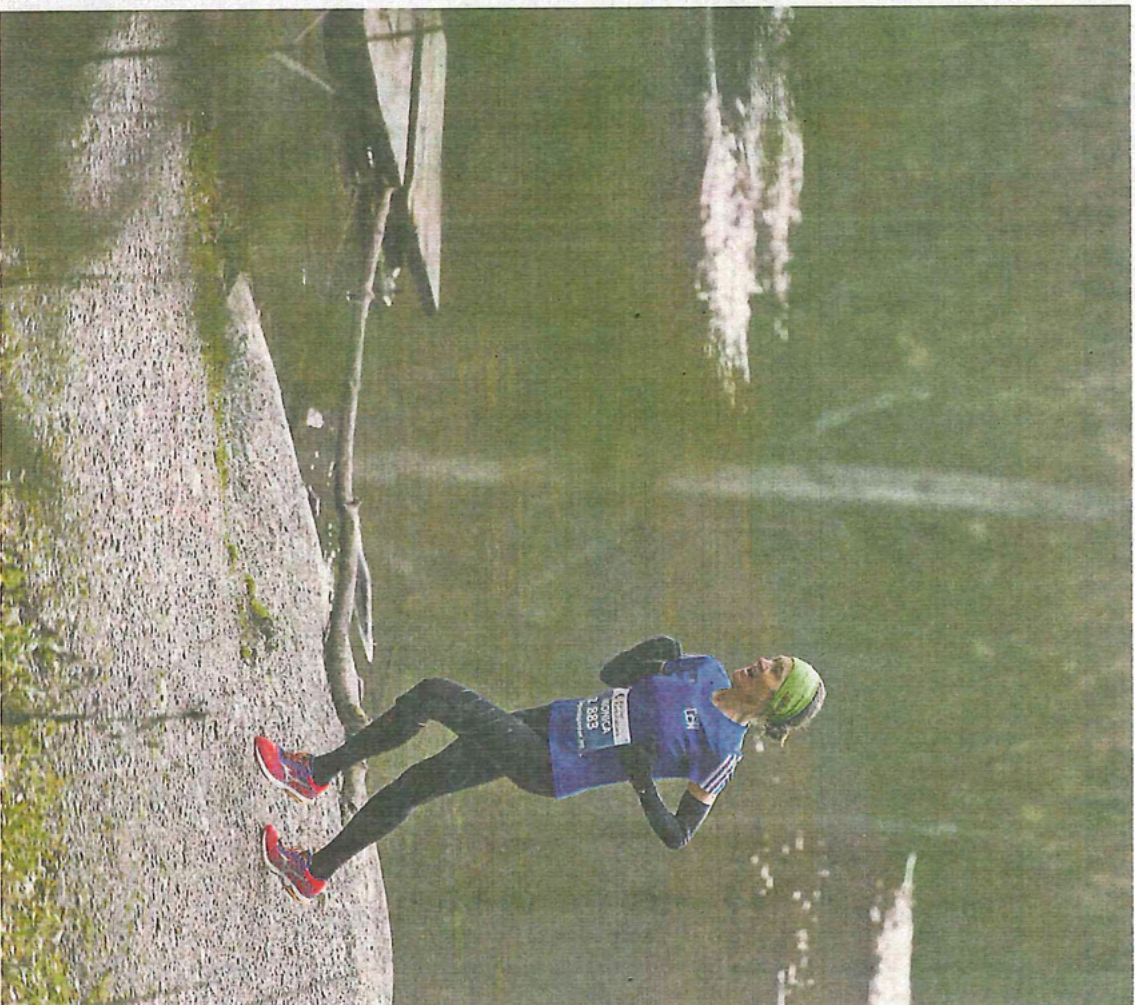
Bei den Männern sorgte Patric Masar mit 44:27 Minuten für die beste Zeit. Platz 9 bei den M-40 und Overallrang 27 erkämpfte sich der 41-Jährige. Im Vergleich zum letzten Jahr steigerte er sich um rund zwei Minuten. Rangmässig musste er sich jedoch mit einer Zurückstufung bescheiden – allerdings bei deutlich stärkerer und breiterer Konkurrenz.

Um 18 Sekunden verfehlte Peter Peter aus Männedorf bei den M-50 den dritten Podestplatz. «Unter Berücksichtigung der letzten drei Monate geht dieses Ergebnis in Ordnung», sagte er – obschon er letztes Jahr bei deutlich ungünstigeren Bedingungen (Schnee) schneller gewesen war. Wegen Schmerzen an einem Fussgelenk ist er in den vergangenen drei Monaten lediglich 800 km gelaufen – rund die Hälfte dessen, was er ein Jahr zuvor in derselben Periode in den Beinen hatte.

Rüttmann wieder auf dem Podest

Der zweite LCM-Podestplatz gelang im Juniorenrennen Cyril Rüttmann mit Platz 3. Beachtlich ist dies insofern, dass der noch nicht 16-Jährige und letztjährige Gesamtstieger aus Männedorf bei den U-16 zu den U-20 aufgestiegen ist und sich erstmals mit den bis zu drei Jahren älteren Widersachern zu messen hatte. «Dass ich mich damit gut behaupten kann, hätte ich nicht gedacht», freute er sich.

LC Meilen



Die Hombrechtikerin Monica Hug erreichte den ersten Platz am Neujahrslauf in Dietikon.

Foto: ZKB Züri-Lauf-Cup

Eindrücklicher Auftakt ins Laufjahr



Nicht nur witterungsmässig war der Start ins Wettkampfsjahr 2018 beim Neujahrslauf in Dietikon vielversprechend, sondern auch bezüglich LCM-Resultate. Überlegend lief Monica Hug.

«Wenn's in ähnlichem Stil weitergeht...», sagte Monica Hug nach den 12,1 km am Neujahrslauf in Dietikon und verwies auf ihr Rennen. Phantastisch glückte dieses, vom Laufgefühl wie von den Zeiten her. 52:44 Minuten benötigte sie für den topografisch anspruchsvollen Parcours. Damit unterbot sie ihre Bestmarke aus den Jahren 2014 und 2015 – sie lief zwei Mal auf die Sekunde die gleiche Zeit – um über zweieinhalb Minuten.

Dass dabei für die Seriensielerin in ihrer Altersklasse Rang 1 herauschaut, überrascht nicht. Die Qualität der Leistung belegt auch die Tatsache, dass Hug die W50-Kategorie schnellste Rosa Moreira ebenfalls hinter sich liess.

«Ich war bei meinem ersten Wettkampf seit drei Monaten ohne konkrete Anhaltspunkte losgerannt und hatte stets das Gefühl, es laufe leicht», sagte Hug. Angetrieben fühlte sie sich durch die neu in ihre Altersklasse aufgestiegene Monika Kaufmann. Einen Vorsprung von schliesslich 51 Sekunden holte sie sich heraus. «Ich wusste von ihr, dass sie die Rennen schnell angeht, und dann fühlte sich der Beginn ruhig und gemächlich an», schmunzelte sie. Der Saisonstart vermittelt Hug «ein gutes Gefühl für die grösseren Herausforderungen».

Die Senioren-EM Anfang Sommer wird eine solche sein, ebenso Bergläufe und die weiteren Züri-Lauf-Cup-Rennen. Gewonnen wurde das Frauenrennen von der bekannten Bahn- und Strassenläuferin Jolinde Flück (45:49) vor Alexandra Schaller (45:57) und Jasmin Widmer (46:32). Hug belegte Rang 20.

Masar erfreut, Peter relativierend
Bei den Männern sorgte Patric Masar mit 44:27 Minuten für die beste Zeit. Dies bedeutete Platz 9 bei den



Monica Hug vom LC Meilen am Neujahrslauf in Dietikon. Foto: ZüriLaufCup

M40 und Overallrang 27. «Auch mir ist der Wettkampfstart ins 2018 geglückt», sagte der 41-Jährige. Vor allem freut ihn, dass die Fussbeschwerden des letzten Herbstes (überdehnte Bänder) dank der mehrmonatigen Wettkampfabstinenz auskuriert sind. Im Vergleich zum letzten Jahr steigerte er sich um rund zwei Minuten. Rangmässig musste er sich mit weniger bescheiden – allerdings bei deutlich stärkerer und breiterer Konkurrenz.

Um 18 Sekunden verfehlte Peter Peter bei den M50 den dritten Podestplatz. «Unter Berücksichtigung der letzten drei Monate geht dieses Ergebnis in Ordnung», sagte er – obschon er letztes Jahr bei deutlich ungünstigeren Bedingungen (Schnee, rutschig) schneller gewesen war. Wegen Schmerzen am Fussgelenk ist er in den vergangenen drei Monaten lediglich 800 km gelaufen – rund die Hälfte dessen, was er ein Jahr zuvor in derselben Periode in den Beinen hatte.

Rüttimann schon wieder auf dem Podest

Der zweite LCM-Podestplatz gelang im Juniorenrennen Cyrill Rüttimann – Platz 3. Beachtlich ist dies insofern, als dass der noch nicht 16-Jährige und letztjährige Gesamtsieger bei den U16 zu den U20 aufgestiegen ist und sich erstmals mit den bis zu drei Jahren älteren Widersachern zu messen hatte. «Dass ich mich derart gut behaupten kann, hätte ich nicht gedacht», freute er sich.

/gg

Klasselauf von Monica Hug



Monica Hug stellte am 10-km-Sri-Chinmoi-Strassenlauf in Schaffhausen eine hervorragende 10-km-Bestzeit auf.

Mit 41:50-Minuten blieb Monica Hug 1:33 Minuten unter ihrer bisherigen Bestmarke vom vorletzten Jahr über diese Distanz. Und dem nicht genug: Es handelt es sich um eine Zeit von höchster Qualität in der Kategorie W60. Letztmals lief in der Schweiz in diesem Alter Stefica Gajic im Jahr 2011 schneller – mit 39:41 Minuten. Und als Vergleich lässt sich auch der Masterweltrekord von 38:56 Minuten von Lidia Zentner (D) heranziehen.

Monica Hug wurde sich ihrer «guten Beine und dem daraus folgenden Topresultat» unterwegs immer bewusster. «Das wird der Lauf meines Lebens», schoss es ihr immer wieder durch den Kopf. Die Vermutung sah sie im Ziel bestätigt, sie lief mit einem Kilometerschnitt von 4:11 Minuten. Bisher orientierte sie sich an 4:20 Minuten pro Flachkilometer. Allerdings gilt es anzumerken, dass sich Hug nur selten auf schnellen Flachstrecken mit Teerbelag misst. Sie absolviert normalerweise Bergläufe und die welligen Rennen des Züri-Lauf-Cups.

Auch Monica Hugs Ehemann Peter landete einen Kategoriensieg bei den M60. Allerdings verblasst dieser im Vergleich mit der Leistung seiner Frau. Er sah sich denn auch «als Verlierer des Familienduells». Er benötigte 42:14 Minuten.

Anita Ribary Fünfte am Engadin Skimarathon

Und Hug sorgte nicht für den einzigen LCM-Höhepunkt: Am Engadin Skimarathon platzierte sich Anita Ribary auf Rang 5 bei den W55. Sie bezeichnete das Resultat als «krönenden Abschluss eines tollen Langlaufwinters». Sie lief hinter einer Norwegerin und drei Bänderinnen ins Ziel, es fehlten 4:10 Minuten zum Sieg, 1:33 zum letzten Podestplatz. Wie wertvoll das Abschneiden ist, zeigt auch ein Blick ins Overall-Klassement: Platz 115 unter den 2423 klassierten Frauen.

/gg

Das Siegen verinnerlicht



Sigi Föhn sicherte sich an der Schweizer 10-km-Strassenlauf-Meisterschaft in Oberriet (SG) den Altersklassen-Meistertitel. Auch Peter Peter gewann, dies am Männedörfler Waldlauf.

Auch dieses Jahr steht Sigi Föhn auf der obersten Podeststufe eines Schweizer Meisterschaftsrennens: In Oberriet (SG) gewann er über 10 km bei den M55 klar. «Toll, mein fünfter Titel, aber mein erster im 2018», freute er sich. Nach den harten, da vom Wind erschwerten Kilometern strahlte er: «Nach dem Startverzicht von Vorjahressieger Martin Kühne war ich mir meiner Favoritenrolle bewusst, und als ich Gaetano Genoves früh überholte, nahm ich an, dass ich in Führung liege.» 53 Sekunden schneller als der Tessiner war er schliesslich. Nachdem Föhn im vergangenen Jahr gleich drei Mal zum Schweizer Meister erkoren worden war (Cross, Berglauf und Halbmarathon) und 2016 über die 21,1 km seine Titelpremiere feierte, findet nun die eindrückliche Serie eine Fortsetzung.

Peter wiederholt Waldlaufsieg

Nach dem letzten Jahr nachdoppeln konnte Peter Peter beim Männedörfler Waldlauf im Rahmen des Züri-Lauf-Cups. Bei den M50 setzte er sich vor Clubkollege Philipp Färber durch. «Ich kam locker und sehr gut weg und konnte meine Führung ins Ziel retten», sagte er. Für ihn kam der Erfolg überraschend: «Im Training war Philipp noch stärker, und auch andere Konkurrenten haben mich jüngst noch geschlagen.» Im Junioren-Rennen über 5,3 km belegten Cyril Rüttimann und Martin Barrett die Positionen 2 und 3.

/gg

Alle Spitzenränge abgedeckt



Leichtathletik & Triathlon

Am Laufsporttag Winterthur und zweiten Züri-Lauf-Cup-Rennen des Jahres überzeugten die Vertreter des LC Meilen: Sie deckten sämtliche Ränge zwischen eins und sechs ab. Und auch andernorts fielen sie mit Toprangierungen auf.

Dass die Läuferinnen und Läufer des LC Meilen die vordersten Positionen in den Gesamtklassements und vor allem in den Alterskategorien der Züri-Lauf-Cup-Rennen einnehmen, ist zur Gewohnheit geworden. Dass sie aber die Podestränge eins bis drei belegen und zudem auch sämtliche weiteren bis Rang sechs – das ist eine Rarität, wie sie sich beim 11-km-Rennen in Winterthur präsentierte.

Angenehme Topographie

Für das herausragende Ergebnis sorgte einmal mehr Monica Hug. Sie konnte sich als Siegerin bei den W60 feiern lassen. Ein weiteres Indiz für die Qualität ihrer Leistung: Platz 18 unter sämtlichen Frauen. «Dieses Winterthurer Rennen mag ich», sagte sie und verwies auf die Topografie mit einem Anstieg zu Beginn, einem welligen Abschnitt im Eschenbergwald, einer Abwärts- und einer flachen Schlusskilometer.

Gefordert fühlte sich Hug in diesem Jahr aber besonders vom Schnee. «Wo läuft es sich am schnellsten und effizientesten?», fragte sie sich, «auf dem Hartgepressten oder über die feine Neuschneeschiicht?» – Mit ihrem geringen Gewicht befand sie sich vor allem gegenüber schwereren Athleten, etwa den Männern, im Nachteil. Allerdings hielt sie auch fest: «Ich konnte mich auf meine Trailsschuhe verlassen, und das war wichtig.» Ihre persönliche Rekord-



Monica Hug sorgte für ein herausragendes Ergebnis. Foto: AlphFoto.com

marke vom Vorjahr konnte sie mit ihren 49:50 Minuten dennoch nicht angreifen.

Viele Erfolgserlebnisse

Zu Erfolgserlebnissen kamen weitere LCM-Athleten: Sigi Föhn lief bei den M50 mit 41:31 Minuten auf Rang zwei – nur sieben Zehntel hinter dem profilierten und acht Jahre jüngeren Ironman Triathleten Richard Stoffel. Platz drei über die Kurzstrecke bei den Junioren belegte Cyrill Rüttimann, Platz vier Andrea Steffens bei den W50, Platz fünf Philipp Färber bei den M50 sowie Platz sechs gleich ein Trio: Patric Masar, Peter Peter und Peter Hug, bei den M40, M50 und M60.

Weitere Akzente

LCM-Akzente setzten Samira Schnüriger und Anita Ribary auch andernorts. Schnüriger lief die 10 km in Payerne in 38:36 Minuten. Platz elf belegte sie im stark besetzten Feld der Frauen, Rang drei bei den W20. Am Frauenlauf des Engadin Skimarathon platzierte sich Anita Ribary auf Platz sieben bei den W50 (62. Gesamtrang).

Ein starkes Trio und die Seriensiegerin



Die Meilemer Athleten brillierten am GP der Stadt Dübendorf.

Foto: ZKB ZüriLaufCup Alpha-Foto

bestreiten wird, trainierte er als Multisportler häufiger auf dem Velo und bestreift keine Laufwettkämpfe. Trotzdem und auch trotz der ungewohnt hohen Temperatur lief er ein ausgezeichnetes Rennen. Als motivierend entpuppte sich die interne Konkurrenz zwischen den drei schnellsten Meilemer Athleten: Bützberger, Sigi Föhn und Patrick Masar. Immer wieder wechselten die Positionen. Am Schluss verfügte Bützberger über einen Vorsprung von 7 Sekunden auf Föhn und 21 auf Masar. Im Gesamtklassement des von Christian Mathys gewonnenen Rennens belegte das Trio die Plätze 31, 32 und

35. Und aufs Podest schaffte es Föhn: als Zweiter der Kategorie M50. Lediglich 13 Sekunden vor der 57-jährige auf Kategoriensieger Norbert Hegner. «Klar hätte ich gerne gewonnen», sagte er und schätzte sich selbstkritisch ein: «Ich lief gut, aber eben nicht gut genug.»

Hug-Serie setzt sich fort

Wie gewohnt für ein höchst wertvolles Resultat sorgte Monica Hug bei den Frauen. Sie belegte Platz 16 und gewann einmal mehr ihre Alterskategorie bei den W60. Wie stark die Leistung ist, zeigt der Vergleich mit den Schnellsten: 6:28

Minuten verlor sie auf Tagessiegerin Nicole Egger, die aktuelle Schweizer Crossmeisterin, 4:34 auf die drittplatzierte Fiametta Troxler. W40-Siegerin Nicole Lohri (4.) war vier Minuten schneller, W50-Siegerin Rosa Moreira gerade noch 31 Sekunden. «Mir ist's erfreulich gut gelaufen», sagte Hug. Sie war allerdings anderthalb Sekunden langsamer als letztes Jahr: «Durch die ungewohnte Hitze war es anstrengender.»

Zwei Top-Ten-Klassierungen resultierten im Jugend-Lauf-Cup: Martin Barrett belegte Platz 6, Cyrill Rüttimann Platz 9.

/gg



Tolle Präsenz der LC-Meilen-Athleten am GP der Stadt Dübendorf: Monica Hug gewinnt in ihrer Alterskategorie, Sigi Föhn belegt Platz 2, und Alexander Bützberger ist schnellster Meilemer.

Für Alexander Bützberger war das starke Rennen und die Zeit von 36:36 Minuten für die 10 km eine Überraschung. Weil der 35-jährige diesen Frühling keinen Marathon

Nationale und internationale Erfolge

Meilemer Sportlerinnen und Sportler geehrt

Ob alleine oder im Team, die Leistungen der Meilemer Sportlerinnen und Sportler sind bemerkenswert. Einige von ihnen gehören national und zum Teil sogar international zu den Besten in ihrer Sportart und Kategorie. Grund genug, sie für diese Leistungen zu ehren.

Gemeinderätin Irene Ritz begrüßte am vergangenen Freitag Meilemer Sportlerinnen und Sportler, deren Angehörige, Vereinsvertreter und Gäste im Gewölbekeller des Löwen. Die Sportkommission der Gemeinde Meilen will mit der Ehrung herausragende Leistungen im Sport honorieren. Mit einem Beitrag in die Vereinskasse soll die gute Arbeit, die in den Sportclubs geleistet wird, weiter gefördert und unterstützt werden.

Herausragende Leistungen wurden in den vergangenen Monaten in sehr unterschiedlichen Sportarten erbracht. Und in sehr unterschiedlichen Altersklassen: So ist die jüngste geehrte Sportlerin, eine Sportschützin, gerade mal 12 Jahre alt, die älteste Sportlerin startet als Läuferin in der Kategorie W60. Gemeinsam haben sie alle ihren Kampfgeist, die Leidenschaft für den Sport und der unermüdete Trainingseinsatz. Es sei nicht immer einfach, Training, Schule, Job und Privatleben unter einen Hut zu bekommen, sagten die Athletinnen und Athleten in den Kurzinterviews zu ihrem Sportlerleben, da sind sich alle einig. Mit der Unterstützung der Familie, des Umfelds und einem guten Verein im Rücken, seien aber auch diese Herausforderungen zu meistern.

Neben dem Junioren B-Team des FC Meilen wurden in diesem Jahr Einzelsportler ausgezeichnet. Obwohl man am Wettkampftag seine



Die Junioren B des FC Meilen.



Die geehrten Einzelathletinnen und Athleten.

Fotos: MAZ

Leistung alleine erbringen müsse, sei das gemeinsame Training mit den Teamkollegen, der Austausch und der gute Zusammenhalt Ansporn für gute Leistungen, sagten viele der Einzelathleten. Das Team motiviere zusätzlich, die strenge Trainingszeit und die teilweise langen Fahrten an den Wett-

kampfort auf sich zu nehmen. Gerade bei den jungen Athletinnen und Athleten sind so auch die Familien stark gefordert. Nur wenn alle an einem Strick ziehen, kann ein solches Pensum gestemmt werden. So sind auch in Zukunft grossartige Erfolge möglich.

/fho

An der Meilemer Sportlerehrung ausgezeichnet wurden:

Sigi Föhn, LC Meilen

Schweizer Meister 10 Km Strasse, Berglauf und Halbmarathon und Gesamtzweiter am Züri Laufcup.

Monica Hug, LC Meilen

Schweizer Meisterin im Berglauf, Siegerin am Zermatt Ultra und am Transviamala-Lauf und Gesamtsiegerin am Züri Laufcup.

Leoni Richter, Schwimmclub Meilen

Erfolgreichste Schwimmerin der Schweizer Nachwuchsmeisterschaften in Tenero. 3x Gold (100 und 200m Freistil und 200m Delfin) und 1x Silber (100m Delfin)

Chantal Ua, Schwimmclub Meilen

Gewinnerin der Bronzemedaille über 200m Brust an den Schweizer Nachwuchsmeisterschaften in Tenero.

Abigail Febrey, Schwimmclub Meilen

Gewinnerin der Bronzemedaille über 100m Rücken an den Schweizer Nachwuchsmeisterschaften in Tenero.

Sina Frei, Veloclub Meilen

U23 Weltmeisterin und Gold im Teamwettkampf

Fabienne Kipfmüller, Veloclub Meilen

Jugend EM Silbermedaille im Team U15, 9. Platz an der Jugend EM U15 und Rang 1 in der Gesamtwertung am Swiss Bike Cup und dem EKZ Cup.

Lara Krähenmann, Veloclub Meilen

Schweizermeisterin im Zeitfahren U19, Silber an den Schweizermeisterschaften in der Disziplin Strasse Platz 2 in der Disziplin Radquer.

Manuel Behringer, Veloclub Meilen

Teamsprint Bahn Schweizermeister

Jessica Ochsner, Sportschützen Feldmeilen

Goldmedaille im Jugendfinal der Schweizermeisterschaften.

Caspar Huber, Sportschützen Feldmeilen

2 Medaillen an den Schweizermeisterschaften in der Disziplin Kleinkaliber und eine Medaille in der Disziplin Luftgewehr.

Junioren B-Team, FC Meilen

Aufstieg in die Coca-Cola Junior League, Sieg an internationalem Turnier in Deutschland.

Doppeljubiläum der Meilemer Leichtathleten

Neuer Präsident präsentiert neue Website



Die Generalversammlung des Leichtathletik- und Triathlon-Vereins im grossen Saal des Löwen stand ganz im Zeichen zweier Jubiläen. Es werden 40 Jahre LC Meilen und

«150 Jahre Turnen + Sport» in Meilen gefeiert.

Über 60 Mitglieder, davon viele Ex-Präsidenten und Ehrenmitglieder, waren gespannt auf die erste GV unter der Leitung des neuen Präsidenten Thomas Türlér.

Er gab einen Einblick in die Benutzung der neuen Website, blickte mit kurzweiligen Diashows auf das Jahr 2017 zurück und betonte die Wichtigkeit der richtigen Förde-

rung der Jungen im Teenager-Alter. Am Schluss durften die Anwesenden mit Ausschnitten aus dem Film «Free to Run» eintauchen in die Anfänge der Laufsportbewegung in den 1970er-Jahren.

Auch die traditionellen Ehrungen durften nicht fehlen. Ausgezeichnet für ihre Topleistungen wurden Tim Kneller (U10), Céline Weber (U12), Seraina Joho und Cyrill Rüttimann (U16), das Jugend-Team U14, Monica Hug und Sigi Föhn (Laufsport) sowie Petra Schmiedel und Rico Romagnoli (Triathlon).

www.lcmeilen.ch

/zvg



Ehrenmitglieder und ehemalige Präsidenten-vereint: Jürg Dolder, Peter Peter, Peter Burkhalter, Bruno Steffen, Peter Meier, Jürg Lips, Lisbeth Bachmann, Hanspeter Greb, Hans Blöchliger, Thomas Türlér und Bruno Belser (v.l.)



Geehrt wurden unter anderem Seraina Joho, Céline Weber, Tim Federspiel und Nils Serck-Hanssen. Fotos: Immoman

Am Sonntag haben die Läufer Vortritt

Zürichsee-Zeitung Bezirk Meilen
Freitag, 20. April 2018

MARATHON Am Sonntag findet der Zürich Marathon statt. Auch Zuschauer kommen auf ihre Kosten.

Um 8.30 Uhr wird am Sonntag der Startschuss zum Zürich Marathon ertönen. 42,195 Kilometer legen die Läufer zurück: von der Badi Mythenquai über die Bahnhofstrasse zum Hauptbahnhof, per Quaibrücke zum Bellevue und der Seestrasse entlang bis nach Meilen – und dann die ganze Strecke wieder zurück.

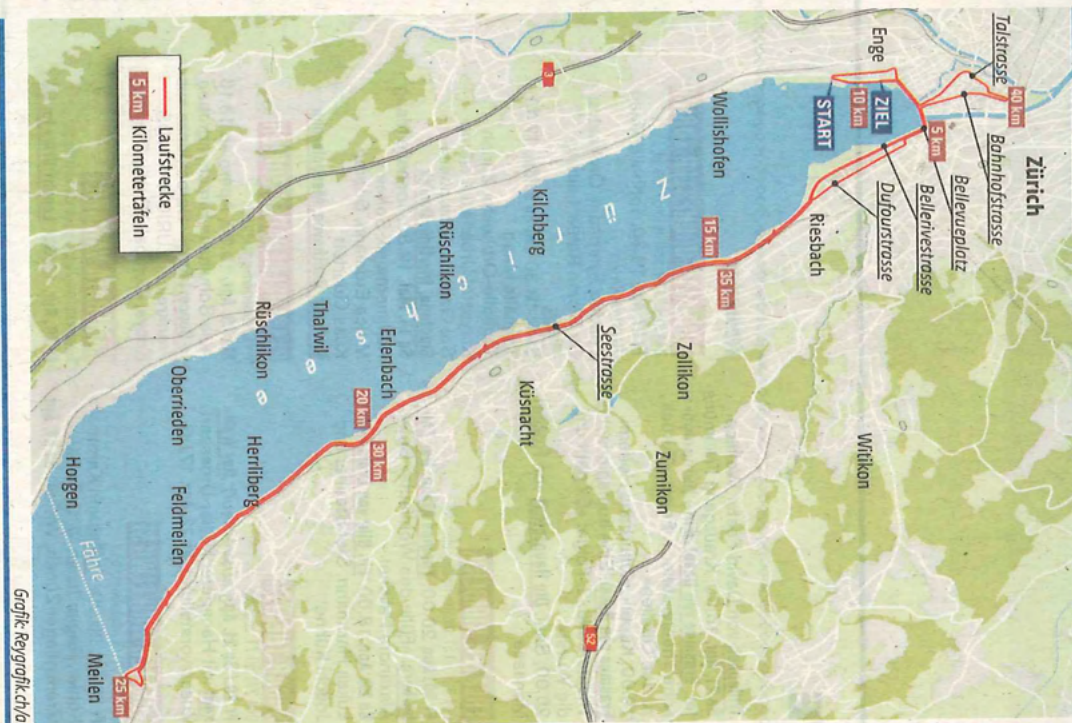
Wolkenfreier Himmel und bis zu 26 Grad werden für den kommenden Sonntag prognostiziert. Wie das Organisationskomitee des Zürich Marathons versichert, ist aber für Verpflegung entlang der Strecke gesorgt. Für die Läufer stehen Verpflegungsstationen auf der Route, für die Zuschauer haben die Seegemeinden Festzelt mit Essen, Trinken und Unterhaltungsprogramm aufgestellt.

• **Am Zolliker Schiffsteg** betreibt die Feuerwehr eine Festbeiz mit der Mundart-Rockgruppe D'Bänd.

• **In Küsnacht** feuern gleich zwei Steeldrum-Bands die Läufer an: die Wild Kats vor dem Goldbachcenter und die Steelband Frangipani beim Kuoni-Reisebüro nahe dem Schiffsteg.

• **Gegenüber dem Erlenbacher Gemeindehaus** spielen die Matra-

LAUFSTRECKE ZÜRICH MARATHON



vers im Festzelt, unterhalb des Bahnhofs Winkel die Froschlägergugge.

• **Vor Strozis Strandhaus in Herrliberg** treibt der Musikverein der Gemeinde die Marathöler an, beim Schiffsteg die Jazzband Bauchmuschi Stompers.

• **Auch in Feldmeilen**, bei der Seebad-Garage nahe der Badi Feldmeilen, musiziert eine Steelpanband: die Pfanne Steel Band.

• Der grösste Trubel der Seegemeinden wird an der **Meilemer Wendschlaufe** stattfinden: An der Dorfstrasse gibt die Hear-Again-Rock-'n'-Beat-Band den Ton an, an der Winkelstrasse die Luzerner 4-Plus-Musig und die Soihundschabe-Gugge im Festzelt. Ab 16.30 Uhr werden die Meilemer Marathon-Absolventen im Festzelt empfangen und geehrt.

Seestrasse bis Meilen gesperrt

Alle Strassen auf der Route der Läufer werden gesperrt. Im Bezirk sind es die Seestrasse von Zürich bis zum Fähnleplatz in Meilen sowie die Wendschlaufe der Läufer, auf der die Meilemer Dorfstrasse und Winkelstrasse liegen. See- und Dorfstrasse sind von 8 bis 13.30 Uhr gesperrt, die Winkelstrasse bis 17 Uhr. Die Horgen-Meilen-Fähre fährt trotz Marathon unverändert.

Tim Haag



Keine Zeit verlieren in der Wechselzone: Nicole Lauener übergibt an Peter Keller und schiebt ihn für seinen Schlusslauf an.

Foto: David Boer

«Erlenbach First» meistert Teamrun mit Bravour

MEILEN Trotz des Wahlsonntags im Bezirk Meilen nahmen Vertreter der Erlenbacher Exekutive sowie eine Schulpflegerin am gleichzeitig stattfindenden Zürich Marathon teil. Sie starteten unter dem einprägsamen Namen «Erlenbach First».

Gestern Vormittag herrscht in der Wechselzone des Teamrun am Wendepunkt des 16. Zürich Marathons in Meilen ein ziemliches Gedränge. Rund 1300 Teamläufer sind auf engstem Raum versammelt. Es sind die Schlussläufer, die das mit 17 Kilometern letzte und längste Teilstück zurück nach Zürich absolvieren werden. Sie warten auf ebenso viele Hobbyläufer, die auf dem dritten Teilstück von der Herrliberger Badi Steinrad bis Meilen über vier Kilometer unterwegs sind.

Je nach Startnummern ist den finalen Läufern ein Platz in der Wechselzone zugewiesen. Gegen elf Uhr gesellt sich der Erlen-

bacher Gemeinderat Peter Keller (CVP) zu jenen Läufern, welche zum Sektor mit den Startnummern 1200 bis 1300 gehören. Er lockert und dehnt seine Gelenke. Pius Rüdüsili gesellt sich zu ihm. Wie jedes Jahr hat der Herrliberger Gemeindeschreiber im Dorf die Bevölkerung dazu animiert, doch etwas für die Gesundheit zu tun und am Teamrun teilzunehmen. Zahlreiche Laufbegeisterte sind seinem Aufruf gefolgt. «Ihr Erlenbacher habt das mit Abstand schönste Renndress», findet Rüdüsili lobende Worte für Kellers Tenü. Das in der Tat schmutzige Trikot ist in den Farben der Gemeindefahne gehalten, das Wappen darf nicht fehlen, und ebenso

die Rückenansicht entzückt: Sie ist mit dem Schriftzug «Gemeinde Erlenbach einzigartig am Zürichsee» versehen.

Erlenbach – die Ausnahme

Einzigartig ist auch, dass Erlenbach wohl als einzige Seegemeinde ein Team mit Politikern stellt. Jedenfalls sagt Rüdüsili, er habe kurz vorher im Meilemer Wahlbüro vorbeigeschaut. Gemeinderäte und Behördenmitglieder, die sonst regelmässig den Teamrun bestreiten würden, hätten sich alle dort versammelt. «Das Gleiche gilt für Küsnacht.» Es sei reiner Zufall, dass Wahlen und Marathon zusammenfallen würden, antwortet Keller. «Wir wollten einfach mitrennen.» Und nein, sein Team starte nicht, um eine Möglichkeit zu finden, sich vom hektischen Treiben rund um den Wahlausgang abzulenken.

Keller reckt nun seinen Hals und hält Ausschau nach seiner Amts- und Parteikollegin Nicole Lauener, die ihm den Chip mit der Zeitmessung überreichen wird. Er wirkt austrainiert und ist optimistisch, die 17 Kilometer bis ins Ziel zu schaffen. Kein Wunder, war er doch vor ein paar Jahren Teilnehmer am Ironman Zürich. Er rechne mit einer Gesamtzeit um die vier Stunden und einem Ranglistenplatz im gesicherten Mittelfeld. Im Pulk der Läufer ist es gar nicht so einfach, seine Teamkollegin zu erkennen. Keller kriegt Unterstützung vom Speaker, der die Startnummern jener Läufer abliest, die sich der Wechselzone nähern. «Auch die Nummer 1249 ist in Meilen», heisst es aus den Lautsprechern. Keller trägt dieselbe Nummer. Er winkt, seine Vorläuferin winkt zurück, eine kurze Umarmung,

der Chip wechselt zu Keller, der die Wendeschleife in Angriff nimmt.

Persiflage auf Trump

Vor Lauener und Keller sind für Erlenbachs Politquartett die Schulpflegerin Nicole Flückiger (CVP) und Gemeindepräsident Sascha Patak im Einsatz gestanden. Der FDP-Politiker erklärte im Vorfeld zum Marathon, weshalb das Team unter dem Namen «Erlenbach First» in die Startliste eingetragen wurde. «Das ist eine Persiflage auf Donald Trump.» Sie hätten den Slogan des US-Präsidenten «America First» auf die Schippe nehmen wollen. Schliesslich erreicht «Erlenbach First» in 3:57 Stunden das Ziel. Kellers Prognose ist tatsächlich eingetroffen – wie auch die Rangierung im gesicherten Mittelfeld des Schlussklassesments. Ueli Zoss

Leiden und lächeln in der Aprilsonne

LEICHTATHLETIK Der 15. Zürich Marathon präsentiert sich unter neuer Führung nicht komplett anders. Maude Mathys gelingt eine Schweizer Spitzenleistung.

Es ist definitiv kein Marathonwetter, wenn schon eine Stunde vor dem Start die Läufer nur noch ihre knappen Leibchen und Hüfchen tragen beim nervösen Umhertrippein. Die ideale Temperatur für einen Lauf über 42,195 Kilometer liegt deutlich unter 10 Grad. Darüber ist es erst recht zu warm, um den Körper während der Belastung kühl zu halten.

Das ist es an diesem Aprilsonntag definitiv. Beim Start werden 15 Grad gemessen. Zur Mittagszeit, dreieinhalb Stunden später, sind es schon deutlich über 20, die sich aber sehr viel sommerlicher anfühlen. Zu dem Zeitpunkt sind noch mehr als die Hälfte der Teilnehmer unterwegs.

Entsprechend froh sind die, dass sie nach der Schlaufe nach Meilen zurück in der Stadt sind. Weil es nun nicht mehr weit ist. Und auch, weil hier die Häusern den zuvor raren Schatten spenden. Dafür nehmen einige auch ein paar Meter Umweg in Kauf, um dafür den Sonnenstrahlen etwas länger zu entfliehen.

Heiniger und Hammermann

Was den Läufern zum Nachteil gereicht, gemessen alle anderen, die sich an Sonntagmorgen freiwillig aus dem Bett gegenälthaben. Sie werden mit einem Frühsonnmerstag entschädigt, an dem man gerne länger draussen aushart. Das zeigt sich an beträchtlichen Zuschaueranlauf am Bürkliplatz, dem Herz des Wettkampfs, wo die Strecke dreimal durchfährt.

Der Zürich Marathon findet an diesem Tag erstmals unter der Obhut der Agentur von Ex-Radprofi Armin Meier statt. Wer das nicht weiss, spürt davon wenig. Am Start



Kein Marathonwetter: Die Aprilsonne und die sommerlichen Temperaturen machen den Läufern zu schaffen.

Foto: Kopynka

versuchen die Speaker dem Event etwas mehr Internationalität zu geben, indem sie abwechslungsweise in Englisch und Schweizerdeutsch informieren. Aber sonst? Ein Chetwechsel macht noch keinen neuen Event. Nur dass sich am Cityrun über 10 Kilometer mit über 3000 mehr denn je klassieren, ist deutlich zu sehen. Hinter der Ziellinie stauen sich die Läufer, so zahlreich kommen sie an.

Die Hitze fordert wenig überraschend ihre Opfer. Zu ihnen gehört auch ein prominenter Regierungsrat Thomas Heiniger,

Botschafter und Pacemaker des Zürich Marathon, macht Bekanntheit mit dem getrockneten Gegner aller Marathonläufer - dem Hammermann. Bis Kilometer 30 geht alles gut beim Gesundheitsvortrag, doch auf dem letzten Abschnitt muss er marschieren und seine Tempogruppe ziehen lassen. Er verliert noch fast 20 Minuten auf die angepöbelten 4 Stunden.

Fünftbeste Schweizerin je

Hitzeresistenz ist definitiv ein Vorteil an diesem Tag, niemand

beweist das deutlicher als Maude Mathys. Die 31-jährige Waadtländerin ist eine Grösse im Berg- und Städtelauf. Zürich erst ihr dritter Strassenmarathon - und der erste ernsthafte. Wie ernsthaft, zeigt ihre Zeit: In 2:31:16 Stunden läuft sie zum Sieg. Es ist die fünftbeste Zeit einer Schweizerin überhaupt - und die achteste einer Europäerin diese Saison.

Im Ziel käme man nicht auf die Idee, dass sie gerade einen Marathon gelaufen ist. Entspannt lächelnd steht sie da, die Haare trocken, das Leibchen ebenso.

«Ich schwitze generell kaum», sagt sie, «untermwegs habe ich wohl keine sieben Deziliter gerumken.» Davon wird sie an der EM in Berlin im August nicht profitieren, trotz deutlich unterbotener Limite (2:40) - die Bergläuferin konzentriert sich nun auf die Triatlonwettkämpfe und die WM. Den flachen Marathons will sie aber durchaus treu bleiben. Tokio 2020 ist das Ziel der zweifachen Mutter. Sie glaubt noch vier, fünf Minuten Steigerungspotenzial in sich zu haben.

Emil Bischofberger, Zürich

Frühlingsmarathon

Kühles Wasser und heisse Rhythmen für über 10'000 Läufer



Rush Hour am Wendepunkt in Meilen.



Das kühle Wasser wurde dankbar entgegengenommen.

Fotos: MAZ



Schon wieder ein Volksfest in Meilen: Diesmal war's der Zürich Marathon. Dessen 16. Austragung mit Wendepunkt an der Winkelstrasse lockte neben Tausenden von Läufern auch viel Publikum an.

Hitzeresistenz war für die Läuferinnen und Läufer diesmal von Vorteil, denn das Thermometer zeigte kurz nach Mittag deutlich über 20 Grad an.

Entsprechend begehrt waren die Besucher mit Wasser, die am Meilemer Dorfingang für die Athleten bereitstanden – die meisten packten gleich zwei davon, einen zum Trinken und einen zum Sich-über-den-Kopf-Kippen. Die heissen Rhythmen der Meilemer Solihundscheibe-

guggä und anderer Bands wurden aber auch in der prallen Sonne dankbar entgegengenommen, und dank der freundlichen Frühlingssonne war es vergnüglich, am Strassenrand zu stehen und die Athletinnen und Athleten lautstark anzufeuern.

Als Gewinnerin des Marathons konnte sich die Schweizerin Maude Mathys feiern lassen. Die Siegerin des Jungfrau Marathons und Berglauf-Europameisterin will 2020 in Tokyo über die 42,195 Kilometer starten. Das hat geklappt – in 2:31:16 Stunden lief sie am Zürich Marathon zum Sieg.

Bei den Männern gewann auf der als schnell und flach bekannten Strecke Charles Munyeki aus Kenia, seine Zeit: 2:14:07.

Läuferinnen und Läufer aus Meilen

Männer

Jurje Van der Merwe, 1972, 344. Rang; Diego Meier, 1976, 650; Gün-



Einige der Meilemer Finisher trafen sich gegen Abend zum Feiern an der Winkelstrasse. Foto: D. Mayenzet

ter Waltl, 1965, 828.; Marvin Weisner, 1993, 844.; Daniel Rau, 1964, 890.; Norman Lütchinger, 1982, 971.; Daniel Gubler, 1968, 1035.; Michael Frost, 1971, 1066.; Reto Tomasini, 1971, 1299.; Thomas Suter, 1957, 1377.; Jan-Hein Van Daelen, 1969, 1386.; Hansjörg Winkler, 1962, 1439.; Jimmy Wamberg, 1976, 1613.; Emanuel Gässert, 1999, 1627. Total klassiert: 1828.

Frauen

Rachel Dale, 1969, 115.; Anna Birkenmeier, 1982, 397. Total klassiert: 427.

Masar mit Punktlandung



Patrick Masar und Andreas Ostertag sorgten am Zürich Marathon für die Klasse-Ergebnisse aus LC-Meilen-Sicht. Im 10-km-Rennen des City Run stiegen Monica Hug, Peter Peter und Sigi Föhn aufs Podest.

Als «superhappy» beschrieb Patric Masar seine Stimmung nach den 42,195 km des Zürich Marathon. Nach 2:44:30 Stunden war er im Ziel. «Eine Punktlandung», strahlte er. Der starke Südwind forderte vor allem auf der Seestrasse zwischen Bellevue und Wendepunkt in Meilen viel Energie. Hinzu kam die rasch steigende Temperatur. «Es wurde etwas warm», sagte Masar, «doch mich störte das nicht.» Hart ist's für den 41-Jährigen dennoch geworden. Mit sich immer schwerer anfühlenden Beinen musste er sich über die letzten Kilometer ins Ziel kämpfen. Aber er konnte auch festhalten, dass sich die langen und harten Trainings mit Doppelumrundungen des Greifensees oder einer anspruchsvollen Zusatzschleife nach dem GP der Stadt Dübendorf ausbezahlt haben. Nur 30 Männer und die drei schnellsten Frauen liefen schneller.

Gar als Kategoriensieger feiern lassen konnte sich Andreas Ostertag. Der frühere Clubpräsident lief die historische Distanz in 3:11:46 Stunden und sicherte sich damit den Sieg bei den M60.

Topresultate im City Run

Stark in Szene setzten sich die LCM-Vertreter im City Run, der erstmals über 10 km führte. Drei Podestränge resultierten, und Peter Peter, Sigi Föhn und Monica Hug hatten sich in einer zusätzlichen Disziplin zu bewähren: dem Überholen und Sla-

lomlaufen. Bald waren sie wie alle schnellen Kurzstanzläufer auf die langsamen Staffel- und Marathon-Teilnehmer aufgelaufen. «Ich versuchte, mir einzureden, überholen sei erfreulich», sagte Hug. Indes befand sie es wie alle als behindernd. Bei ihr zeigte sich das etwa, als sie just beim Endspurt auf eine Traube an Marathon-Läuferinnen und -Läufer um einen Tempomacher auflief. Umso beachtlicher ihre Zeit von 42:17 Minuten.

Die schnellsten LCM-Männer wurden mit dieser Problematik noch stärker konfrontiert. Alexander Bützberger meisterte die Herausforderung am besten. Mit seinen 35:14 Minuten zeigte er sich befriedigt, ebenso damit, wie er die Richtungsänderungen und Rhythmusanpassungen beim Überholen hatte meistern können. Er erreichte Platz 4 bei den M30.

Duell um Rang zwei

Ein Duell um die Podestplätze lieferten sich bei den M50 Peter Peter und Sigi Föhn. Peter gelang es, die Reihung nach rund drei Vierteln der Distanz zu wenden. Drei Sekunden rettete er schliesslich ins Ziel. Gute Zeiten von 36:47 respektive 36:50 Minuten resultierten. Happy zeigte sich auch der Verlierer des internen Duells. Föhn sagte: «Eine Kieferhöhlenentzündung in den Tagen vorher hatte das Ganze unsicher gemacht. Doch ich konnte durchziehen.» Eine starke Leistung zeigte auch der erst 16-jährige Cyrill Rüttimann. In 39:02 Minuten belegte er Platz vier bei den U20. Dieselbe Rangierung erreichte Peter Hug mit 41:22 Minuten bei den M60.

Mit Rang 15 bei 1198 Viererteams behauptete sich auch das LCM-Tri-Team bei der Marathonstaffel unter den Allerbesten. Es liefen John Newell, Rico Romagnoli, Silvia Brandstetter und Samuel Jud.

Meilemer Masters-Medaillenflut in Alicante

LEICHTATHLETIK An den Masters-Europameisterschaften im Strassenlauf in Alicante (Spanien) gewann das LC-Meilen-Trio Sigi Föhn, Monica Hug und Peter Hug zwei Einzel- und sechs Teammedaillen.

Neuland betraten Sigi Föhn, Monica und Peter Hug als Mitglieder der Schweizer Delegation an den Masters-Europameisterschaften im Strassenlauf in Alicante. Erstmals kämpften sie im Schweizer Team um internatio-

nale Medaillen, als Teil eines Riesenteams. 96 Läuferinnen und Läufer allein aus der Schweiz standen im Einsatz. Eine spannende Erfahrung wars, verbunden aber mit strikten Abläufen, Grossgruppenleben und zeitweise unklaren Vorgaben. Dennoch präsentierte sich das Meilemer-Trio vorzüglich.

Föhn schneller, denn je

Sigi Föhn gewann Einzelsilber im 10-km-Strassenlauf sowie Team-Silber über 10 km wie in der

Cross-Staffel. «Vor allem die 10-km-Zeit von 35:25 Minuten freut mich», bilanzierte er. Schneller denn je lief er. Föhn sprach von einem Rennen nahe dem Optimum. Noch offen lassen musste er allerdings die Vision, die 35-Minuten-Grenze zu unterbieten.

Eine 10-km-Silbermedaille sicherte sich auch Monica Hug. Sie allerdings verfehlte mit 44:05 Minuten ihre Bestmarke von Anfang Frühling deutlich. Nach einer Begründung musste sie nicht lange suchen: «Wegen der

frühen Verengung der Strasse wagte ich einen Blitzstart, und das musste ich in der Schlussphase büssen.» In der Teamwertung resultierte für sie Bronze. Im Halbmarathon fehlte ihr die Frische für eine weitere Medaille. In 1:35:11 Stunden belegte sie Platz 4.

Punkto Anzahl Medaillen sah sich Monica Hug von Ehemann Peter überflügelt. Er gewann drei Team-Medaillen – über 10 km, in der Cross-Staffel und im Halbmarathon. *LC Meilen*

Nr. 21 | Freitag, 25. Mai 2018

MeilenerAnzeiger

Meilemer Medaillenflut in Alicante



An den Masters-Europameisterschaften im Strassenlauf im spanischen Alicante holte das LC-Meilen-Trio Sigi Föhn, Monica Hug und Peter Hug zwei Einzel- und sechs Teammedaillen.

Sigi Föhn, Monica und Peter Hug betraten als Mitglieder der Schweizer Delegation an den Masters Europameisterschaften im Strassenlauf in Alicante Neuland. Erstmals kämpften sie im Schweizer Team um internationale Medaillen. Und sie waren Teil eines Riesenteams. 96 Läuferinnen und Läufer allein aus der Schweiz standen im Einsatz. Hinzu kamen 18 Betreuer.

Eine spannende Erfahrung war's, verbunden aber mit strikten Abläufen, Grossgruppenleben und zeitweise unklaren Vorgaben. Dennoch vermochte sich das LC-Meilen-Trio vorzüglich zu präsentieren. Nicht weniger als acht Medaillen sicherte es sich in den drei Wettkampftagen – Sigi Föhn mit Einzelsilber im 10-km-Strassenlauf sowie mit Team-Silber über 10 km und in der Cross-Staffel, Monica Hug als 10-km-Zweite

und Team-Dritte, Peter Hug mit drei Teammedaillen.

Föhn schneller denn je

«Vor allem die 10-km-Zeit von 35:25 Minuten freut mich», bilanzierte Föhn. Schneller denn je lief er und sah bestätigt, «dass ich mich auf gutem Weg befinde». Er sprach von einem Rennen nahe dem Optimum. Noch offen lassen musste er allerdings die Vision, die 35-Minuten-Grenze zu unterbieten.

Eine 10-km-Silbermedaille sicherte sich auch Monica Hug. Sie allerdings verfehlte mit 44:05 Minuten ihre Bestmarke von Anfang Frühling deutlich. Nach einer Begründung musste sie nicht lange suchen: «Wegen der frühen Verengung der Strasse wagte ich einen Blitzstart, und das musste ich in der Schlussphase büssen.» Aber: Zur Goldmedaille hätte es wohl auch mit einem perfekten Rennen kaum gereicht. In der Teamwertung resultierte für sie Bronze. Im Halbmarathon fehlte ihr die Frische für eine weitere Medaille. In 1:35:11 Stunden belegte sie Platz 4.

Punkto Anzahl Medaillen sah sich Monica Hug schliesslich von Ehemann Peter Hug überflügelt. Er gewann drei Team-Medaillen – über 10 km, in der Cross-Staffel und im Halbmarathon.

/gg

Wieder Föhn zuoberst



An der Schweizer Berglauf-Meisterschaft sicherte sich Sigi Föhn wie im Vorjahr den Titel. Monica Hug gewann Bronze – allerdings in der Altersklasse der jüngeren Alterskategorie.

Und wieder eine Schweizer Meisterschaft mit LCM-Vertretern auf dem Podest. Wie im Vorjahr zuoberst stehen durfte an der Schweizer Berglauf-Meisterschaft Sigi Föhn. Von «einer enormen Genugung», sprach der 57-Jährige nach den 13,1 km mit den 860 Höhenmetern auf die Kreuzegg in Bütschwil.

Dank «immer besserer Beine» stiess Föhn von hinten kommend an die Spitze vor. Schon vor Streckenhälfte vermochte ihm keiner seiner direkten Konkurrenten mehr zu folgen. Und auch jüngere Widersacher mit bekannter Namen fing er ab. So etwa Armin Beeler, den Meister der Kategorie M50. «Ich konnte mit den Jungen mithalten», sagte Föhn strahlend. Nach dem Goldmedaillengewinn im 10-km-Strassenlauf Ende März gewann Föhn bereits seinen zweiten SM-Titel in diesem Jahr.

Eine besondere Freude bereitet er ihm, weil er sich zuletzt einige Male hatte bezwingen lassen müssen – so etwa im Halbmarathon oder an den Masters-Europameisterschaften im spanischen Alicante. «Diese Niederlagen waren schwierig für mich», sagte er nun. Hinter sich liess Föhn namhafte Konkurrenz – u.a. Engadin-Skimarathon-Kategoriensieger



Sieger Sigi Föhn vom LC Meilen (Mitte).

Armin Grob. Durch den Erfolg verspürt er Auftrieb. Der Swiss Alpine Marathon Ende Juli in Davos stellt seinen nächsten Fixpunkt dar. «Bis jetzt trainierte ich noch wenig am Berg», betont er.

Hugs eindrücklicher Schlusspunkt ihren Goldmedaillengewinn nicht

verteidigen konnte Monica Hug. Auch sie hatte die Master-EM erfolgreich bestritten. Nun fand sie auf nationaler Ebene aber eine Bezwingerin, respektive deren zwei.

Weil nämlich in ihrer Altersklasse W60 zu wenige Teilnehmerinnen dabei waren, musste sie nicht nur der stets formstarken Verena Iseli

den Vortritt lassen, sondern auch Ania Wetter von den W55. Die Entscheidung fiel sehr knapp.

Wetter siegte mit 1:22:37 14 Sekunden vor Iseli und 15 vor Hug. «Dank enormen Kräften auf dem letzten Kilometer wäre ich beinahe noch an meine Konkurrentinnen herangekommen», sagte Hug. Fast

eine Minute machte sie auf wenigen Kilometern gut. Dabei erkennt sie: «Ich trieb mich mit Erfolg ständig an, das ist eine prägende Erkenntnis für meine Läufertätigkeit.»

Foto: zvg

Siege und glanzvolle Doppelstarts



Die LC-Meilen-Athleten markieren vielerorts Präsenz: am Züri-Lauf-Cup in Andelfingen, am LGT-Marathon in Liechtenstein, am Bannalp-Berglauf in Wolfenschiessen in der Innerschweiz. Herausragend: Monica Hug, Sigi Föhn, Alexander und Marion Bützberger sowie Linus Messmer und Cyrill Rüttimann.

Der Kategoriensieg, eine persönliche Streckenbestzeit sowie mit dem 10. Overall-Rang Bonuspunkte für den Züri-Lauf-Cup – beim Wylandlauf überzeigte Monica Hug eindrücklich. Und das Klassement widerspiegelte einmal mehr ihr eindrückliches Leistungsvermögen: mit dem zehnten Overall-Rang, der Schlusszeit von 1:03:26 Minuten für die anspruchsvollen 14,3 Kilometer sowie namhaften Konkurrentinnen, denen sie Paroli bot. Mit den erlaufenen Bonuspunkten und dem sechsten Tagessieg dürfte ihr der Gesamtsieg ihrer Alterskategorie am Züri-Lauf-Cup bereits vor der Sommerpause und den Herbstrennen nicht mehr zu nehmen sein.

Auch Föhn und Messmer zuoberst
Hug liess es aber nicht dabei be-

wenden. Am Folgetag startete sie am 30. Bannalper Berglauf von Wolfenschiessen auf die Bannalp über 11 km mit 1180 Höhenmetern. Und wieder strahlte sie vom Podest, diesmal als Dritte. «Der Doppelstart soll einen Trainingseffekt haben», sagte sie. Sie nutzt ihn zur Vorbereitung auf den Höhepunkt Zermatt Marathon: «Ich brauche Höhenmeter und Kilometer in den Beinen.»

Für die einzigen LCM-Erfolgsmeldungen sorgte Hug aber nicht. Beim Wylandlauf setzte sich auch Sigi Föhn in seiner Altersklasse durch – vor Peter Peter und Philipp Färber. Mit Overall-Rang 11 gelang auch ihm eine herausragende Klassierung. Ebenfalls auf die oberste Podeststufe schaffte es der 13-jährige Linus Messmer im Schnupperlaufcup, und einmal mehr vorzüglich schlug sich bei den Junioren über 7,15 km Cyrill Rüttimann mit Platz 2.

Erstklassig im Ausland

Im Ausland sorgten Marion und Alexander Bützberger für erstklassige Ergebnisse. Am LGT Marathon in Liechtenstein belegte sie nach den 42 km mit den 1870 Höhenmetern mit 4:22:34 Stunden Platz 5 in ihrer Altersklasse und Rang 9 overall. Er sah sich mit 3:44:48 Stunden auf AK-Rang 6 und Overall-Rang 10.



Monica Hug am Wylandlauf.

Siege und glanzvoller Doppelstart

LEICHTATHLETIK Vielerorts Präsenz markieren die LC-Meilen-Athleten: am Züri-Lauf-Cup in Andelfingen, am LGT-Marathon in Liechtenstein sowie am Bannalp-Berglauf in Wolfenschiessen in der Innerschweiz.

Der Kategoriensieg, eine persönliche Streckenbestzeit sowie mit dem 10. Overallrang Bonuspunkte für den Züri-Lauf-Cup – beim Wylandlauf überzeugte Monica Hug eindrücklich. Und das Klassement widerspiegelte einmal mehr ihr eindrückliches Leistungsvermögen: mit dem zehnten Overallrang, der Schlusszeit von 1:03:26 Minuten für die anspruchsvollen 14,3 Kilometer sowie namhaften Konkurrentinnen, denen sie Paroli bot. Mit den erlaufenen Bonuspunkten und dem sechsten Tagessieg dürfte ihr der Gesamtsieg ihrer Alterskategorie am Züri-Lauf-Cup bereits vor der Sommerpause und den Herbstrennen nicht mehr zu nehmen sein.

Damit bewenden liess es Hug aber nicht. Am Folgetag startete sie am 30. Bannalper Berglauf von Wolfenschiessen auf die Bannalp über 11 km mit 1180 Höhenmetern. Und wieder strahlte sie vom Podest, diesmal als Dritte. «Der Doppelstart soll einen Trainingseffekt haben», sagte sie. Zur Vorbereitung auf den Höhepunkt Zermatt-Marathon nutzte sie ihn und lachte: «Ich brauche Höhenmeter und Kilometer in den Beinen.»

Sigi Föhn mit guter Klassierung

Für die einzigen LCM-Erfolgsmeldungen sorgte Hug aber nicht. Beim Wylandlauf setzte sich auch Sigi Föhn in seiner Altersklasse durch – vor Peter Peter und Philipp Färber. Mit Overall-



Monica Hug überzeugte am Wylandlauf.

Foto: PD

allrang 11 gelang auch ihm eine herausragende Klassierung. Ebenfalls auf die oberste Podeststufe schaffte es der 13-jährige Linus Messmer im Schnupperlauf-Cup, und einmal mehr vorzüglich schlug sich bei den Junioren über 7,15 km Cyrill Rüttimann mit Platz 2. Und im Ausland für erstklassige Ergebnisse

sorgten Marion und Alexander Bützberger. Am LGT-Marathon in Liechtenstein belegte sie nach den 42 km mit den 1870 Höhenmetern mit 4:22:34 Stunden Platz 5 in ihrer Altersklasse und Rang 9 overall. Er sah sich mit 3:44:48 Stunden auf AK-Rang 6 und Overallrang 10.

LC Meilen

Drei Podestplätze am Matterhorn



Erfolgreicher denn je schnitten die LC-Meilen-Läufer am Zermatt-Marathon ab: drei Läufer, drei Podestplätze, einer davon ein Sieg.

Die Serie von Monica Hug beim 42,2-km-Rennen von St. Niklaus (1116 m) auf das Gornergrat (3089 m) ist eindrücklich. Vier Kategoriensiege realisierte die Erfolgsläuferin in den letzten vier Jahren. Und weil diesmal die deutsche Widersacherin fehlte, die sie bis auf die letzten Meter forderte, konnte sie dem Genuss der Strecke, der herzlichen Zuschauerunterstützung allüberall und dem einzigartigen

Panorama mehr Beachtung schenken. «Ich bin gleichmässig gelaufen und hatte dadurch am Berg mehr Zug als in der Vergangenheit», verglich sie. Nach 5:40:45 Stunden war sie als 16. Frau im Ziel. In ihrer Altersklasse war sie hoch überlegen.

Erstaunliche Leistung

Hervorragende Leistungen glückten auch Tom Altenburger und Peter Hug: je als Kategorien-Zweite und mit den Gesamtpositionen 27 und 67. Vor allem Altenburgers Leistung und die 4:07:12 Stunden machen staunen. «Ich konnte mich völlig überraschen», strahlte er. Ebenfalls einen vorzüglichen Lauf zeigte Peter Hug. Auch er belegte in seiner Altersklasse Platz 2. Seine Zeit: 5:19:08 Stunden.

/gg

Drei Podestplätze für LC Meilen

LEICHTATHLETIK Erfolgreicher denn je schnitten die Läufer des LC Meilen am Zermatt-Marathon ab: drei Läufer, drei Podestplätze, ein Sieg.

Die Serie von Monica Hug beim Zermatt-Marathon über die Ultra-Distanz ist eindrücklich. Vier

Kategoriensteige realisierte die Erfolgsläuferin in den letzten vier Jahren über die 45,595 Kilometer mit den 2458 Metern Steigung und 444 Metern Gefälle. Und weil diesmal die deutsche Widersacherin fehlte, die sie vor einem Jahr bis auf die letzten Meter forderte, konnte sie diesmal dem Genuss der Strecke, der herzlichen Zuschauerunterstützung allüberall und dem einzigartigen Panorama mehr Beachtung schenken. «Ich bin gleichmässig gelaufen und hatte dadurch am Berg mehr Zug als in der Vergangenheit», verglich sie. Festhalten musste sie aber auch: «Mohl war ich einen Tick zu wenig erholt, um noch schneller zu laufen.» Nach 5:40:45 Stunden war sie als 16. Frau im Ziel. In ihrer Altersklasse war sie hoch überlegen.

Ebenfalls einen vorzüglichen Lauf zeigte Peter Hug. Auch er belegte in seiner Altersklasse Platz 2. In der Gesamtwertung wurde er 67. Und seine Zeit von 5:19:08 Stunden ist neun Minuten schneller als die persönliche Bestleistung vom letzten Jahr. «Es hat alles zusammengepasst», sagte er nach seinem ers-

ten Podestplatz am Fusse des Matterhorns.

Dessert auf den Gigathlon

Eine vorzügliche Leistung glückte auch Tom Altenburger. Auch er wurde Kategorienzweiter, allerdings über die Marathonstanz mit Ziel auf dem Riffelberg über 42 Kilometer mit 1944 Metern Steigung und 444 Metern Gefälle. Seine Leistung, der 27. Gesamttrang, Platz 2 bei den M40 und die 4:07:12 Stunden, lassen aus einem weiteren Grund stauen. «Ich konnte mich völlig überraschen», sagte er. Hintergrund: Er hatte am Vorwochenende am Gigathlon die beiden harten Trail-Strecken absolviert und während der ganzen Woche müde Beine beklagt. An den Start ging er nur, weil die verletzte Klubkollegin Olivia Kurtz passen musste. «Ich plante einen Trainingslauf und rechnete eigentlich mit einer deutlich schlechteren Zeit.» Weniger lang und in weniger ruppigem Gelände waren die Läufer am 1. Uetliberglauf gefordert. Es gab einen Kategorienieg durch Peter Peter sowie einen zweiten Rang durch Marion Bützberger. Schnellster LCM-Vertreter war Alexander Bützberger als Gesamtsiebter.

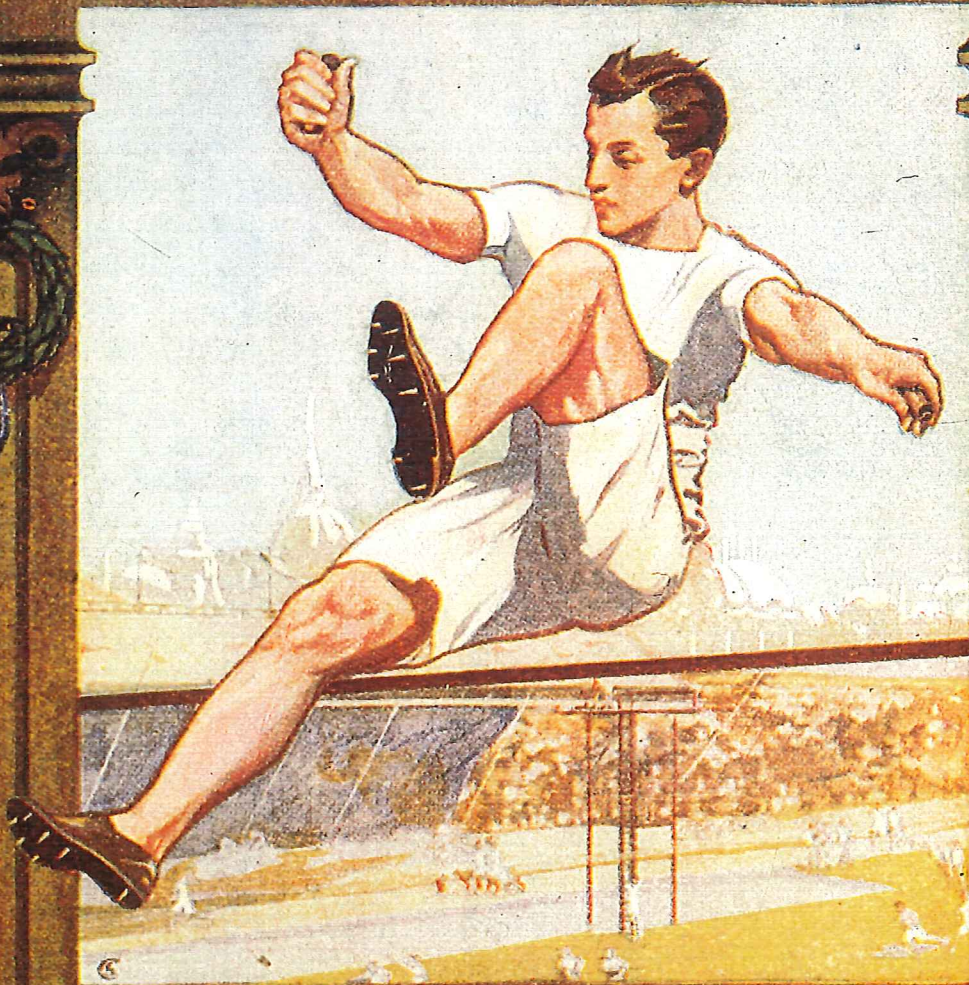
LC Meilen



Am Zermatt-Marathon sorgten Monica Hug (links) und Tom Altenburger für eindrückliche Leistungen.

Fotos: PD

THE GREAT
STADIUM
SHEPHERD'S BUSH LONDON



THE OLYMPIC GAMES 1908

PROGRAMME

6d

Solide bis hervorragend



Die erfolgreichen U12-Mädchen des LCM mit ihrem Trainer Markus Spörri.

Foto: zvg



15 Teams kämpften am vergangenen Sonntag am UBS Kids Cup in der Kategorie U12 Mädchen in Stein am Rhein um drei Regional-Finalplätze.

Erfreulicherweise qualifizierte sich dabei das Mädchen-U12-Team des LC Meilen mit dem dritten Rang

für den Regionalfinal. Das U16 Mixed Team und das U14 Mixed Team haben sich bereits in Winterthur für den Regionalfinal qualifiziert.

Während dem Winterhalbjahr bestreiten sportliche Kids schweizweit in Hallen einen Team-Mehrkampf. Neben einer Sprint- und einer Sprungdisziplin sind auch ein Biathlon und ein Crosslauf in Staffelform zu absolvieren.

Die sechs U12-Mädchen des LC Meilen wollten in Stein am Rhein den fünften Rang von Winterthur unbedingt toppen. Sie starteten mit

viel Elan in den Wettkampf und lagen nach der Sprint- und der Sprungdisziplin bereits auf Medaillenkurs. Entsprechend stieg die Nervosität. Trainer Markus Spörri blieb cool. Er beruhigte das Team und richtete dessen Fokus auf das Wesentliche. Mit einem hervorragenden Biathlon stiessen die Mädchen zwischenzeitlich gar auf Rang zwei vor. Letztlich sicherten sie sich mit einem soliden vierten Platz im Crosslauf den dritten Rang auf dem Podest.

/dma

Im Schweizer Final dank überlegenem Sieg



Von den drei Teams des LC Meilen, die sich an den Vorausscheidungen für den Regionalfinal qualifiziert hatten, steht nun das U14-Team dank eines überlegenen Sieges am Regionalfinal im Schweizer Final von Kreuzlingen.

Für die Teams der Jugendkategorien U10 bis U16 war in der Halle neben einer Sprint- und einer Sprungdisziplin auch ein Biathlon, der einen Lauf mit Zielwurf vom Tennisballen kombiniert, und zum Abschluss einen Crosslauf in Staffelform über viele Hindernisse und Schikanen in der Halle zu bestreiten. Am Regionalfinal in Zürich-Oerlikon war die Stimmung wiederum hervorragend mit lauterstarker Anteilung der jungen Athletinnen und Athleten.

Je ein Team in den Kategorien U16-Mixed, U14-Mixed und U12-Mädchen hatte sich mit einem Podestplatz in den Vorwettkämpfen für den Regionalfinal qualifiziert. Wie in der Vorausscheidung konnte das U14-Mixed-Team seine grosse Klasse wiederum unter Beweis stellen und siegte erneut. Drei der vier Disziplinen konnte es für sich entscheiden und in der vierten erreichte es den 2. Platz. Mit diesem hervorragenden Resultat



Die glücklichen U16- und U14-Teams vom LC Meilen.

klassierte sich das LC-Meilen-Team mit total 5 Rangpunkten 9 Punkte vor dem zweiten Team. Im zwei Wochen geht es nun in Kreuzlingen um die Erklärung der besten Teams der Schweiz.

Auch die beiden anderen LC-Meilen-Teams kämpften mit vollem Einsatz um den Einzug in den

Schweizer Final. Mit etwas mehr Zielgenauigkeit in der Biathlon-Disziplin hätte es für das U16-Mixed-Team wahrscheinlich gereicht. So aber resultierte der undankbare 4. Rang, einen Punkt hinter der Podestplatzierung. Die gleiche Platzierung erreichte auch das U12-Mädchen-Team.

Auch wenn bei diesem Team etwas mehr für den Sprung auf das Podest fehlte, so ist das doch eine sehr gute Leistung und für den LC Meilen Gesamtheit ein toller Erfolg. Und die Geschichte wird erst in Kreuzlingen zu Ende geschrieben.

Foto: zvg

/aeg

Sechsmal Bronze



Die Bronzemedailleengewinner: Aline Morelli, Ronny Wüthrich, Alina Joho, Céline Weber (v.l.).



Fotos: zvg



Der Nachwuchs des LC Meilen eroberte an den kantonalen Einkampfmeisterschaften der Kategorien U12 bis U16 in mehreren Disziplinen Bronzemedailles. Ronny Wüthrich gelang mit drei Medaillen in der Kategorie U14 ein hervorragender Tag. An vier Qualifikationswettkämpfen (Q-Wettkampf-Serie) können sich die Jugendlichen an 4- oder 5-Kämpfen in jeder Disziplin für einen Start an den kantonalen Einkampfmeisterschaften qualifizieren. Die Qualifikation ist nicht einfach, denn von je nach Kategorie rund 100 bis 150 teilnehmenden Jugendlichen können nur die zwölf Besten an den Start der Meisterschaften, also nur die besten zehn Prozent im Kanton Zürich.

Vom LC Meilen konnten am letzten Samstag neun Athletinnen und Athleten in verschiedenen Disziplinen in Zürich an den Start gehen und um die Meisterehren kämpfen. Mann des Tages war der U14-Athlet Ronny Wüthrich, der das Podest gleich in drei Disziplinen besteigen konnte. Er gewann dreimal Bronze, im Weitsprung mit 4.79 m, im Ballwerfen mit genau 57 m und im 60-m-Hürdenlauf in 13.60 s. In al-

len drei Disziplinen stellte er dabei persönliche Bestleistungen auf.

Die anderen drei Medaillen, alles Bronzemedailles, wurden durch U14- und U16-Mädchen erobert. Bei den U14 erkämpfte sich Alina Joho auf der Zielgeraden im 600-m-Lauf den 3. Rang in 1 Min. 50.63 Sek., Céline Weber gelang mit der Egalisierung ihrer persönlichen Bestleistung von 1.50 m im Hochsprung der Sprung aufs Podest, und bei den U16 sprintete Aline Morelli über 80 m Hürden in neuer persönlicher Bestleistung von 12.79 s.

Ronny, Céline und Aline und die weiteren Startberechtigten des LC Meilen erreichten auch in weiteren Disziplinen gute Ränge. Sonja Bernsteyn übersprang bei den U14 in neuer persönlicher Bestleistung die Marke von 1.41 m, Kayline Wüthrich warf bei den U12 den Ball an ihren Geburtstag ebenfalls in neuer persönlicher Bestleistung auf 33.63 m. Auch Leo Bartholdi, U14, verbesserte seine Bestleistungen im Ball- und Speerwurf auf 50.14 m bzw. 27.34 m.

Die vielen persönlichen Bestleistungen an diesem Wettkampf bei idealem Wetter mit starker Konkurrenz aus dem ganzen Kanton zeigen, dass die Jugendlichen auf den Punkt in Hochform waren, um ihre besten Leistungen abzurufen und dadurch persönliche Glücksmomente zu erleben.

Bronzemedailen für Nachwuchsathleten

LEICHTATHLETIK Der Nachwuchs des LC Meilen eroberte an den Kantonalen Meisterschaften der Kategorien U-12 bis U-16 in sechs Disziplinen die Bronzemedaille. Ronny Wüthrich gelang mit drei Medaillen in der Kategorie U-14 ein hervorragender Tag.

An vier Qualifikationswettkämpfen (Q-Wettkampf-Serie) können sich die Jugendlichen an 4- oder 5-Kämpfen in jeder Disziplin für einen Start an den kantonalen Einkampfmeisterschaften qualifizieren. Die Qualifikation ist nicht einfach, denn von je nach Kategorie rund 100 bis 150 teilnehmenden Jugendlichen können nur die zwölf besten an den Start der Meisterschaften, also nur die besten zehn Prozent im Kanton Zürich. Vom LC Meilen konnten kürzlich neun Athletinnen und Athleten in verschiedenen Disziplinen in Zürich an den Start gehen und um die Meisterehren kämpfen.

Dreimal Bronze für Wüthrich

Mann des Tages war der U-14-Athlet Ronny Wüthrich, der das Podest gleich in drei Disziplinen bestiegen konnte. Er gewann dreimal Bronze, im Weitsprung mit 4,79 m, im Ballwerfen mit genau 57 m und im 60-m-Hürdenlauf in 13,60 s. In allen drei Disziplinen stellte er dabei persönliche Bestleistungen auf. Die anderen

drei Medaillen, alles Bronzemedailen, wurden durch U-14- und U-16-Mädchen erobert.

Bei den U-14 erkämpfte sich Alina Joho auf der Zielgeraden im 600-m-Lauf den 3. Rang in 1:50:63 Min., Céline Weber gelang mit der Egalisierung ihrer persönlichen Bestleistung von 1:50 m im Hochsprung der Sprung aufs Podest und bei den U-16 sprintete Aline Morelli über 80 m Hürden in neuer persönlicher Bestleistung von 12,79 s.

Jugendliche in Hochform

Neben den Medaillenrängen erreichten Ronny, Céline und Alina auch in weiteren Disziplinen gute Ränge wie auch die weiteren Startberechtigten des LC Meilen, Sonja Bernsteyn übersprang bei den U-14 in neuer persönlicher Bestleistung von 1,41 m, Kayline Wüthrich warf beiden U-12 den Ball an ihrem Geburtstag ebenfalls in neuer persönlicher Bestleistung auf 33,63 m. Auch Leo Bertholdi, U-14, verbesserte seine Bestleistungen im Ball- und Speerwurf auf 50,14 m bzw.



Die Bronzemedallengewinner: Aline Morelli, Ronny Wüthrich, Alina Joho und Céline Weber (von links).

27,34 m. Im Weiteren waren auch noch Magnus Angehrn, U-16, und Nils Serck-Hanssen, U-14, über 600 m am Start sowie

Nils im Kugelstossen. Die vielen persönlichen Bestleistungen an diesem Wettkampf bei idealen Witterungsverhältnissen mit

starker Konkurrenz aus dem ganzen Kanton zeigen, dass die Jugendlichen auf den Punkt in Hochform waren, um ihre bes-

ten Leistungen abrufen zu können, und dadurch persönliche Glücksmomente erleben dürfen. LC Meilen

Foto: PD



VII^e OLYMPIADE
ANVERS (BELGIQUE)
AOÛT-SEPTEMBRE 1920

Triathlon

WM-Silber und Rappi-Sieg



Erstklassige Ergebnisse realisierten die LC-Meilen-Triathleten in Samorin (Slowakei) an der 70.3-Challenge sowie beim Ironman 70.3 Rapperswil. Herausragend: Silvia Brandstetter mit dem zweiten WM-Rang, Petra Schmiedel mit dem Kategoriensieg.

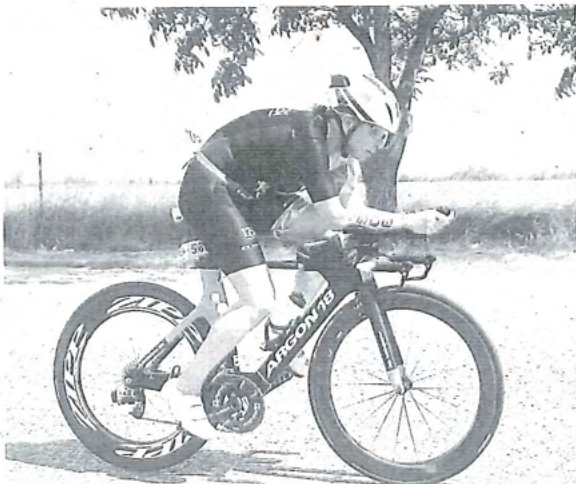
Drei Kategorien, vier Top-6-Platzierungen – die Delegation des LC Meilen tri brillierte an der 70.3 Challenge, der Weltmeisterschaft der Challenge-Serie. Für das herausragende Ergebnis sorgte Silvia Brandstetter: Platz 2, Silber.

Nach gut fünfeinhalb Wettkampfstunden entschied ein extremer Zielsprint auf der Pferderennbahn. «Ich ging davon aus, wir würden um Rang drei sprinten», sagte Brandstetter. Richtig leid hätte ihr die direkte Konkurrentin getan, nachdem sie sich hatte durchsetzen könne. Umso glücklicher hinterher die Aufklärung: Das Duo kämpfte nach den 1,9 km Schwimmen, 90 km Velo und 21,1 km Laufen um Platz zwei.

«Dieser emotionale Abschluss rundete ein grossartiges Rennen phantastisch ab», sagte Brandstetter. Nach «einem katastrophalen Schwimmen» spielte sie ihre Qualitäten auf dem Velo aus und machte entscheidend Zeit und Ränge gut. Das Laufen gipfelte im Finale, und Brandstetter kam zu einer wichtigen Erkenntnis: «Dranbleiben und cool bleiben», sagte sie sich immer wieder. Das Rezept ging auf. Der Silbermedaillengewinn ist ein Grosseffort und nicht das einzige LCM-Topergebnis. Je als Fünfte überzeugten Anita Wiesli und Andrea Steffens, ebenso tat dies Rico Romagnoli als Sechster. Zeitlich glückte ihm mit 5:02:40 Stunden eine Topleistung. Wiesli war mit 5:15:31 schnellste Frau.

Schmiedel-Premiere in Rapperswil

Gar auf die oberste Podeststufe schaffte es Petra Schmiedel in ihrer



Silvia Brandstetter auf dem Weg zu Silber.

Foto: Thomas Türlér

Altersklasse am Ironman 70.3 Rapperswil – in exzellenten 5:11:15 Stunden und dies trotz der Hitze und der Luftfeuchtigkeit. «Nach zweiten und dritten Rängen hier in Rapperswil glückte endlich der Sieg, was mich unglaublich freut», sagte sie. Das Aber fügte sie an: «Perfekt fühlte sich das nicht an.» Vor allem bei der Velozeit entdeckte sie Steigerungspotenzial. Als «viel versprechende Basis für meinen Herbsthöhepunkt» schätzt sie diese Rennerfahrung ein. Im September soll's dann wieder über die ganze Ironman-Distanz gehen. Schneller als Schmiedel im Ziel waren zwei Klubkollegen: Lukas Urfer mit 4:50:56 Stunden und Remo Meierhofer mit 5:09:07.

Komplettpodest in Zumikon

Ein komplettes LCM-Podest resultierte am Zumikerlauf durch Sigi Föhn, Peter Peter und Philipp Färber. An Bedeutung gewinnt dies beim Blick auf die weiteren Exponenten und die Overall-Klassierungen der M50-Läufer. Marco Oberti figurierte im Starterfeld, der Seriesieger und Mehrfachschweizermeister. Wegen muskulärer Probleme gab er seine Führungsposition preis – und belegte schliesslich Rang vier – hinter dem LCM-Trio. «Ich

liess mich durch den Schnellstart von Marco nicht irritieren, lief meinen Rhythmus, überholte ihn beim Kulminationspunkt und konnte mich im Ziel über ein gut eingeteiltes, flüssiges Rennen freuen», sagte Föhn (58), der den ausgezeichneten 13. Overallrang belegte. Mit seinen 41:52 Minuten für die 11,2 km mit den happigen Höhenmetern holte er 1:16 Minuten auf den Kategorienzeiten und Vereinskollegen Peter Peter heraus (17.) und 1:28 auf den Dritten Philipp Färber (18.).

Hug hoch überlegen

Ebenfalls einen Kategoriensieg landete Monica Hug. Mit 50:38 Minuten gelang ihr «eine durchschnittliche Zeit», wie sie sagte. Auch sie belegte Rang 13 unter sämtlichen Frauen. Unmittelbar vor Hug klassierte sich als schnellste Meilemerin Marion Bützberger (12.). Verbunden war der 35. Zumikerlauf bei allen mit etwas Wehmut, soll es sich doch um die letzte Austragung gehandelt haben. Sigi Föhn brachte es auf den Punkt: «Ein schöner Lauf. Was fehlt, wird sich auch im Kühlschranks zeigen: die Aprikosenkonfitüre als Traditionspreis.»

/gg

Gemeindeschreiber im Schuss



Er hat es nicht gern, wenn seine sportlichen Leistungen an die grosse Glocke hängt werden, aber Gemeindepräsident Christoph Hiller gratulierte ihm am Montag an der Gemeindeversammlung offiziell vor 168 Stimmberechtigten zu seiner erneut grossartigen Leistung: Gemeindeschreiber Didier Mayenzet belegte am sonntäglichen Ironman 70.3 in Rapperswil in seiner Kategorie M45 den 29. Rang von 269 Teilnehmenden. Und das, obwohl diese Kategorie als letzte erst um 9.25 Uhr startete: «Somit mussten die mittelalten Hasen mehr Hitze ertragen als andere», so Didier Mayenzet. Sein Training erledigt er in sehr frühen Morgenstunden vor der Arbeit oder über Mittag, im Winter zu Hause im Heizungskeller mit www.zwift.ch (eine Online-Plattform, mit der man seinen Rollentrainer an die digitale Welt koppeln kann) und einmal pro Woche auf dem Vitaparcours, «dem schönsten Fitnesscenter der Welt». Highlights waren auch die Teilnahme am Ironman Zürich 2017 und am Ironman Hawaii 2015, beide über die Voldldistanz. Chapeau!

Meisterschaftsgold und AK-Silber für Jud



Beim «Xterra Switzerland» im Vallée de Joux gewann Samuel Jud die Silbermedaille an der integrierten Schweizer Meisterschaft im Cross Triathlon – und gleichzeitig Altersklassen-Gold. Und Silvia Brandstetter sicherte sich in ihrer Kategorie Silber.

Samuel Jud hatte schwierige Tage hinter sich. Nach einem Xterra-Rennen vor 14 Tagen in Belgien fühlte er sich ausgelaugt und kaum motiviert. Dennoch entschied sich der 33-Jährige zum Start in Les Charbonnières im Waadtländer Jura, ohne Erwartungen allerdings, wie er betonte. Und das Rennen über 1,5 km Schwimmen, 28 km Mountainbike und 10 km Laufen begann denkbar schlecht.

Beim Schwimmauftakt geriet Jud in einen «Knäuel» mit ruckartig aussteilenden Ellbogen und strampelnden Füßen. «Hektik, Wasser und Schaum, ich geriet schier in Panik, wusste kaum, wie nach Luft schnappen», sagte er später. Nach rund 300 m entspannte sich die Lage.

Von 0 auf 100

Auf dem Velo staunte Jud. Nach nur rund 200 m begann die Strecke extrem steil anzusteigen. «Da ging es gleich von 0 auf 100 – und das nach diesem Schwimmen», beschrieb er. So steil war es, dass Jud wie viele andere die Rampe laufend und das Velo stossend bewältigte.



Zwei Athleten, drei Medaillen.

Foto: zvg

Und seine Aufholjagd startete. Ständig machte er Positionen gut, auch im anschliessenden Laufen. Anhand von Platzierungen, welche ihm die Zuschauer zuriefen, stellte er fest, dass etwas drinliegen könnte. Als Vierzehnter im international besetzten Feld fuhr er nach gut zweieinhalb Wettkampfstunden über die Ziellinie. Und es kam noch besser: zweitbesten Schweizer und Elite-Silber sowie Altersklassen-Gold. «Ein tolles Resultat. Offenbar bringe ich in dieser Sparte auch etwas zustande, das Hände und Füsse hat».

Perspektiven

Jud hat an den Xterra-Rennen generell Gefallen gefunden. «Im Vergleich zum Triathlon liegen mir hier die Anforderungen auf dem Bike besser», sagt er und weist auf die höchst fordernden Anstiege und die technisch schwierigen, aber den Kreislauf weniger belastende Abfahrten. «Im Ironman Triathlon bist du viel konstanter unterwegs», sagt er. Der Spartenwechsel hat es ihm so angetan, dass er damit liebäugelt, eine Elite-Lizenz zu lösen. Und was sich ebenfalls anbietet: die Xterra-WM im Herbst auf Maui. «Ich habe zwei Wochen Zeit, mir das zu überlegen», sagt er. Erfolgreich war auch Silvia Brandstetter. Sie gewann Altersklassen-Silber – und das, obwohl ihre Kategorie mit der vorgelagerten Nachbarkategorie zusammengelegt worden war und sie sich mit bis zu 14 Jahre jüngeren Konkurrentinnen messen musste. «Auch für mich war's ein hoch erfolgreicher Wettkampf», sagte sie.

/gg

Schweizer-Meister-Titel für Samuel Jud

LEICHTATHLETIK Beim Xterra Switzerland im Vallée de Joux gewann Samuel Jud vom LC Meilen Silber an der Schweizer Meisterschaft im Cross-Triathlon – und gleichzeitig Altersklassengold. Silvia Brandstetter sicherte sich in ihrer Kategorie Silber.

Schwierige Tage hatte Samuel Jud hinter sich. Nach einem Xterra-Rennen vor 14 Tagen in Belgien fühlte er sich ausgelaugt und kaum motiviert. Dennoch entschied sich der 33-Jährige zum Start in Les Charbonnières im Waadtländer Jura. Und das Rennen über 1,5 km Schwimmen, 28 km Mountainbike und 10 km Laufen begann denkbar schlecht. Beim Schwimmauftakt geriet er in einen «Knäuel», mit ruckartig austeilenden Ellbogen und strampelnden Füßen. «Hektik, Wasser und Schaum, ich geriet schier in Panik, wusste kaum, wie nach Luft schnappen», sagte er später. Nach rund 300 m entspannte sich die Lage.

Von 0 auf 100

Auf dem Velo staunte Jud. Nach nur rund 200 m begann die Strecke extrem steil anzusteigen. «Daging es gleich von 0 auf 100 – und das nach diesem Schwimmen», beschrieb er. So steil war es, dass Jud wie viele andere die Rampe laufend und das Velo stossend bewältigte. Und seine Aufholjagd startete. Ständig machte er Positionen gut, auch im anschliessenden Laufen. Anhand von Platzierungen, welche ihm die Zuschauer zuriefen,



Triathlet Samuel Jud (ganz links) vom LC Meilen posiert auf dem Podest.

Foto: PD

stellte er fest, dass etwas drinliegen könnte. Als Vierzehnter im international besetzten Feld fuhr er nach gut zweieinhalb Wettkampfstunden über die Ziellinie. Und es kam noch besser: zweitbesten Schweizer und Elite-Silber sowie Altersklassengold. «Ein tolles Resultat. Offenbar bringe ich in dieser Sparte auch etwas zustande, das Hände

und Füsse hat.» Generell Gefallen gefunden hat Jud an diesen Xterra-Rennen. «Im Vergleich zum Triathlon liegen mir hier die Anforderungen auf dem Bike besser», sagt er und verweist auf die höchst fordernden Anstiege und die technisch schwierigen, aber den Kreislauf weniger belastenden Abfahrten. «Im Ironman-Triathlon bist du viel kons-

tanter unterwegs», sagt er. So angetan hat es ihm der Spartenwechsel, dass er damit liebäugelt, eine Elite-Lizenz zu lösen.

Perspektiven für den Herbst

Und was sich ebenfalls anbietet: die Xterra-WM im Herbst auf Maui. «Ich habe zwei Wochen Zeit, mir dies zu überlegen», sagt er.

Erfolgreich war auch Silvia Brandstetter. Sie gewann Altersklassensilber – und das, obwohl ihre Kategorie mit der vorgelagerten Nachbarkategorie zusammgelegt worden war und sie sich mit bis zu 14 Jahre jüngeren Konkurrentinnen messen musste. «Auch für mich war es ein hocheffektiver Wettkampf», sagte sie. LC Meilen



**Leichtathletikclub Meilen
Postfach 513 — 8706 Meilen**

www.lcmeilen.ch

Ausrüster:



pressespiegel

Ausgabe 2. Halbjahr 2018

International s.03

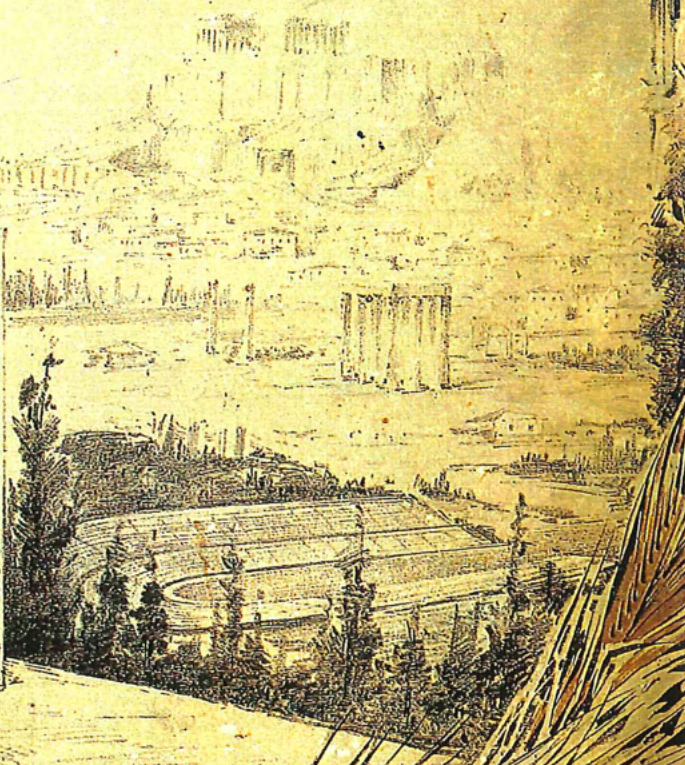
Laufsport s.11

Leichtathletik s.21

776 - 1896



ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ



LES JEUX OLYMPIQUES

ΑΘΗΝΑΙ - ATHÈNES

ΚΑΡΟΛΟΣ
Ε.

Frauenpower in sehr alten Mauern

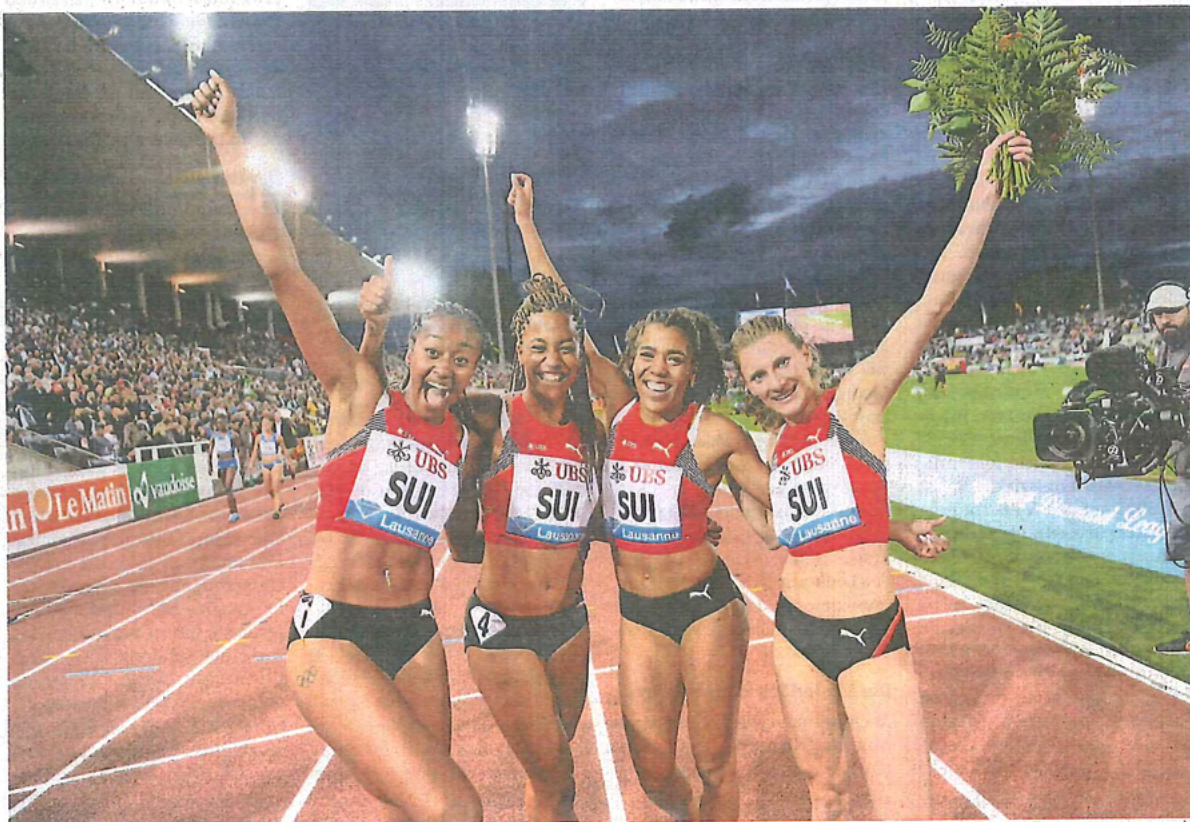
Mujinga Kambundji schreibt in Lausanne gleich zweifach Geschichte: Erst verbessert die Königin über 100 m ihren Landesrekord, dann pulverisiert sie den Bestwert mit der Sprintstaffel.

Es ist 21.50 Uhr, als die sehr alten Mauern der Pontaise erzittern. Das Publikum schreit, klatscht, stampft – es herrscht Ekstase. Eben ist Salomé Kora, die Schlussläuferin der Schweizer Sprintstaffel, wie entfesselt ins Ziel gerannt. In 42,29 Sekunden stellen Ajla Del Ponte, Sarah Atcho, Mujinga Kambundji und Kora nicht nur einen Meetingrekord auf, sie pulverisieren ihren Landesrekord um 21 Hundertstel. Weltweit ist dieses Jahr nur die Auswahl Deutschlands schneller gelaufen – um fünf Hundertstel. Mit der Darbietung an der Athletissima hat das helvetische Quartett hinsichtlich der Europameisterschaft Anfang August in Berlin zweifellos eine Duftmarke gesetzt.

Die Staffel sorgte mit ihrer grossartigen Leistung für das Schlussbouquet eines glanzvollen Schweizer Abends, wobei präzisiert werden muss: Schweizer Frauenabends. Vor allem eine Protagonistin gilt es besonders hervorzuheben: Kambundji. Ehe die Königin mit der Staffel glänzte, war sie in 11,03 einen neuen Landesrekord gelaufen.

In der Ruhe Kraft getankt

Kambundji hat Wort gehalten. Sie hatte angekündigt, in den nächsten Wochen ihren Bestwert zu verbessern. Letztlich belegte Kambundji in Lausanne Rang 5 in einem Weltklassefeld, sie verlor nur eine Hundertstelsekunde auf Europameisterin Dafne Schippers. Das ist eine weitere Kampfansage hinsichtlich der kontinentalen Titelkämpfe. Denn Kambundji ist nun in der europäischen Jahresbestenliste die Nummer 3 – obwohl ihr keine perfekte Darbietung gelang. Nach dem Start war sie früh oben, «und als ich merkte, dass ich gut unterwegs bin, habe ich mich verkrampft». Gleichwohl ist sie mit diesem Resultat zufrieden, weil es zeigt, dass sie in den letzten Monaten sehr vieles rich-



Entfesselter Auftritt der Sprintstaffel: Das Quartett um Mujinga Kambundji (Zweite von rechts) hat den Schweizer Rekord pulverisiert.

Foto: Keystone

tig gemacht hat. Anders als in den letzten Jahren setzte sie sich zum Saisonauftakt gleich ein veritables Programm mit vier Einsätzen an Topmeetings zusammen. Dreimal trat sie dabei über die halbe Bahnrunde an, um sich so mehr Schnelligkeit für die 100 m anzueignen. Der Coup in Form einer neuen Bestzeit aber, er blieb bis gestern aus. «Doch ich habe das Gefühl, dass ich noch einiges schneller laufen kann als Anfang Saison», meinte sie im Vorfeld der Athletissima. «Weil ich bis jetzt noch keinen Wettkampf bestritten habe, bei dem alles zusammenpasste.»

Anstatt nach Holland zu ihrem neuen Coach zu gehen, erholte sich Kambundji zuletzt in Bern von ihrem strengen Saisonauftakt. Den Amerikaner aber traf sie in den letzten Tagen in Lausanne. Er war ebenfalls in der Pontaise, weil einige seiner Schützlinge an der Athletissima

teilnahmen. Die Reise nach Holland aber wird Kambundji noch vor der EM nachholen, vorerst allerdings stehen mit den Meetings in Luzern und Bellinzona sowie der Schweizer Meisterschaft in Zofingen weitere Auftritte in der Heimat an. Und es überraschte nicht, würde sie bald einmal ihre Schallmauer von elf Sekunden durchbrechen.

Sclabas' Achtungserfolg

Bevor Kambundji solo und mit der Staffel das Feuerwerk zündete, hatte sich das Publikum auf Lea Sprunger fokussiert. Die Romande, die am vergangenen Sonntag über 400 m flach ihren Landesrekord pulverisierte, vermochte die Zuschauer jedoch nicht ganz von den Sitzen zu reissen. Ihr gelang zwar in 54,79 eine Saisonbestleistung – und der europäische Bestwert in diesem Jahr. Gleichwohl hatte sie sich nach ihrer Performance über die

Bahnrunde eine bessere Zeit vorgestellt. «Aber mit dem europäischen Bestwert bin ich natürlich sehr zufrieden, darauf kann ich aufbauen. Ich weiss, dass ich viel schneller laufen kann, aber es braucht Geduld.»

In Berlin antreten wird auch Delia Sclabas, zuvor allerdings läuft die 17-Jährige nächste Woche an der U-20-WM in Tampere (FIN). Und gestern durfte sie als Vorbereitung darauf zum ersten Mal im Hauptprogramm eines Diamond-League-Meetings antreten. Über 1500 m lief die Kirchbergerin in einem Weltklassefeld, war bald einmal allein. Dass sie so ihren Bestwert in 4:10,10 um fast zwei Sekunden verbesserte, ist umso bemerkenswerter. «Es war schwierig, so allein zu laufen», meinte sie. «Aber das Publikum hat unglaublich gepusht, so bin ich in einen Flow gekommen.»

Marco Oppliger

BERNER PERSPEKTIVE

Burgunders Mühe

Bis zur finalen Geraden sieht alles relativ gut aus, doch dann geht Joel Burgunder die Puste aus. **In 48,22 Sekunden läuft der Oberaargauer als Zweitletzter des 400-m-Rennens ins Ziel ein. Damit ist er über eine Sekunde langsamer als bei seinem Einstand Anfang Juni in Basel.** Burgunder ist bereits für die EM selektioniert, möchte in Berlin auch mit der 4x400-m-Staffel laufen. «Doch im Moment bringe ich den Speed einfach nicht hin, nach 300, spätestens 350 Metern kommt der Hammer», hält er fest. Bis zu den Titelkämpfen bleibt ihm noch ein Rennen – nächste Woche an der Schweizer Meisterschaft in Zofingen. «Dort muss es hinhauen.» mob

Das Prunkstück nahe der Perfektion

Die Frauenstaffel ist ein Glücksfall für die Schweizer Leichtathletik, ein Rekordtag wie der Donnerstag aber äusserst selten

Monica Schneider

Zürich Sie hatte es geahnt und natürlich gehofft, deshalb schielte Salomé Kora auf ihren letzten Metern auf die Zeitmessung links der Ziellinie. Und dann erbebt das Stade Olympique in Lausanne auch schon. Wie Kora realisierten die Zuschauer: 42,29 – Schweizer Rekord! Schon wieder, Standing Ovation. Und Koras Fokus wich einem emotionalen Ausbruch, wie ihn jede ihrer drei Staffellogegninnen irgendwo auf der Rundbahn ebenfalls erlebte.

Donnerstag, Athletissima 2018 – der Tag, an dem alles zusammenpasste. Ein Jahr, nachdem die vier gleichorts bereits glänzt hatten, damals in 42,53. Einige Wochen später qualifizierten sie sich an der WM in London mit den Besten der Welt für den Final, wurden Fünfte und zum Schweizer Prunkstück. Es war eine Premiere für Swiss Athletics und der Lohn für jahrelange Aufbauarbeit. Seit 2011 hat sich die Staffel um 1,61 Sekunden verbessert, nochmals 1,41 Sekunden tiefer liegt der Weltrekord.

Dass der Verband einst jedoch über vier, fünf, sogar sechs schnelle Sprinterinnen gleichzeitig verfügt, die auf Weltniveau mitlaufen können, damit hatte niemand rechnen dürfen. Nun aber ist genau dies Tatsache, und das Quartett wird immer noch schneller.

„Jüngere Hände machen bereits den feinen Unterschied

„aderin Mujinga Kambundji, die in diesem Jahr mit ihrer Bronzemedaille an der Hallen-WM für eine weitere Schweizer Premiere im Sprintbereich gesorgt hatte und nun auch mit ihrem Schweizer Rekord über 100 m (11,03) Anschluss an die Weltspitze gefunden hat, nennt einen einfachen Grund für den Staffelerfolg: «Wir wissen genau, was wir wollen, und können uns aufeinander verlassen. Entscheidend ist die Konstanz. Wir laufen seit zwei Jahren in unveränderter Zusammensetzung, wir haben uns aneinander gewöhnt und kennen uns fast auswendig.»

So weiss sie beispielsweise, dass ein feiner Unterschied wäre,

42,29 Sekunden

Die Rekordstaffel

Ajla Del Ponte, 21

Startläuferin. Die Tessinerin von der US Ascona ist zwar erst 21, war aber schon an der EM 2016 in Amsterdam Startläuferin. Vor einer Woche machte sich die Studentin in La Chaux-de-Fonds mit 11,21 über 100 m zur zweit-schnellsten Schweizerin je.

Sarah Atcho, 23

Gegengerade. Sie ist die Grösste (1,80 m) und die Spassmacherin im Team – auch sie lief vor acht Tagen persönliche Bestzeit: 22,80 über 200 m. Sie trainiert in Lausanne mit Lea Sprunger bei Laurent Meuwly.

Mujinga Kambundji, 26

Zweite Kurve. Die Teamleaderin mit wechselvoller Vergangenheit in der Staffel. Nachdem sie an der EM in Zürich den Stab verloren und sich so in die Schweizer Herzen gewiegt hatte, verzichtete sie 2015 nach einem Knatsch mit dem Trainer auf Starts und kehrte erst nach Rio 2016 zurück.

Salomé Kora, 24

Zielgerade. Keine ist so cool und eine solche Kämpferin wie die Ostschweizerin vom LC Brühl. Kora ist seit einer Woche mit 11,26 die drittschnellste Schweizerin über 100 m.

Die Ersatzsprinterinnen

Immer im Training dabei sind Cornelia Halbheer (25) und Samantha Dagry (23), sie füllen klaglos die Rollen der Ersatzsprinterinnen. (mos)



Ideales Geben und Nehmen: Salomé Kora (links) und Mujinga Kambundji beim Rekordlauf

Foto: Keystone

wenn sie den Stab nicht Kora, sondern Sarah Atcho übergeben müsste, «ihr Arm und ihre Hand sind viel länger als Salomé's.» Es sind diese Details, die alle kennen und verinnerlicht haben.

Allerdings ist ein Tag wie der Donnerstag in Lausanne ein seltener. Alle vier Staffelläuferinnen Ajla Del Ponte, Atcho, Kambundji und Kora wie auch die Ersatzsprinterinnen Cornelia Halbheer und Samantha Dagry, sind gesund. Alle vier, die zum Einsatz kommen, sind topfit, haben innerhalb der letzten fünf Tage eine persönliche Bestzeit aufgestellt. Alle tragen dazu bei, dass man nachher fast von Perfektion reden kann.

Medaillenanwärterinnen an der EM im August in Berlin

Projektleiter Raphaël Monachon, der das Team seit dieser Saison führt, schmunzelt und sagt: «Ja, solche Tage gibt es nicht viele, ich hoffe, dass ein solcher an der EM im August in Berlin nochmals kommt.» In dieser Verfassung sind die Schweizerinnen dort Medaillenanwärterinnen. Den Lauf von Lausanne habe er noch nicht ganz analysiert, «aber technisch habe ich nichts Gravierendes gesehen. Wir werden nur noch bei Details Zeit gewinnen können, bei noch flüssigeren Wechsels beispielsweise.»

Bis zur EM wird es nur noch zwei Zusammenzüge geben, das reiche, sagt Monachon. «Sie haben in den letzten Wochen viel Vertrauen gewonnen.» Auf den Rest hat er keinen Einfluss. Die Athletinnen trainieren in ihren Vereinen. Der Coach kann nur hoffen, «dass sie ihren Peak, was die Schnelligkeit betrifft, tatsächlich an der EM erreichen.»

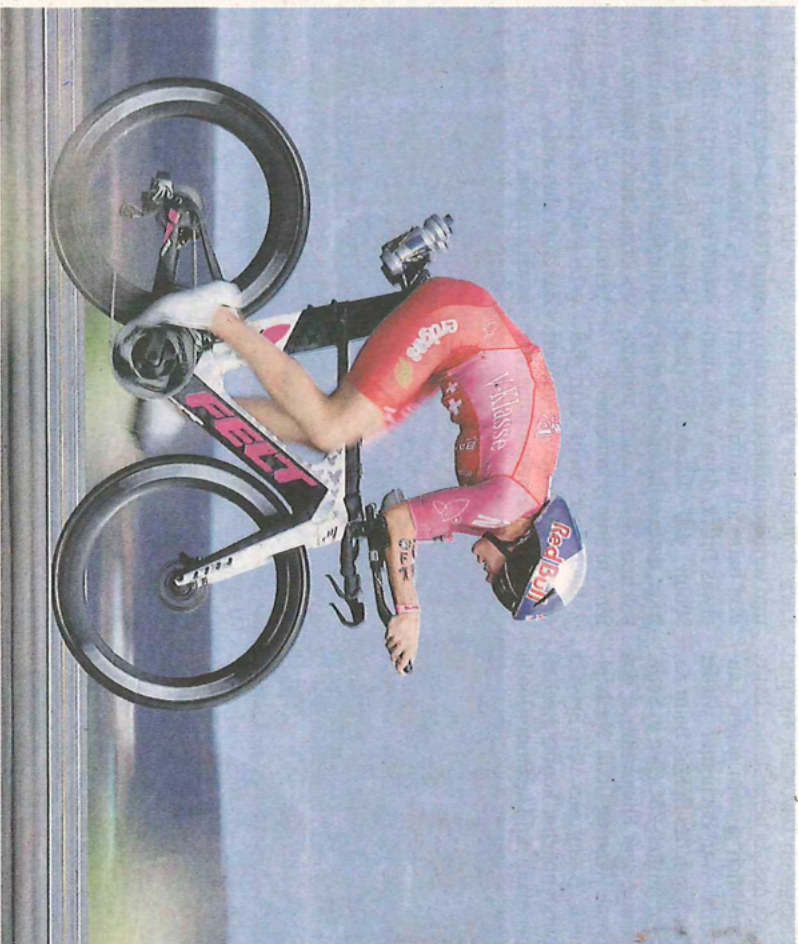
Davon ist Kambundji überzeugt. Mit Lausanne hat ein Wettkampfblock begonnen, der – nach einem «Aufwecktraining» heute – morgen in Luzern mit «Spitzenleichtathletik» und am Freitag sowie Samstag mit den nationalen Meisterschaften in Zofingen weitergeht. «Die wirklich gute Zeit erreichte ich noch nicht», sagt sie. Und meint über 100 m eine unter 11 Sekunden und über 200 m einen Rekord. Nahe der Perfektion eben.

Zuerst Drama, dann Spektakel: Iron-Frau Daniela Ryf mit Rekord

KONA. Sie hat ans Aufhören gedacht, nun ist Daniela Ryf zum 4. Mal Ironman-Weltmeisterin.

Wer kann Daniela Ryf stoppen? Die Antwort gab es schon vor dem Start auf Hawaii: Quallen. Die Soloturnerin war beim Einschwimmen gleich von zwei Nesseltieren attackiert worden. «Sie erwischten mich gleichzeitig unter den Achselhöhlen.» Sie dachte ans Aufhören. «Ich kam an einem Punkt, an dem ich meine Arme nicht mehr spürte.» Doch die 31-jährige brachte die 3,8 km Schwimmen hinter sich und stellte auf den anschließenden 180 km auf dem Velo eine Rekordzeit auf.

57:26 Minuten im Wasser, 4:26,07 Stunden auf dem Velo und 2:57,05 auf den Füßen: In 8 Stunden, 26 Minuten und 16 Sekunden pulverisierte sie ihren Streckenrekord von 2016 um über 20 Minuten. Ihr Ziel war, für Spektakel zu sorgen. Das hat Ryf bei ihrem vierten Triumph in Folge eindrücklich getan, auch wenn sie auf das Drama vor dem Start hätte verzichten können. «Ich wollte ein Rennen zur Erinnerung für die Zuschauer realisieren. Es war eines meiner verrücktesten



Daniela Ryf wollte ein Rennen zeigen, das in Erinnerung bleibt. Das hat sie eindrücklich getan. GETTY Rennen, die ich je erlebt habe», meinte Ryf.

Sportlich bleibt die Frage, wer Ryf schlagen kann, unbeantwortet. Zumindest keine Frau. An der Ironman-EM im Juli in Frankfurt war Ryf fast

«Ich fühlte mich schnell»

Daniela Ryf, Sie haben den Radrekord von Karin Thürig (2011) um 18 Minuten unterboten. Wie stolz sind Sie?

Die Bedingungen mit wenig Gegenwind waren sehr gut. Und gewisse aerodynamische Anpassungen am Rad zahlten sich aus, auch als der Gegenwind etwas aufkam. Ich fühlte mich schnell.

Von der dreifachen Ironman-Weltmeisterin Mirinda Carrae aus Australien erhielten Sie den Ritterschlag. Carrae sagte nach dem Rennen, dass Sie sich bei den Frauen in einer eigenen Liga befänden.

Es ist natürlich sehr schön, so etwas zu hören, eine grosse Ehre und ein Riesenkompiment für mich, wenn sie das sagt. Sie war und ist immer noch jemand, der mich pusht. Ich habe viel von ihr gelernt. Sie hat dem Sport sehr viel gegeben und hält immer noch den Marathon-Rekord bei den Frauen.

Die verlängerte Laufstrecke im Energy Lab wirkte in der Hitze ohne Schatten auch für den Männer-Gewinner Patrick Lange besonders anspruchsvoll. Wie empfanden Sie es?

Es ist eine Kopfsache. Es fühlte sich schon relativ lange an. Die Strasse zum Laufen fühle ich in Ordnung an, doch das Rauslaufen hinauf, zurück auf den Highway, fühlte sich dann schon sehr warm an. sda

eine halbe Stunde schneller als die Konkurrenz. Nun waren es immerhin 10 Minuten, die Ryf

der Britin Lucy Charles abnahm. Nur gerade 23 Männer konnten Ryfs Streckenrekord unterbieten, gerade nicht mehr zu ihnen zählte als 24. Ironman-Schweizerland-Gewinner Jan van Berckel (8:27,03). Bei den Männern siegte der Deutsche Patrick Lange, der seinen zweiten Ironman-Titel in Folge holte. as/sva



Der 22-jährige Genfer lebt und trainiert mehrheitlich in Kenia: Julien Wanders (2.v.r.). TOBIAS GINSBERG/VOLUME PHOTO

Schneller als Mo Farah: Genfer Julien Wanders sorgt für Furore

DURBAN. Julien Wanders lebt und trainiert in Kenia: Das zahlt sich immer mehr aus.

♥ BELIEBT Julien Wanders musste gestern nicht siegen, um auch über die Landesgrenzen hinaus für Schlagzeilen zu sorgen. Ein zweiter Platz im Strassenrennen über 10 km in Durban (Südafrika) reichte dem 22-jährigen Genfer. In 27:32 Minuten war er nur mi-

nim langsamer als der Kenianer Joshua Cheptegei (27:16). Damit stiess Wanders in neue Sphären vor. Er lief nicht nur schneller als je ein Schweizer vor ihm, er absolvierte das Rennen schneller als jeder Europäer bisher. 12 Sekunden nahm er der britischen Läufer-Legende Mo Farah ab, dem Doppel-Olympiasieger über die 10 000 sowie auch über die 5000 m. Um 2 Sekunden unterbot er die europäische Bestmarke von Nick Rose aus dem

Jahr 1984, die allerdings vom Weltverband IAAF nicht anerkannt wurde.

Wanders hatte zuletzt mehrmals bewiesen, dass er insbesondere bei Strassenrennen mit den Besten der Welt mithalten kann. So im Februar, als er den Halbmarathon in Barcelona in 1:00,09 lief und damit für einen Schweizer sowie auch einen U23-Europarekord sorgte und zu Europas Leichtathlet des Monats gewählt wurde.

All das kommt nicht von ungefähr. Mit 18 reiste er erstmals ins kenianische Hochland nach Iten. Dort lebt und trainiert er mittlerweile mehrheitlich auf 2400 m ü. M. In einem Punkt unterscheidet sich das Training zu jenem seiner Kollegen. «Im Gegensatz zu den Kenianern mache ich zweimal pro Woche Krafttraining und dreimal Rumpf- und andere Stabilisation», erklärte Wanders im März gegenüber dem «Tages-Anzeiger». ALS/SDA

Im dritten Anlauf die Krönung

LEICHTATHLETIK Der Weltrekord war das Einzige, was Eliud Kipchoge in seiner grossen Karriere noch fehlte. In 2:01:39 Stunden lief der Kenianer den Marathon in Berlin nun in einer neuen Dimension.

Als Eliud Kipchoge kurz nach elf Uhr hinter dem Brandenburger Tor die Ziellinie überquerte, hatte dieser Moment etwas von jenem 2009, als Usain Bolt die 100 m in unheimlichen 9,58 Sekunden gesprintet war und einen Fabel-Weltrekord aufgestellt hatte. In 2:01:39 Stunden lief der Kenianer den Marathon in einer Zeit, die für Generationen Gültigkeit haben könnte. Und – hübsche Parallele: Die beiden Superstars der Leichtathletik krönten ihre Karrieren beide in Berlin. Kipchoge gelang gestern ein Rennen, das die Sportwissenschaftler noch länger beschäftigen wird: Wie schaffte er das, und: Ist noch mehr möglich?

Unheimliche zweite Hälfte

Der Weltrekord war das Einzige, was dem 33-jährigen Vater von drei Kindern in seiner grossen Karriere noch gefehlt hatte. Bereits als 18-Jähriger war Kipchoge Weltmeister über 5000 m und im Cross. Wie oft bei Kenianern und Äthiopiern wird dieses jugendliche Alter jedoch angezweifelt. Das hiesse allerdings, dass er nun, 15 Jahre später, bei seinem Weltrekord nicht 33, sondern ein paar Jahre älter wäre – was seiner Leistung noch mehr Glanz verliehe. Vor dem Wechsel auf die Marathondistanz 2013 hatte er auf der Bahn auch Olympia- und WM-Silber sowie -bronze gewonnen. Seit 2014 und neun Rennen ist er auf der langen Distanz nun ungeschlagen.

Gestern wollte sich von Anfang an keiner mit ihm einlassen. Kipchoge lief mit seinen drei selbst gewählten Tempomachern vorneweg. Wilson Kipsang, der frühere Weltrekordhalter, und Amos Kipruto hatten erklärt, das Tempo, das man anschlagen wollte, sei ihnen zu schnell. Das war es dann bald auch für die Pacemaker Kipchoges. Zwei stiegen noch vor



Die unheimliche Show macht ihn 120 000 Euro reicher: Eliud Kipchoge beim Zieleinlauf mit Weltrekord in Berlin.

Foto: Mojo Hiji (Getty)

der Hälfte aus, die genau nach Plan in 61:06 Minuten passiert wurde. Sein letzter Begleiter verliess ihn dann bei Kilometer 25 – ein spannender Moment. War dies eine Befreiung oder doch das Ende der Träume?

Es war der Start zum zweiten Rennen. 17 km und bis ins Ziel lief Kipchoge allein und äusserst kontrolliert, die Zeitanzeige auf dem vorausfahrenden Auto half ihm, fokussiert zu bleiben. Er sagte nach seinem Coup: «Es war sehr hart, ich war aber nicht überfordert. Ich war darauf vorbereitet, früh alleine zu laufen. Und ich war sehr gut trainiert und hatte Vertrauen ins Programm meines Trainers. Ich bin unglaublich glücklich.»

Der leichtfüssige Läufer bot auf der zweiten Hälfte eine unheimliche Show: Er wurde nicht lang-

samer, er drehte auf. Und war in beeindruckender Konstanz und in 60:33 mehr als eine halbe Minute schneller als auf den ersten 21 km. Den Weltrekord seines Landsmannes Dennis Kimetto von 2014, ebenfalls in Berlin gelaufen, unterbot er um 1:18 Minuten – um Welten. Nur dem Australier Derek Clayton gelang 1967 eine Verbesserung um noch mehr.

Cherono mit Streckenrekord

Der Sieg war Kipchoges Krönung im dritten Anlauf. Bereits 2015 und im vergangenen Jahr hatte er einen Weltrekordversuch unternommen, doch «beide vermasselt», wie er sagte. Das ist typisch für ihn, für seine Bescheidenheit und Demut. Vermutlich war er damals schon in Bestform unterwegs, doch vor drei Jahren ver-

ENTWICKLUNG

Acht Weltrekorde wurden mittlerweile auf Berlins Strassen gelaufen. Während es bei den Steigerungen meist um einige Sekunden ging, war Eliud Kipchoge erst der Dritte, der die Marke um mehr als eine Minute verbesserte. *mos*

02:01:39	-1:18*	Kipchoge (KEN)	Berlin	2018
02:02:57	-0:26	Kimetto (KEN)	Berlin	2014
02:03:23	-0:15	Kipsang (KEN)	Berlin	2013
02:03:38	-0:21	Makau (KEN)	Berlin	2011
02:03:59	-0:27	Gebrselassie (ETH)	Berlin	2008
02:04:26	-0:29	Gebrselassie (ETH)	Berlin	2007
02:04:55	-0:43	Tergat (KEN)	Berlin	2003
02:05:38	-0:04	Rhannouchi (MAR)	London	2002
02:05:42	-0:23	Rhannouchi (MAR)	Chicago	1999
02:06:05	-0:45	Da Costa (BRA)	Berlin	1998
02:06:50	-0:22	Diniscamo (ETH)	Rotterdam	1988
02:07:12	-0:53	Lopes (POR)	Rotterdam	1985
02:08:05	-0:13	Jones (GBR)	Chicago	1984
02:08:18	-1:18	De Castella (AUS)	Fukuoka	1981
02:09:36	-2:35	Clayton (AUS)	Fukuoka	1967
02:12:11		Babila (ETH)	Tokio	1964

* um so viel wurde der WR verbessert

hinderte das Schuhsohlendrama eine noch bessere Zeit als 2:04, letztes Jahr verpasste er die Rekordzeit im Regen um nur 35 Sekunden. Der Triumph bringt ihm 120 000 Euro ein, 50 000 für den Weltrekord, 40 000 für den Sieg und 30 000 für eine Zeit unter 2:04.

In diesem Trubel ging das Rennen der Frauen ein wenig unter. Vorjahressiegerin Gladys Cherono (KEN) gewann in Berlin zum dritten Mal und mit Streckenrekord. In 2:18:11 blieb aber nicht nur sie unter der alten Marke, sondern auch die Äthiopierinnen Ruti Aga und Tirunesh Dibaba mit 23 bzw. 44 Sekunden Rückstand. Für Letztere enttäuschend, sie war mit Ziel Bestleistung angetreten, die sie schliesslich um eine Minute verfehlte.

Monica Schneider

Kommentar



Monica Schneider
Sportredaktorin

Kipchoge, der Überläufer

Die Kritiker waren zahlreich, als Eliud Kipchoge im Frühling 2017 in Monza im «Breaking2»-Projekt von Nike auf der Formel-1-Strecke versuchte, den Marathon als erster Mensch unter zwei Stunden zu laufen. Die Kritik zielte auf die Laborbedingungen ab, unter denen das Rennen im Morgengrauen stattfand, ständig wechselnde Tempomacher, effiziente Verpflegung, ein Windschattenspendendes Auto voraus – einiges, was nicht den Regeln des Internationalen Leichtathletikverbandes entsprach, die sportliche Leistung deshalb in Frage stellte und sie wertlos machte.

Kipchoge verpasste das Ziel in 2:00:25 um wenige Sekunden, gewann aber Erkenntnisse, die ihn und seinen Trainer Patrick Sang weiter brachten. Seit gestern erscheint der PR-Event in einem anderen Licht. Erst Monza zeigt Kipchoge, wie stark er mental ist und wie schnell er laufen kann. Berlin herrschten keine Laborbedingungen, aber dennoch fast ideale. Kipchoge nutzte seine Stärken, zeigte ein überwältigendes Rennen. Allein gegen die Uhr.

Bemerkenswert ist nicht nur der letzte Triumph des Überläufers, ebenso speziell ist, dass sich der Kenianer seit mehr als 15 Jahren an der Spitze der Langstreckenläufer hält, ja sie dominiert. Ernsthaft verletzt war Kipchoge nie, den Wechsel von der Bahn auf die Strasse hat er im Gegensatz zu anderen müheless geschafft. Das alles hat viel mit Trainer Sang zu tun. Der Steep Spezialist lebte lange in der Schweiz und trainierte im LC Zürich. Ihm überlässt Kipchoge die Planung, ihm vertraut er.

Das Heimatbuch 2018 ist da

HEIMAT
BUCH
MEILEN
2018
GESCHICHTE &
GESCHICHTEN

Was am Heimatbuch-Forum anfangs Juni diskutiert wurde, findet sich nun im neuen Heimatbuch als Schwerpunktsthema: Das 150-Jahr-Jubiläum der Turn- und Sportbewegung in Meilen.

Der Rückblick, welcher die Entwicklung des TV Meilen einbettet im Spiegel der Zeit, wird ergänzt durch einen Bericht über die Jubiläumsaktivitäten und abgerundet mit Statements von vier Persönlichkeiten, die sich im Sport auf verschiedenste Weise engagieren. Dazu kommt die bewährte Mischung mit Artikeln zu Dorfleben, zu Kultur und Ortsgeschichte.

Wer kann sich noch an die Zeiten nach dem Fall des eisernen Vorhangs und die Kontakte mit den ungarischen und tschechischen Partnergemeinden erinnern? Oder wer weiss, wie viele Rebhäuschen in Meilen zu finden sind? Interessant auch zu erfahren, weshalb Elea Nick Geige und nicht Klavier spielt. Die Chronik dessen, was Meilen im vergangenen Jahr bewegte, rundet wie üblich das reiche Angebot ab.

Die Vernissage der Ausgabe 2018



des Meilemer Heimatbuchs findet am Donnerstag, 29. November im Ortsmuseum Meilen statt. Ab 18.00 Uhr können die druckfrischen Exemplare bezogen werden. Der musikalisch umrahmte offizielle Teil beginnt um 19.00 Uhr und dauert rund eine Stunde.

Offen ist auch die Ausstellung «2&3 Dimensionen».

Im Anschluss daran sind die Besucherinnen und Besucher zu einem Apéro im Foyer des «Löwen» eingeladen.

Meilener Heimatbuch 2018: Vernissage am Donnerstag, 29. November, 18.00 Uhr. Ortsmuseum, Kirchgasse 14, Meilen.

/is

«Ich glaube, der Kopf spielt mit uns»

LEICHTATHLETIK Langstreckenläufer Julien Wanders verfolgt seine Karriere so (kompromisslos wie kein Schweizer vor ihm. Er lebt und trainiert in Kenia und ist mit 22 bereits Europarekordhalter über 10 km auf der Strasse. Auf der Bahn allerdings ist er ein ganz anderer.

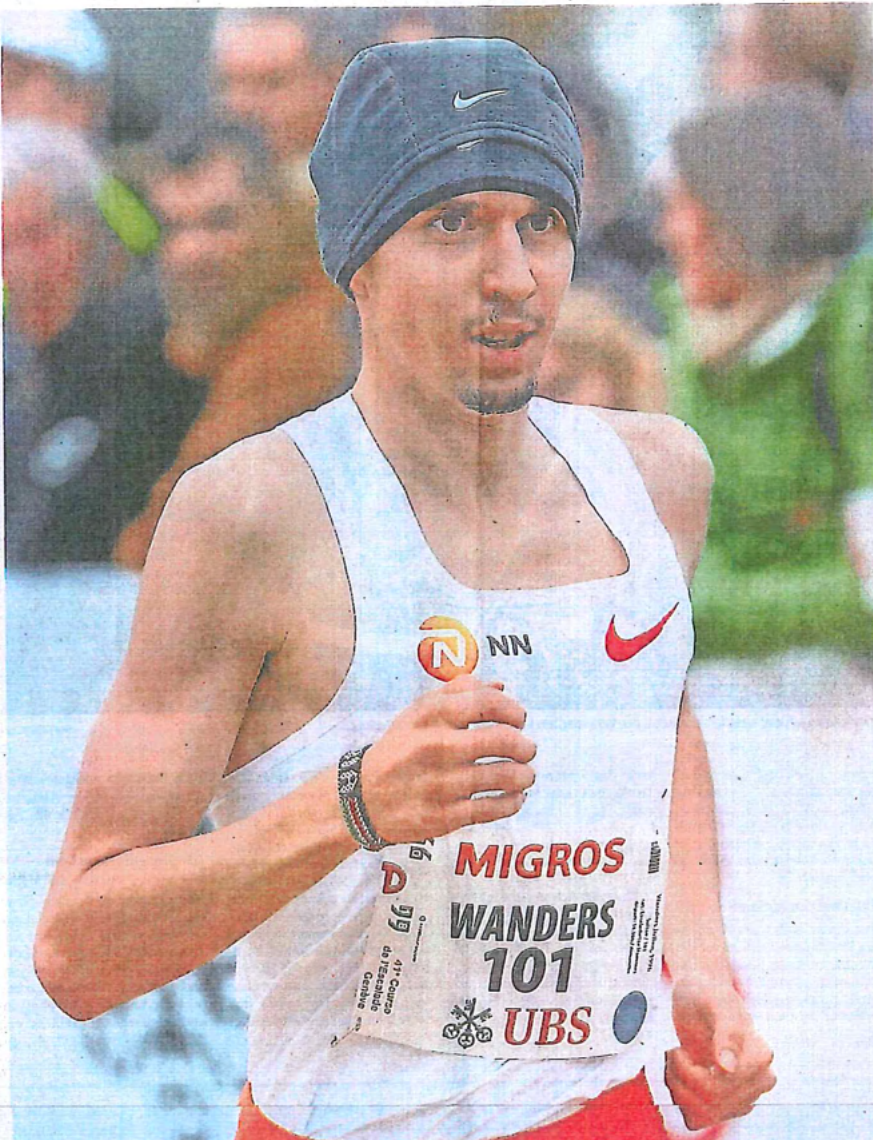
Wir sitzen in der Küche Ihrer Eltern in Genf. Wieso haben Sie diesen Komfort zugunsten eines Lebens in Kenia aufgeben?

Julien Wanders: Ich suchte eine gute Umgebung zum Trainieren. Das war das Wichtigste. Als ich dann in Kenia war, merkte ich, dass ich dort nicht nur gern trainiere, sondern auch lebe. Auf den Komfort kommt es nicht an. Sie trainierten mit 18 erstmals im kenianischen Hochland in Iten, was brachte Sie dazu? Seit ich 15 bin, interessiere ich mich fürs Laufen. Ich habe alles geschaut, was irgendwo übertragen wurde. Ich fragte mich, wieso die Kenianer so stark sind, oder die Äthiopier. Aber die Kenianer faszinierten mich mehr. Ich habe im Internet alles zusammengesucht über kenianische Läufer, habe Bücher gelesen. Dabei bin ich immer wieder auf Iten gestossen. Ich habe sogar meine Maturarbeit am Gymnasium über die Kenianer und Iten geschrieben. Ohne je da gewesen zu sein. Als ich dann nach der Schule 2014 dort ankam, wusste ich irgendwie schon alles.

Sie haben dafür auch Ihr Wirtschaftsstudium aufgegeben. Zwei Wochen habe ich studiert. (lacht) Das war die Idee meiner Eltern und meines Trainers Marco Jäger. Aber ich wusste schon vorher, dass ich das nicht wollte. Ihre Eltern sind Musiker, was sagten sie zu Ihren Plänen?

«Ich war besser als Markus Ryffel in diesem Alter. Ich habe mich an seinen Zeiten orientiert.»

Julien Wanders



So filigran wie ausdauernd: Der Genfer Julien Wanders (22).

Foto Kystone

Wie wohl alle Eltern in der Schweiz haben sie es nicht verstanden. Meine Lebensweise vorher schon nicht. Ich habe nur trainiert und den Rest des Tages auf dem Sofa geschlafen. Was hat sie dann umgestimmt? Ich hatte Glück, es kam vieles zur richtigen Zeit zusammen. Ich zeigte relativ schnell gute Leistungen und qualifizierte mich 2014 für die Junioren-WM. So akzeptierten sie meine Entscheidung und vertrauten mir. Ich hätte meine Meinung aber sowieso nicht geändert. In dieser Beziehung sind wir alle gleich, auch meine Schwestern haben einen harten Kopf. Die ältere ist Ärztin, die jüngere Reiterin. Wann merkten Sie, dass Ihr Beruf Sportler sein wird? An dieser Junioren-WM. Ich hatte mich zuvor über 5000 Meter innerhalb eines Jahres von 14:45 auf 14:06 Minuten verbessert. Ich war besser als Markus Ryffel in diesem Alter. Ich habe mich immer an seinen Zeiten orientiert. Ein Jahr später dann brach ich seinen Junioren-Rekord. Erzählen Sie uns von Ihrem Alltag in Kenia. Erst wohnte ich kurz im Hotel, dann bei einer Familie. Das war zwar schön, aber trotzdem nichts

für mich. Es gab überhaupt keine Tagesstruktur. Ich kam aus der Schweiz, wo wir immer alles geplant hatten. Ich war verloren. Also entschied ich, alleine zu leben. Ich brauche die Struktur, die Disziplin. Immer zur selben Zeit essen beispielsweise ist wichtig fürs Training. Seither habe ich mit meiner Freundin ein 2-Zimmer-Häuschen gemietet. Was ist Ihr heutiger Komfort? Ein feines Essen. Und ich habe jetzt auch eine gute Matratze. Die vorherige war in der Mitte gebrochen. Ich habe einen Fernseher und auch Internet. Das könnten alle haben, ist aber teuer, man bezahlt im Voraus. Sie laufen, essen, schlafen. Ist es eine Schweizer Denkweise, wenn man glaubt, Sie seien intellektuell unterfordert? Ich weiss nicht. Ich kümmere mich auch um alle Reisen für mich, meine Freundin und zwei, drei Laufkollegen, die mich meist an die Rennen begleiten. Sie brauchen Visa, die besorge ich. Und dann organisiere ich die Trainings. Den Plan erhalte ich jede Woche von Marco. Aber dann geht es darum, wer uns wann mit dem Auto wohin bringt und uns mit Getränken versorgt. Solches ermüdet mich unheim-

VOM TRAINER GESTEUERT

Julien Wanders (22) wird seit je von Marco Jäger betreut, seinem Deutschschweizer Trainer bei Stade Genève. Wanders habe sich schon als ganz Junger durch seine Ausdauer- und Regenerationsfähigkeiten von Gleichaltrigen abgehoben, sagt dieser. Seit Wanders 2014 mehrheitlich in Kenia lebt, schickt Jäger die Pläne, Wanders berichtet alle zwei, drei Tage, wie es ihm ergeht. Den Durchbruch schaffte er, als er Ende 2016 Markus Ryffels 30-jährigen Rekord über 10 km (Strasse) brach, 2018 im Halbmarathon den Schweizer Rekord auf 60:09 senkte und an der Halbmarathon-WM 8. wurde. Seit Oktober ist er Europarekordhalter über 10 km. **mos**

lich. Eigentlich möchte ich gerne Suaheli lernen, aber meist bin ich zu müde dazu. Wofür geben Sie in Kenia am meisten Geld aus? Wahrscheinlich fürs Wi-Fi und den Transport zum Training. Ich bezahle das Fahrzeug, das bis zu 15 Läufer fasst. Das kostet etwa 30 Franken – das dreimal wöchent-

lich. Fürs Wohnen noch 80 Franken – monatlich gebe ich etwa 500 Franken aus. Am Sonntag gewannen Sie in Genf Ihr drittes Rennen in zwei Wochen und damit auch einiges an Geld. Ich laufe nicht wegen des Geldes. Es ist wichtig, aber nicht meine Motivation, die Leistung ist wichtiger. Bei der Escalade sind sie grosszügig mit mir. Und wenn ich mich weiter steigern, muss ich mich nicht sorgen. Anfänglich schlossen Sie sich in Iten einer Laufgruppe an, bald aber folgt die Gruppe Ihnen. Wie ist es dazu gekommen? Als ich mit der Zeit ein paar Läufer kannte, sahen sie, dass ich nach Plan trainiere. Ich erzählte ihnen jeweils, was ich am nächsten Tag tun werde, und lud sie ein, mit mir zu kommen. Sie bemerkten natürlich meine Resultate. Und so kamen immer mehr. Wie ist die Mentalität Ihrer Kollegen? Was konnten Sie von ihnen lernen? Dass alles möglich ist. Dass es keine Grenzen gibt. Sind Sie der Schnellste der Gruppe? Jetzt schon. Als ich nach Iten kam, war es Fredrick Kiptoo, er ist in Genf Zweiter geworden.

Sie sagten einmal, Sie glaubten nicht, dass es auf die Leistung Einfluss hat, ob ein Läufer weiss oder schwarz ist. Wieso? Ich spreche jetzt nicht nur von mir, aber ab und zu zeigen wir Europäer, dass wir mit den Afrikanern mithalten können. Als ich nach Kenia kam, glaubte ich auch, dass sie mir etwas voraus haben. Jetzt finde ich das nicht mehr. Die Jungs sind einfach fokussiert und trainieren. Nicht wie hier. Sind Schweizer Athleten zu wenig zielstrebig? Ja. Wie viele Profi-Läufer auf den Langdistanzen hat die Schweiz? Zwei, drei. Tadesse Abraham, vielleicht Julien Lyon, mich. In Afrika haben sie Tausende. Die machen nichts anderes als laufen. Da ist es normal, dass auch viel mehr herauskommen. Natürlich hat man in der Schweiz andere Möglichkeiten, Geld zu verdienen. Einfach ist das mit Laufen nicht. Wenn du Erfolg hast, kannst du viel Geld machen, wenn nicht, kannst du in der Schweiz nicht davon leben. Sie sind seit Oktober Europarekordhalter über 10 km auf der Strasse und lösten Olympiasieger Mo Farah ab. Was hindert Sie, auf der Bahn zu laufen wie auf der Strasse?

Mein Selbstvertrauen. Ich sehe keinen anderen Grund. Das Training vor der EM im August war gut, alles war wie geplant. Aber dann fehlte das Selbstvertrauen. Ich bin auf der Strasse viel erfahrener. Ich werde nun wohl mehr auf der Bahn starten, bisher fürchtete ich mich dort fast ein wenig vor den Gegnern. Das muss ich ändern, und ich werde das schaffen. Wie war das an der EM, als Sie Achter über 5000 und Siebter über 10000 Meter wurden? Über 5000 Meter führte ich in Berlin zwar das Feld an, lief aber nicht so konsequent, wie ich es wollte. Ein Sieg gegen starke Gegner würde mir helfen, speziell wenn ich das Rennen auf der letz-

«Ich habe von den Kenianern gelernt, dass alles möglich ist, dass es keine Grenzen gibt.»

Julien Wanders

ten Runde gewinnen könnte. Auf der Strasse ist es so viel einfacher, alleine wegzulaufen... wirklich erklären kann ich den Unterschied aber nicht. Auf der Bahn ist es nicht einfach, sich vorzunehmen, jetzt laufe ich 25 Runden alleine. Ich glaube, der Kopf spielt da mit uns. Als Achter der Halbmarathon-WM und bester Europäer haben Sie sich in eine aussichtsreiche Position gebracht. Spüren Sie vermehrtes Interesse von Veranstaltern? Ja, das läuft langsam an. Mein Manager kann mehr verlangen, als geboten wird. Worum geht es beim NN-Running-Team, dem Sie neu angehören? Es ist der Zusammenschluss aller Strassenläufer meines Managements, etwa 200 Läuferinnen und Läufer, darunter auch Eliud Kipchoge, der Marathon-Rekordhalter. NN ist der Sponsor, eine holländische Bank. Wie viele davon sind weiss? Nicht viele. Zehn? Nicht einmal. Das heisst, Sie haben es in einen erlesenen Kreis geschafft. Können Sie vom Laufen leben? Ja, mit Startgeldern, Siegpriämien und meinen Sponsoren schon, da kann ich mich nicht beklagen. Können Sie auch mit dem steten Dopingverdacht leben? Es ist schwierig in den Ausdauer-sportarten. Alles wird angezweifelt. Ich glaube, das Beste ist, dass wir offenlegen, wie wir trainieren. Deshalb veröffentlichte ich alle meine Trainings auf Facebook. Aber wenn die Leute zweifeln, zweifeln sie. Wie viele Male wurden Sie seit dem Europarekord getestet? Sechsmal. Nach dem Rekord in Durban, zweimal danach in Kenia, vor der Corrida in Bulle, nach Bulle und am Sonntag nach der Escalade. Aber das ist okay so. Nun kehren Sie nach Iten zurück, was sind die Ziele? An Silvester laufe ich in Paris, wie üblich. Und dann werde ich im Februar den Halbmarathon in Ras al-Khaimah in den Emiraten bestreiten und meine 60:09 verbessern. (lacht) Vielleicht sogar Rekord laufen, Europarekord. (59:32, Mo Farah, die Red.)

Monica Schneider

Laufsport



Föhn und Bützberger mit Topleistungen

LEICHTATHLETIK Mit dem Altersklassensieg und dem 6. Overallrang demonstrierte der Meilerner Sigi Föhn am T88-Ultrarennen des Swiss Alpine Marathon seine läuferische Klasse einzigartig. Für das einzige LCM-Spitzenresultat am Berglauf-Klassiker war er indes nicht besorgt.

Nach einem «bedachten und verhältnismässig langsamen Beginn» startete der 58-jährige Sigi Föhn zu einer eindrucksvollen Aufholjagd. Und das über 84,9 km, von St. Moritz bis Davos, mit 3641 m Steigung und 3933 m Gefälle. Nach 9:49:51 Stunden erreichte Föhn das Ziel. Nur gut 20 Minuten verlor er auf Sieger Tofof Castanyer (Sp) vom Salomon-Team. Klassiert war er unmittelbar hinter dem 25 Jahre jüngeren Bernhard Eggenschwiler, der etliche Topresultate in dieser Sparte aufweist. Unmittelbar hinter ihm platzierte sich ein weiterer Meilerner: Manuel Schmid – allerdings nicht vom LCM, sondern vom LCZ-Doppelstock.

Föhn vertrat die LCM-Farben allerdings nicht als einziger erfolgreich. Ebenfalls im T88 profilierten sich Marion Bützberger-Grimm und Alexander Bützberger: sie mit einer Zeit von 11:39:11 Stunden, Rang 4 bei den Frauen und Rang 2 in der Altersklasse, er mit 10:34:01 Stunden Gesamtang 11 und Platz in der AK. Vor allem Marion Bützberger hatte allen Grund zur Freude: In ihrem ersten Ultrarennen übernahm sie die 32-jährige auf. Nur zwei Positionen

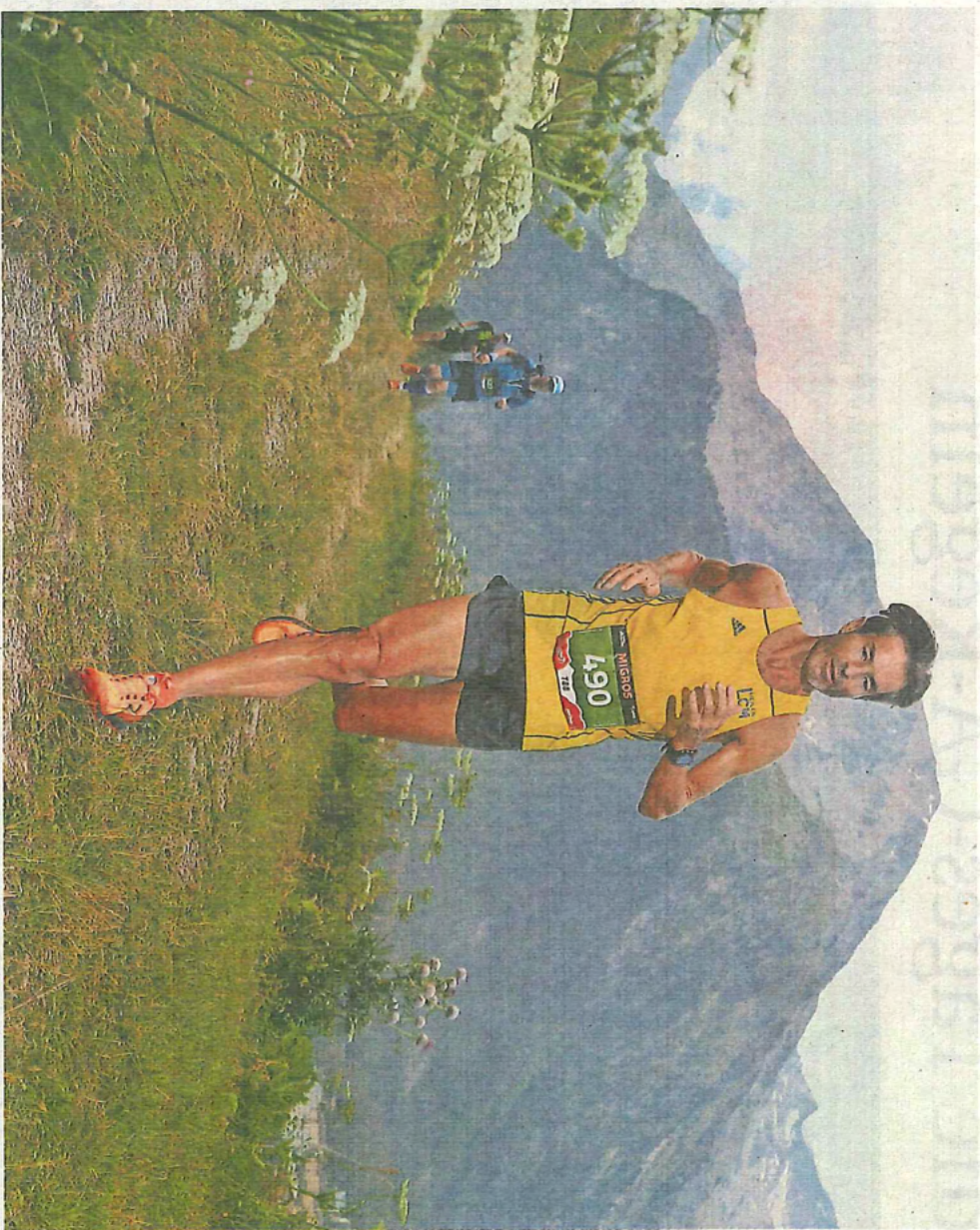
lag sie schliesslich hinter Jasmin Nunige, der Seriensiegerin des Swiss Alpine Marathon K78.

Weitere Podestplätze

Ebenso präsentierten sich LCM-Athleten in anderen Kategorien vorzüglich. Philipp Ziegler lief im K43-Rennen von Davos nach Davos über 42,9 km mit 1425 Höhenmetern in 4:43:03 Stunden auf Platz 43. Lediglich 2:08 Minuten mehr benötigte Andreas Osetertag, was zu Rang 62 und Platz 2 bei den M60 reichte. Ausbezahlte sah auch Peter Peter seinen kurzfristigen Entscheid zum Start in der Kategorie H21 über 21,3 km, mit 1074 m Steigung: 2:05:57 Stunden und Tagesstieg. Den zweiten Kategorienrang bei den W18 im K10 über 9,8 km mit 168 m Steigung erlief sich Isabella McGarva-Brown.

Und auch die LCM-Triathleten profilierten sich. Am Züri-Triathlon erreichte Andrea Steffens im 5150-Rennen über die olympische Distanz den zweiten Altersklassengang. Rico Romagnoli wurde starker Fünftler: 2:34:08 Stunden benötigte er für die 1,5 km Schwimmen, 40 km Velofahren und 10 km Laufen, 2:41:23 Stunden sie.

LC Meilen



Der Meilerner Sigi Föhn meisterte den Swiss Alpine Marathon mit Bravour.

Foto: Alphatoto.com

Erfolgsrennen für Anita Wiesli

LEICHTATHLETIK Der Inferno-Triathlon im Berner Oberland wurde für die LC-Meilen-Triathletin Anita Wiesli zum Erfolgsrennen: Platz 12 unter allen Frauen, Rang 2 in der Altersklasse und eine Riesenbefriedigung.

Die Zahlen des Klassikers von Thun aufs Schilthorn sprechen für sich: 155 km und 5500 Höhenmeter, schwimmend, mit dem Rennrad, dem Mountainbike und zu Fuss. Ein höchst anforderungsreiches Tagesprogramm. «Durch- und ankommen», nahm Anita Wiesli sich vor. Die Ausdauer erprobte Athletin leistete jedoch mehr. «Ich startete langsam und fand richtig zu mir und zum idealen Rhythmus», sagte sie. «Wie nes Motörli» liefs. Sie genoss: die einzigartige Atmosphäre, die fantastische Bergwelt, das Herzblut der Organisatoren, das Publikum an der Strecke. «Es war unglaublich schön», sagte Wiesli.

Platter Reifen

Und sie kam «in einen Flow», wie sie sagt. Das Gefühl, an Grenzen zu stossen, machte sich nicht bemerkbar. Folge davon: «Ich hatte mich nie mit negativen Gedanken auseinanderzusetzen.» 11:44.26 Stunden lang.



Anita Wiesli vom LC Meilen lief auf den 2. Platz am Inferno-Triathlon. Foto: PD

Als zwölfte Frau erreichte sie das Ziel auf 2970 m Höhe. In ihrer Altersklasse resultierte gar Platz 2. Doch dahinter steckt der einzige Schönheitsfehler: Zweieinhalb Minuten lag sie hinter der Kategoriensiegerin. Wo Wiesli diese Zeit verloren hat, müsste sie sich nicht fragen: Sie hatte auf der Radstrecke einen platten Reifen und büsste beim Reparieren rund eine Viertelstun-

de ein. «Das nervt», sagte sie und kündigte an, dass sie in eine weitere Disziplin investieren müsse: ins Reifenwechseln. Trotzdem ist für sie klar: «Das war mein Rennen, the best ever.»

Als Siegerin feiern liess sich Lena Berlinger (DE) mit 9:31.04 Stunden. Platz 2 ging an Petra Eggenschwiler, Platz 3 an die mehrfache Gigathlonsiegerin Nina Brenn. LC Meilen

Ehepaar Hug mit Topergebnissen am Berglauf-Cup

LEICHTATHLETIK Am 34. Oberländer Berglauf-Cup hatten Peter und Monica Hug besonderen Grund zum Feiern: Sie und er errangen je den Kategoriensieg. Für die einzigen Topergebnisse aus LCM-Sicht sorgten sie aber nicht.

Siege in ihrer Altersklasse sind bei Monica Hug zum Standard geworden, regional, national und ab und an gar international. Dass aber ihr Ehemann Peter Hug ebenfalls obenaus schwingt, ist neu. Am traditionellen Oberländer Berglauf-Cup, den fünf Bergläufen an fünf aufeinanderfolgenden Abenden über total gut 20 km mit fast 1900 Höhenmetern, glückte ihm dies. Und weil auch Monica Hug triumphierte, standen beide auf der obersten Podeststufe. «Das ist einzigartig und macht das Ganze besonders schön», war sich das Erfolgsduo einig.

Zum Erfolg führten aber unterschiedliche Wege. Weil für Peter Hug der Start am Donnerstag fraglich war, startete er am Montag – obwohl der Rigilauf über 12,5 km mit 1380 Höhenmetern vom Vortag in den Beinen hockte. Dass ihm der Kategoriensieg winkte und schliesslich auch gelang, bereitete ihm eine «riesige Freude». Der Erfolg motiviert und zeigt: Der Aufbau auf den Saison-



Die Eheleute Peter und Monica Hug errangen beide den Kategoriensieg am Oberländer Berglauf-Cup.

Foto: PD

höhepunkt Transriunaulta im Oktober stimmt.

Wie durchgeputzt

Die Berglauf-Cup-Gesamtwertung nach 2017 zum zweiten Mal gewann Monica Hug. Im Gegensatz zu Peter gönnte sie sich nach dem Rigilauf einen Ruhe-

tag. «Ab Dienstag fühlte ich mich wie durchgeputzt», sagte sie. Klar überlegen war sie bei den Gleichaltrigen an jedem Tag. Sodann verglich sie sich mit der unteren Altersklasse – und war sämtlichen ausser der Siegerin Esther Seitz überlegen. Unter allen Frauen belegte Hug Rang 15.

Erwähnenswert schlugen sich weitere LCM-Vertreter: Anita Ribary lief in ihrer Altersklasse auf Platz 2 (21 overall), Peter auf Platz 3 (22) und Marion Bützberger auf Platz 4. Sie sorgte mit Rang 6 bei den Frauen für die beste LCM-Rangierung in der Overall-Wertung. LC Meilen

Podest-Präsenz in Uster und Affoltern



Petra Schmiedel, Markus Meier, Sigi Föhn, Peter Peter und Philipp Färber sorgten für die jüngsten LCM-Erfolgsmeldungen.

Petra Schmiedel war für das Topergebnis am Uster Triathlon verantwortlich. Sie freute sich über Overallrang 15 und Rang 3 in ihrer Altersklasse. «Es passt», sagte sie mit Blick in die Zukunft. Als Testwettkampf «voll aus dem Training heraus» betrachtet, sieht sie das Rennen über 1,5 km Schwimmen, 40 km Velo und 10 km Laufen.

Ihre Konzentration – und jene der weiteren LCM-Triathleten Samuel Jud, Silvia Brandstetter, Harald Schmiedel und Rico Romagnoli – richtet sich auf das grosse Herbstziel, den Ironman Italy Mitte September. Der Formaufbau scheint für Petra zu stimmen. Jetzt kann sie sich «dem Feinschliff widmen», wie sie sagt. Ebenfalls den dritten Podestplatz erreichte Markus Meier Joos über die Experience-Distanz von 750 m Schwimmen, 20 km Velo und 5 km Laufen.

Ein schon fast gewohntes Bild bot sich am Türlerseelauf in Affoltern am Albis. Bei den M50 bildeten Sigi Föhn, Peter Peter und Philipp Färber einmal mehr ein komplettes LCM-Podest

/gg

Wiesli: «The best ever»



Der Inferno Triathlon im Berner Oberland wurde für die LC-Meilen-Triathletin Anita Wiesli zum Erfolgsrennen: Platz 12 unter allen Frauen, Rang 2 in der Altersklasse – und eine Riesenerfreudigung.

Die Zahlen des Klassikers von Thun aufs Schilthorn sprechen für sich: 155 km und 5500 Höhenmeter, schwimmend, mit dem Rennrad, dem Mountainbike und zu Fuss. Ein höchst anforderungsreiches Tagesprogramm. «Durch- und ankommen», nahm sich Anita Wiesli vor. Doch die ausdauererprobte Athletin leistete mehr. «Ich startete langsam und fand richtig zu mir und zum idealen Rhythmus», sagte sie. «Wienes Motörli» lief's. Sie genoss die einzigartige Atmosphäre, die phantastische Bergwelt, das Herzblut der Organisatoren, das Publikum an der Strecke. «Es war unglaublich schön», sagte Wiesli.

Und sie kam «in einen Flow», wie sie sagt. Das Gefühl, an Grenzen zu stossen, machte sich nicht bemerkbar. Folge davon: «Ich hatte mich nie mit negativen Gedanken auseinanderzusetzen.» 11:44:26 Stunden lang. Als zwölfte Frau erreichte sie das Ziel auf 2970 m Höhe. In ihrer Altersklasse resultierte gar Platz 2. Doch dahinter steckt der einzige Schönheitsfehler: Zweieinhalb Minuten lag sie hinter der Kategoriensiegerin. Wo Wiesli diese Zeit verloren hat, musste sie sich nicht fragen: Sie hatte auf der Radstrecke einen platten Reifen und büsste beim Reparieren rund eine Viertelstunde ein. «Das nervt», sagte sie und kündigte an, dass sie in eine weitere Disziplin investieren müsse: ins Reifenwechseln. Trotzdem ist für sie klar: «Das war mein Rennen, the best ever.»

Als Siegerin feiern liess sich Lena Berlinger (D) mit 9:31:04 Stunden. Platz 2 ging an Petra Eggenschwiler, Platz 3 an die mehrfache Gigathlon-siegerin Nina Brenn.

/gg

Hug'sche Premiere



Am 34. Oberländer Berglauf-Cup hatten Peter und Monica Hug besonderen Grund zum Feiern: Sie und er errangen je den Kategoriensieg. Und es waren nicht die einzigen Topergebnisse aus LCM-Sicht.

Siege in ihrer Altersklasse sind bei Monica Hug zum Standard geworden, regional, national und ab und an gar international. Dass aber ihr Ehemann Peter Hug ebenfalls oben aus schwingt, ist neu. Am traditionellen Oberländer Berglauf-Cup, den fünf Bergläufen an fünf aufeinanderfolgenden Abenden über total gut 20 km mit fast 1900 Höhenmetern, glückte ihm dies. Und weil auch Monica Hug triumphierte, standen beide auf der obersten Podeststufe. «Das ist einzigartig und macht das Ganze besonders schön», war sich das Erfolgsduo einig.

Zum Erfolg führten unterschiedliche Wege. Weil für Peter Hug der Start am Donnerstag fraglich war, startete er am Montag – obwohl ihm der Rigilauf vom Vortag über 12,5 km mit 1380 Höhenmetern in den Beinen hockte. Dass ihm der Kategoriensieg winkte und schliesslich auch gelang, bereitete ihm eine «riesige Freude». Der Erfolg motiviert und zeigte: Die Knieprobleme vom letzten Jahr sind überwunden. Monica Hug gewann die Berglauf-Cup-Gesamtwertung nach 2017 zum zweiten Mal. Im Gegensatz zu Peter gönnte sie sich nach dem Rigilauf einen Ruhetag. «Ab Dienstag fühlte ich mich wie durchgeputzt», sagte sie. Klar überlegen war sie bei den Gleichaltrigen an jedem Tag. Sodann verglich sie sich mit der unteren Altersklasse – und war sämtlichen ausser der Siegerin Esther Seitz überlegen. Unter allen Frauen belegte Hug Rang 15.

Erwähnenswert schlugen sich weitere LCM-Vertreter: Anita Ribary lief in ihrer Altersklasse auf Platz 2 (21 overall), Peter Peter auf Platz 3 (22) und Marion Bützberger auf Platz 4. Sie sorgte mit Rang 6 bei den Frauen für die beste LCM-Rangierung in der Overall-Wertung.

/gg

Podest-Präsenz am Greifenseelauf



Am bedeutendsten Volkslauf der Region realisierten die Vertreter des LC Meilen durch Sigi Föhn, Monica Hug und Peter Peter drei eindrückliche Podestplatzierungen. Die wohl erstaunlichste kam in der Teamwertung hinzu.

Nur dem LC Uster – angeführt vom Marathon-EM-Zweiten, Olympia-Siebten und Schweizer Rekordhalter Tadesse Abraham – musste der LC Meilen in der Team-Wertung mit den fünf besten Resultaten eines Klubs den Vortritt überlassen. Eine Durchschnittszeit von 1:23:45 Minuten erreichten Patric Masar, Sigi Föhn, Peter Peter, Philip Färber und John Newell.

Als schnellster Meilemer profilierte sich Masar. Nach 1:19:56 Minuten hatte er die 21,1 km um den Greifensee bewältigt. Platz 47 unter den 3785 Klassierten schaute damit heraus, Rang 5 bei den M40. «Ich habe meine eigene zeitliche Vorgabe knapp erfüllt», lachte er. Der Spurt mit dem Blick auf die Zieluhr machte sich bezahlt.

Selbstkritische Analysen

Nichts weniger als eine Zeit unter 1:18 Stunden hatte sich Sigi Föhn vorgenommen. Die gewünscht frischen Beine dazu, das musste er bald feststellen, hatte er aber nicht. Nach 1:20:56 lief er ein. «Das war ziemlich weit daneben», hielt er gnadenlos fest und fordert von sich: «Hausaufgaben machen und an der Kraft arbeiten.» Nach zwei Dritteln der Distanz musste er sich von Masar überholen lassen. Dennoch, bei den M55 war Föhn klar der Schnellste.

Trotz den Rängen 71 und 88 zeigten sich auch die beiden weiteren LCM-Vertreter unter den ersten 100, Peter Peter (1:22:00/3. M50) und Philip Färber (1:23:32/5. M50), wenig euphorisch. «Ich musste beissen und bürste auf dem letzten Streckendrittel atypischerweise Positionen ein», sagte Peter, und Färber meinte: «Bei mir ging zwischenzeitlich das Licht ganz aus und es

herrschte absolute Dunkelheit.»

Nicht richtig auf Touren kam auch Monica Hug. Mit 1:37:07 belegte sie Platz 2 in ihrer Altersklasse. Bereits am Folgetag beim Wildspitzlauf mit 970 Höhenmetern kehrte sie auf die Siegstrasse zurück. «Nach Lehrbuch war diese Planung nicht, aber ich fühlte mich richtig ‚durchgeputzt‘ und gut.» Ein erfreulich starkes Ergebnis gelang dem erst 16-jährigen Cyril Rüttimann über die 10-km-Strecke: Platz 4 bei den U18 mit 36:18 Minuten. Mit 42:53 belegte der ein Jahr jüngere Tobias Kneller bei den M16 Platz 6. Auf denselben Rang lief Anita Ribary mit 47:23 bei den W50.

Triathleten in Italien

Auch für die LCM-Triathleten galt es nochmals ernst. Sie behaupteten sich am Ironman Italy in Cervia (Emilia-Romagna) über 3,9 km Schwimmen, 180 km Velofahren und 42,1954 km Rennen. Und das glückte einem Trio überzeugend: Silvia Brandstetter erreichte mit ihren 12:06:47 Stunden in ihrer Altersklasse Platz 2, Harald Schmiedel mit den 10:03:57 Platz 8 und Rico Romagnoli mit 10:42:10 Platz 14. Brandstetter und Schmiedel verpassten mit ihren Leistungen die Hawaii-Qualifikation nur knapp.

/gg

Doppelte Premiere



Am Pfäffikerseelauf klassierte sich Philipp Färber erstmals vor Klubkollege Peter Peter, und in der Gesamtwertung des Züri-Lauf-Cups sicherten die beiden zusammen mit Sigi Föhn ein komplettes LCM-Podest in ihrer Altersklasse.

Föhn und Monica Hug waren sich ihrer Gesamtsiege im Züri-Lauf-Cup 2016 bereits vor dem Rennen sicher. Sie verzichteten auf die 12,2 km um den Pfäffikersee. Nicht so Philipp Färber und Peter

Peter. Sie duellierten sich intern – erstmals mit Färber vor Peter. «Endlich hat's einmal geklappt», sagte Färber. Eine Sekunde hinter Peter war er in diesem Jahr am Türlerseelauf eingelaufen, 5 Sekunden beim Rütlauf.

Keine Probleme hatte Peter mit der gekehrten Reihenfolge: «Philipp hat's verdient.» In der Bergabpassage auf dem letzten Streckendrittel zeigte sich der Unterschied. Färber setzte sich ab. Schliesslich betrug die Differenz 47 Sekunden. Vor ihnen klassiert war der Aargauer Michel Jobin. Mit den Rängen 2, 4 und 6 überzeugten auch Linus Messmer, Anita Wiesli und Regula Benz in ihren Altersklassen.

/gg

LC Meilen wird Zweiter der Teamwertung am Greifenseelauf

LEICHTATHLETIK Der LC Meilen klassierte sich am Greifenseelauf als Zweiter der Teamwertung. Am schnellsten lief Patric Masar.

Am bedeutendsten Volkslauf der Region, dem Greifenseelauf, realisierten die Vertreter des LC Meilen durch Sigi Föhn, Monica Hug und Peter Peter drei Podestplatzierungen. Und wohl die erstaunlichste kam hinzu: in der Teamwertung. Nur dem LC Uster,

angeführt vom Marathon-EM-Zweiten Tadesse Abraham, musste der LC Meilen in der Team-Wertung mit den fünf besten Resultaten eines Klubs den Vortritt überlassen. Eine Durchschnittszeit von 1:23:45 Minuten erreichten Patric Masar, Sigi Föhn, Peter Peter, Philip Färber und John Newell.

Als schnellster Meilemer profilierte sich Masar. Nach 1:19:56 Minuten hatte er die 21,1 km bewältigt. Platz 47 unter den 3785

Klassierten schaute damit heraus, Rang 5 bei den M40. «Ich habe meine zeitliche Vorgabe knapp erfüllt», lachte er. Der Spurt mit dem Blick auf die Zieluhr machte sich bezahlt.

Selbstkritische Analysen von Sigi Föhn

Eine Zeit unter 1:18 hatte sich Sigi Föhn vorgenommen. Die frischen Beine dazu hatte er jedoch nicht. Nach 1:20:56 lief er ein. «Das war ziemlich weit dane-

ben», hielt er gnadenlos fest und fordert von sich: «Hausaufgaben machen und an der Kraft arbeiten.» Bei den M55 war Föhn klar der Schnellste.

Trotz den Rängen 71 und 88 zeigte sich auch die beiden weiteren LCM-Vertreter unter den ersten 100, Peter Peter (1:22:00/3. M50) und Philip Färber (1:23:32/7. M50), wenig euphorisch. «Ich musste beissen und büsste auf dem letzten Streckendrittel atypischerweise Positionen ein», sagte Peter, und Färber meinte: «Bei mir ging zwischenzeitlich das Licht ganz aus.» Nicht richtig auf Touren kam auch Monica Hug. Mit 1:37:07 belegte sie Platz 2 in ihrer Altersklasse. Ein starkes Ergebnis gelang dem 16-jährigen Cyril Rüttimann über die 10-km-Strecke: Platz 4 bei den U-18 mit 36:18 Minuten. Mit 42:53 belegte der ein Jahr jüngere Tobias Kneller bei den M16 Platz 6. Auf denselben Rang lief Anita Ribary mit 47:23 bei

den W50. Die LCM-Triathleten behaupteten sich am Ironman Italy in Cervia (Emilia-Romagna) über 3,9 km Schwimmen, 180 km Velo und 42,1954 km. Silvia Brandstetter erreichte mit ihren 12:06:47 Stunden in ihrer Altersklasse Platz 2, Harald Schmiedel mit den 10:03:57 Platz 8 und Rico Romagnoli mit 10:42:10 Platz 14. Brandstetter und Schmiedel verpassten die Hawaii-Qualifikation knapp.

LC Meilen

Drittes SM-Gold für Föhn



Leichtathletik & Triathlon

Nach dem 10-km- und dem Berglauf-Titel hat Sigi Föhn bereits seinen dritten Schweizer Meistertitel des Jahres gewonnen – mit einem Sieg am Dreiländermarathon in Bregenz (A).

«Ich habe meine Erwartungen nach der zwiespältigen Leistung am Greifenseelauf heruntergeschraubt», sagte Sigi Föhn zu seiner eigenen Vorgabe vor dem letzten Zielwettkampf des Jahres. Den Kategoriensieg peilte er dennoch an. Und den realisierte er souverän. Mit seinen 2:50:50 Stunden verfügte der 57-Jährige über einen Vorsprung von 7:59 Minuten auf den zweiten Harald Schwar (A) und von 12:59 auf den nächstbesten Schweizer, Gaetano Genovese.

Gerne hätte Föhn seine letztjährige Marathon-Siegerzeit und Schweizer Jahresbestzeit vom Zürich Marathon von 2:48:32 unterboten. Bis Kilometer 27 befand er sich auf Kurs. Doch dann musste er sein Ziel nach und nach abschreiben. Dennoch sprach er von «einer ansehnlichen Zeit und Leistung.» Zusätzlich erhärtet sieht er diese Sicht beim Vergleich mit Genovese. Letztes Jahr in Zürich betrug die Differenz lediglich 50 Sekunden.

Es handelte sich um Föhns ersten Titelgewinn über die 42,195 km. «Die Freude ist darum wirklich gross», sagte er. Und was ihn mit Stolz erfüllt: Seit Juni hat er neun grösstenteils bedeutende Rennen bestritten: In sämtlichen setzte er sich in seiner Altersklasse durch.

/gg

Zwei Schluchtenkönige des LCM

LC MEILEN Sowohl Monica wie Peter Hug durften sich nach zwei Tagen und zwei Schluchtenrennen an der Transruinaulta und der Transviamala als Schluchtenkönige feiern lassen.

Viermal in Folge gewann Monica Hug zwischen 2014 und 2017 die Transviamala in ihrer Altersklasse. Nun setzte sie die Serie fort und holte sich den fünfsten Titel – allerdings erstmals mit der Transruinaulta vom Vortag in den Beinen. Auf Anraten ihres Mannes Peter Hug hatte sie sich zum Doppelstart entschlossen.

Die Transruinaulta und die Transviamala ragen als prächtige Schluchtenläufe aus dem Laufkalender heraus. Und die 42 km von Ilanz nach Thusis vom Samstag und die 19 km von Thusis nach Donat vom Sonntag lassen sich kombinieren und werden als Gesamtwertung geführt. Monica Hug mass sich erstmals in beiden Rennen – und sie siegte in ihrer Altersklasse in der Gesamtwertung wie in den beiden Teilrennen. «Das Experiment hat sich bezahlt gemacht, meine Premiere war ein wunderbares Erlebnis», bilanzierte sie.

Peter Hugs starker Tag

In den letzten vier Jahren bildete die Transviamala den Saisonabschluss für die erfolgreiche Strassen- und Bergläuferin des LCM Meilen. Nun wagte sie mit



Monica und Peter Hug leisteten bei ihrer Premiere einen Kraftakt – und schafften es ganz nach vorne.

Foto: PD

dem Doppelstart eine neue Herausforderung. Und diese meisterte sie mit Bravour. Für die Transruinaulta, die Marathonstanz mit den 1800 m Steigung im Vorderhütel, benötigte sie 4:36:09 Stunden. «Ich wollte am ersten Tag eine Topleistung und das Maximum aus mir herausholen», sagte sie. «Es war ein genialer Tag.»

Bei der Transviamala am Hinterhütel ging sie das Rennen dort an und wollte keinen Einbruch riskieren. Die Strategie verfiel. Auf der zweiten Stre-

ckenhälfte machte sie Positionen gut. Im Ziel war sie nach 1:58:28 Stunden und klar vor ihrer prognostizierten Endzeit.

Von Viehlafter gebremst

Die Gesamtwertung gewann Monica Hug in ihrer Kategorie souverän. In der Overall-Wertung belegte sie den hervorragenden sechsten Schlussrang – nur fünf Sekunden hinter der Fünften. «Diese Zeit hätte sich überall gutmachen lassen.» Sie dachte an Augenblicke, in denen sie von einem Viehlafter ge-

bremst worden war. Besonders machte den Triumph für Monica Hug die Tatsache, dass sich auch ihr Partner Peter Hug als Gesamtsieger feiern lassen konnte. «Das ist mein Rennen», freute er sich. Spannendes zeigte der Zeitvergleich der beiden: Sie war am ersten Tag fast vier Minuten schneller, er am zweiten über neun. «Ich brauche immer etwas länger, bis ich auf Touren komme», lachte er. Die Aussage bezieht sich auch auf die Rangierung: Bei der dritten Teilnahme erreichte es erstmals zum Sieg.

Für die einzigen Topergebnisse sorgten die Hugs aber nicht. An der Transruinaulta lief Philipp Fäber in 3:54:30 Stunden auf den achten Gesamttrang und Platz 3 in seiner Altersklasse. Am Sonntag schaffte es Andrea Stefens am Schlosslauf in Rapperswil über die 10 km mit 47:04 Minuten erstmals bei dieser Veranstaltung aufs Podest: Platz 2 in der Alterskategorie. Top-Ten-Klassierungen realisierten in der Rosenstadt ebenso John Newall (10 km/Rang 8) und Patricia Geiselmann (5,4 km/8.)

LC Meilen

Zwei Schluchtenkönige



Monica Hug am Transruinalta-Lauf, ersten Etappe.

Fotos: AlphaFoto



Vier Mal in Folge gewann Monica Hug zwischen 2014 und 2017 die «Transviamala» in ihrer Altersklasse. Nun setzte sie die Serie fort und holte sich den fünften Titel – allerdings erstmals mit der «Transruinalta» vom Vortag in den Beinen. Sie kann sich nun Schluchtenkönigin nennen – und auch Peter Hug errang den Titel.

Die Transruinalta und die Transviamala ragen als prächtige Schluchtenläufe aus dem Laufkalender heraus. Die 42 km von Ilanz nach Thusis vom Samstag und die 19 km von Thusis nach Donat vom Sonntag lassen sich kombinieren und werden als Gesamtwertung geführt. Monica Hug mass sich erstmals in beiden Rennen – und sie siegte in ihrer Altersklasse in der Gesamtwertung wie in den beiden Teilrennen. «Das Experiment hat sich bezahlt gemacht, meine Premiere war ein wunderbares Erlebnis», bilanzierte sie.

In den letzten vier Jahren bildete die Transviamala jeweils den Saisonschluss für die erfolgreiche Strassen- und Bergläuferin des LC Meilen. Nun wagte sie mit dem Doppelstart eine neue Herausforderung und meisterte diese mit Bravour. Die Transruinalta, die Marathon-Distanz mit den 1800 m Steigung im Vordertheintal lief sie in 4:36:09 Stunden. «Ich wollte am ersten Tag eine Topleistung und das Maximum aus mir herausholen», sagte sie. Das gelang und sie frohlockte: «Es war ein genialer Tag.»

Bei der Transviamala am Hinterrhein ging sie das Rennen dosiert an. «Ich wollte keinen Einbruch riskieren», sagte sie dazu. Die Strategie ging auf. Auf der zweiten Streckenhälfte machte sie Positionen gut. Im Ziel war sie nach 1:58:28 Stunden und deutlich vor ihrer prognostizierten Endzeit. Und das Erstaunliche: «Auf dem abfallenden Schlusskilometer fühlte ich mich unglaublich frisch und schnell. Das Überholen machte richtig Spass.»

Podestränge auch für Peter Hug, Andrea Steffens und Philipp Färber

Die Gesamtwertung gewann Monica Hug in ihrer Kategorie souverän. In der Overall-Wertung belegte sie den hervorragenden sechsten Schlussrang – nur fünf Sekunden hinter der Fünften. «Diese Zeit hätte sich überall gutmachen lassen», lachte sie, «nur wusste ich nichts von dieser Chance.» Sie musste nicht alleine feiern. Auch ihr Partner Peter Hug siegte. Spannendes zeigt der Zeitvergleich der beiden: Sie war am ersten Tag fast vier Minuten schneller, er am zweiten über neun. Es gab aber noch weitere Topergebnisse aus den Reihen des LC Meilen. An der Transruinalta lief Philipp Färber in 3:54:30 Stunden auf den hervorragenden achten Gesamtrang und Platz 3 in seiner Altersklasse. Und am Sonntag schaffte es Andrea Steffens am Schlosslauf in Rapperswil über die 10 km mit 47:04 Minuten erstmals bei dieser Veranstaltung aufs Podest: Platz 2 in der Alterskategorie. Top-ten-Klassierungen realisierten in der Rosenstadt ebenso John Newall (10 km/Rang 8) und Patricia Geiselmann (5,4 km/8.)

/gg



Transviamala: Peter Hug während der zweiten Etappe.

Silber nach Gold



Die U16 Puzzle-Biathlon-Stafette des LC Meilen verpasste es am Final des UBS-Kids-Cups im Lützigrund, den Vorjahressieg zu wiederholen – knapp.

Am Schluss war es ein Fehlschuss zu viel. Das Spezielle an der Pendelstafette am UBS-Kids-Cup ist es nämlich, nicht nur schnell zu rennen, sondern auch zu treffen. Nach Streckenhälfte und vor der Kehrwende gilt es jeweils einen Tennisball aus kurzer Entfernung ins Loch in der Wand zu schießen, und bei Erfolg eines der 20 Puzzleteile zurückzubringen. Die Zeit wird gestoppt, wenn das Puzzle komplett ist.

Letztes Jahr glückte dies der LC-Meilen-Equipe vorzüglich. Daraus resultierte der Sieg unter den 36 Mannschaften. Hoch attraktiv war der Siegerpreis: acht Tickets für «Weltklasse Zürich». Diesen Erfolg zu wiederholen, das war das Ziel der drei Mädchen und drei Knaben



Die LCM-Kids mit dem US-Kugelstösser Ryan Crouser (4).

Foto: zvg

des Vereins. Doch nach Bestzeiten in den Vorläufen begannen im Final die Nerven mitzuspielen.

Drei Fehlschüsse galt es hinzunehmen, einen zu viel: Der TV Gelterkinden machte es besser. Silber statt Gold also resultierte für den LC Meilen. «Nach einem frühen Fehlversuch gerieten wir im Final unter Druck, wurden nervös und ‚hauderten‘», brachten es Aline Morelli, Tim Federspiel, Alina Joho, Ronny Wüthrich, Nicola Brack und

Céline Weber auf den Punkt. Entsprechend gross war die Enttäuschung. Es war aber trotzdem ein grosses Erlebnis für die sechs LCM-Mitglieder.

Als Erinnerungen bleiben etwa das Gruppenbild beim Warm-up mit Stabhochsprung-Olympiasiegerin Ekaterini Stefanidi (Gr) oder die Siegerehrung mit dem Schweizer 400-m-Hürden-Europameister Karim Hussein.

/gg

Tränen der Freude



Siegerpodest mit Céline Weber im 1. Rang.

Foto: zvg



Céline Weber vom LC Meilen sprang am 30. nationalen Bettagsmeeting der Nachwuchskategorien U10 – U18 hoch hinaus und erzielte als U14-Athletin mit übersprungenen 1.60 m die höchste Höhe in allen weiblichen Kategorien.

Es war viel los auf der Leichtathletikanlage in Zug an diesem schönen Spätsommertag. Vor allem bei den Kategorien der Jüngeren beteiligten sich in einzelnen Disziplinen über

80 Jugendliche. Es war Geduld bei den Kindern und Betreuern angesagt, bis alle ihre Sprünge, Würfe oder Läufe absolviert hatten.

Im Hochsprung der U14-Mädchen hatte Céline Weber keine Probleme, ihre bisherige, bereits sehr gute persönliche Bestleistung von 1.50 m zu überspringen. Auch die nächste Höhe von 1.55 m meisterte sie souverän, und danach blieb die Latte auch bei 1.60 m im zweiten Versuch liegen. Céline konnte es kaum fassen und Tränen der Freude machten ihre strahlenden Augen wässrig. Mit diesem Sprung liegt sie nun in der Schweizer Saisonbestenliste auf dem 2. Rang. Nur die Schweizer Rekordhalterin sprang in diesem Jahr

noch etwas höher.

Neben dem Spitzenrang von Céline konnten noch weitere Podestplätze für den LC Meilen gefeiert werden. In der Kategorie U16 landete die 3-kg-Kugel von Aline Morelli im letzten Versuch bei 9.18 m. Damit durfte sie als Dritte im Kugelstossen aufs Podest, nachdem sie dieses im 80-m-Hürdenlauf und im Weitsprung je als Vierte knapp verpasst hatte.

Ein Treppchen höher durfte die jüngste Teilnehmerin vom LC Meilen gleich zweimal steigen. Lavinia Zünd belegte in der Kategorie U10 im Ballwerfen mit 32.10 m und im 1000-m-Lauf mit 3 Min. 54.68 Sek. je den 2. Rang.

/aeg

Leichtathleten aus Meilen erfolgreich am Bettagsmeeting

MEILEN Céline Weber vom LC Meilen sprang am 30. nationalen Bettagsmeeting der Nachwuchskategorien U-10 bis U-18 hoch hinaus und erzielte als Athletin der Kategorie U-14 mit übersprungenen 1,60 Metern die höchste Höhe aller weiblichen Kategorien.

Es war viel los auf der Leichtathletikanlage in Zug an diesem schönen Spätsommertag. Vor allem bei den Kategorien der Jüngeren beteiligten sich in einzelnen Disziplinen bis über 80 Jugendliche. Es war Geduld bei den Kindern und Betreuern angesagt, bis alle ihre Sprünge, Würfe oder Läufe absolviert hatten.

Im Hochsprung der U-14-Mädchen hatte Céline Weber keine Probleme, ihre bisherige, bereits sehr gute persönliche Bestleistung von 1,50 Meter zu überspringen. Auch die nächste Höhe von 1,55 Meter meisterte sie souverän, und danach blieb die Latte auch bei 1,60 Meter im zweiten Versuch liegen. Céline konnte es kaum fassen, und Tränen der Freude machten ihre strahlenden Augen wässrig. Mit diesem Sprung liegt sie nun in der Schweizer Saisonbestenliste

auf dem 2. Rang. Nur die Schweizer Rekordhalterin sprang in diesem Jahr noch etwas höher.

Zweiter und dritter Rang

Neben dem Spitzenrang von Céline konnten noch weitere Podestplätze für den LC Meilen gefeiert werden. In der Kategorie U-16 landete die 3-Kilo-Kugel von Aline Morelli im letzten Versuch bei 9,18 Meter. Damit durfte sie als Dritte im Kugelstossen auf das Podest, nachdem sie dieses im 80-Meter-Hürdenlauf und im Weitsprung je als Vierte knapp verpasst hatte.

Ein Treppchen höher durfte die jüngste Teilnehmerin des LC Meilen gleich zweimal steigen. Lavinia Zünd belegte in der Kategorie U-10 im Ballwurf mit 32,10 Meter und im 1000-Meter-Lauf mit 3 Minuten 54,68 Sekunden je den 2. Rang.

LC Meilen

Céline Weber (Mitte) bei der Siegerehrung der Hochspringerinnen.



Teams des LC Meilen qualifizieren sich für Regionalfinal

LEICHTATHLETIK Der LC Meilen war mit sieben Teams an den Ausscheidungen des Kids Cup in Kollbrunn im Tösstal vertreten. Je ein U-12-, U-14- und U-16-Team qualifizierte sich für den Regionalfinal.

Der Hallenmehrkampf UBS Kids Cup Team, bei dem neben einer Sprint- und einer Sprungdisziplin auch ein Biathlon, der einen Lauf mit Zielwurf von Tennisbällen kombiniert, und zum Abschluss ein Crosslauf in Staffelform über viele Hindernisse und Schikanen in der Halle zu bestreiten sind, ist bei den Teilnehmenden beliebt. Besonders beim abschliessenden Teamcross ist die Stimmung in der Halle jeweils auf dem Höhepunkt. Die vielen Zuschauer und vor allem die jungen Athletinnen und Athleten feuern einander gegenseitig an. Nur als Team kann man erfolgreich sein.

Gesamthaft nahmen in Kollbrunn über 70 Teams mit sechs bzw. fünf Teammitgliedern der Jugendkategorien U-10 bis U-16 teil.

Entscheidung im Crosslauf

Pro Vorausscheidung qualifizierten sich jeweils die ersten drei Teams pro Kategorie für den Regionalfinal. In den Kategorien U-12 Mixed und U-14 Girls waren zwei der LC-Meilen-Teams der



Immer wieder standen Teams des LC Meilen auf dem Podest. Hier die U-16.

Foto: PD

Konkurrenz überlegen und siegen klar. Ein zweites Team bei den U-12 Mixed verpasste den begehrten Podestplatz nur um einen Rangpunkt. Das U-16-

Boys-Team vom LC Meilen hatte starke Konkurrenz von LC Zürich und LV Winterthur. Da hier nur drei Teams am Start waren, ging es mehr um die Ehre als um die

Qualifikation. Der Crosslauf am Schluss musste über Gold entscheiden, da die beiden Teams von LC Meilen und LC Zürich bis dahin gleichauf lagen. In einem

engen Crossrennen fehlte für das dritte Gold für den LC Meilen nicht viel. Aber auch mit Silber strahlte das Team auf dem Podest.

LC Meilen

Gold und Silber am «UBS Kids Cup Team»



Die erfolgreichen U12-, U14- und U16-Teams (v.l.) des LC Meilen.

Fotos: zvg



Der LC Meilen war mit sieben Teams am UBS Kids Cup Team in Kollbrunn im Tössstal vertreten. Je ein U12-, ein U14- und ein U16-Team qualifizierten sich dabei für den Regionalfinal.

Beim Hallenmehrkampf ist neben einer Sprint- und einer Sprungdisziplin auch ein Biathlon zu bestreiten, der einen Lauf mit Zielwurf von Tennisbällen kombiniert und zum Abschluss gibt es einen Crosslauf in Staffelform über viele Hindernisse und Schikanen in der Halle. Er erfreute sich wie in den letzten Jahren grosser Beliebtheit. Besonders beim abschliessenden Teamcross ist die Stimmung in der Halle jeweils auf

dem Höhepunkt. Die vielen Zuschauer und vor allem die jungen Athletinnen und Athleten feuern alle lautstark an. Die Einzelleistung rückt in den Hintergrund, denn nur als Team kann man erfolgreich sein! Das macht diese spielerische Wettkampfform sehr attraktiv. In Kollbrunn nahmen über 70 Teams mit sechs bzw. fünf Teammitgliedern der Jugendkategorien U10 bis U16 teil.

Pro Vorausscheidung qualifizieren sich jeweils die ersten drei Teams pro Kategorie für den Regionalfinal. In den Kategorien U12 Mixed und U14 Girls waren zwei der LC-Meilen-Teams der Konkurrenz überlegen und siegten klar. Ein zweites Team bei den U12 Mixed verpasste den begehrten Podestplatz nur um 1 Rangpunkt. Das U16-Boys-Team vom LC Meilen hatte starke Konkurrenz vom LC Zürich und LV

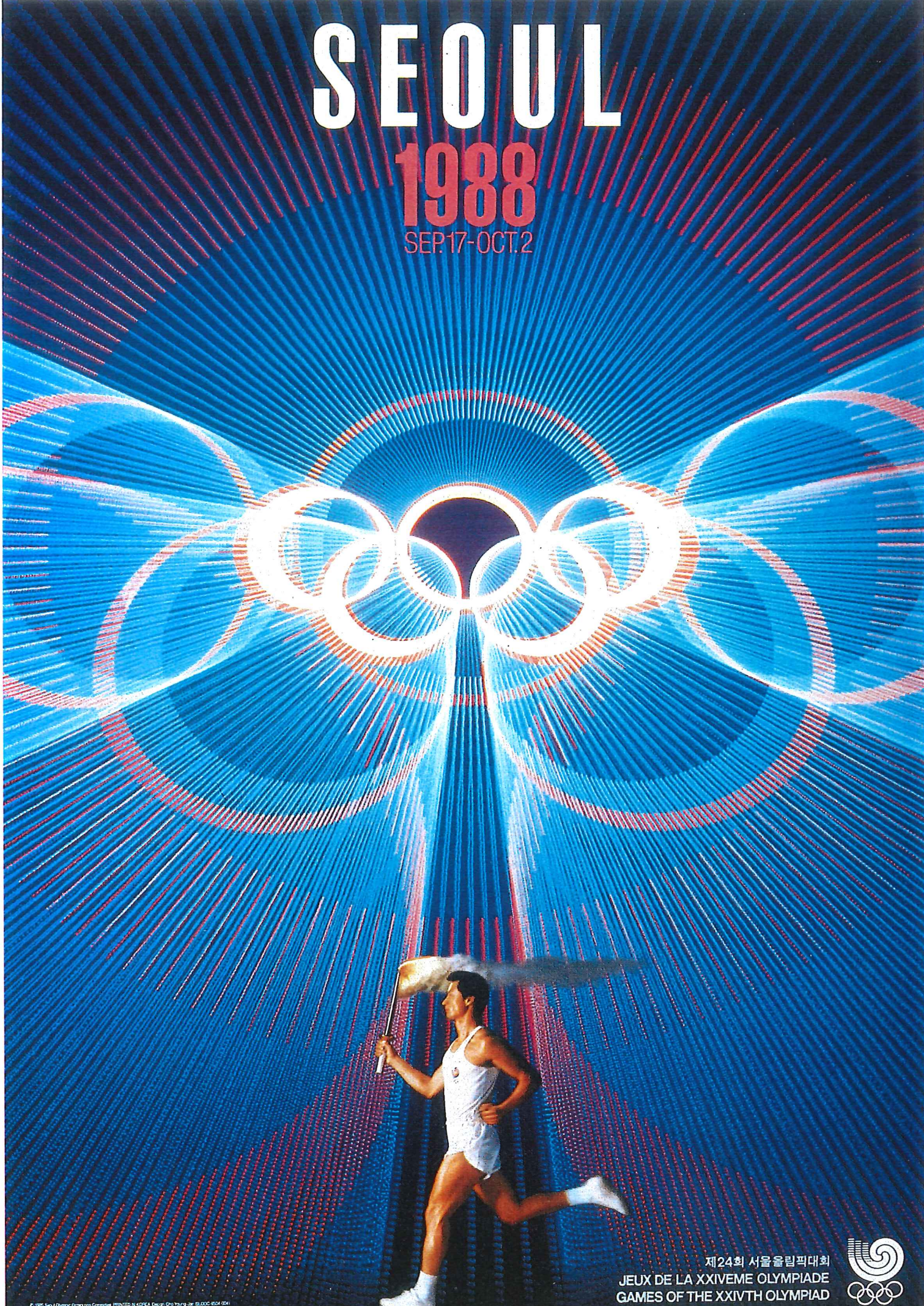
Winterthur. Da hier nur drei Teams am Start waren, ging es mehr um die Ehre als um die Qualifikation. Der Crosslauf am Schluss musste über Gold entscheiden, da die beiden Teams vom LC Meilen und LC Zürich bis dahin gleichauf lagen. In einem engen Crossrennen fehlte dem LCM für das dritte Gold nicht viel. Aber auch mit Silber strahlte das Team auf dem Podest!

/aeg

SEOUL

1988

SEP.17-OCT.2



제24회 서울올림픽대회
JEUX DE LA XXIVEME OLYMPIADE
GAMES OF THE XXIVTH OLYMPIAD





Leichtathletikclub Meilen
Postfach 513 — 8706 Meilen

www.lcmeilen.ch

Ausrüster:

