

### 3. Liga kompakt

#### Pfäffikon 2 - Herrliberg 2 0:2

Die zweite Mannschaft des FC Pfäffikon wartet in der Gruppe 3 auch nach dem vierten Saisonspiel auf den ersten Sieg. Im Duell mit den Reservisten des FC Herrliberg waren die Pfäffiker zwar aktiver und spielbestimmend, sie gingen mit ihren Chancen aber lieber um. Spät in der zweiten Hälfte wurden sie dafür mit zwei Gegentreffern bestraft.

#### Seuzach 2 - Effretikon 0:2

Die Effretiker zeigten in der Gruppe 4 bei den Seuzacher Reservisten, die mit drei Spielern aus dem Erstliga-Fanionenteam aufliefen, ihre bisher beste Saisonleistung. Von Beginn weg trat der FCE in Seuzach konzentriert auf und entschärfte sämtliche heiklen Situationen der vor allem in der ersten Hälfte über die linke Seite gefährlichen Gastgeber. Offensiv agierten die Effretiker zwar bisweilen noch etwas zu verspielt, mit dem 17-jährigen Talent Anioke hatten sie aber jenen Spieler in ihren Reihen, der mit zwei Treffern den Unterschied machte.

#### Wald - Zollikon 4:0

Fast eine halbe Stunde kam Wald in der Gruppe 6 nur dank einer starken Torhüterleistung und viel Glück um ein Gegentor herum. Dann aber kämpfte sich der FCW in die Partie, tankte mit immer öfter gewonnenen Zweikämpfen Selbstvertrauen – und fuhr mit vier Toren zwischen der 55. und 80. Minute (Boris Juric, Patrik Juric und zweimal Chris Juric) einen klaren Sieg ein.

#### Wetzikon 2 - Witikon 1:3

Mit zwei Toren aus zwei Chancen legte Witikon in der ersten Hälfte vor. Nach der Pause machen die Wetziker Reservisten zwar Druck, kassierten nach einem Fehlpas in der Abwehr aber den dritten Gegentreffer. Nach dem 1:3 per Penalty durch Spasari keimten die Hoffnungen zwar wieder auf, der Anschlussstreffer fiel aber nicht.

#### Herrliberg - Fehraltorf 2:3

Fehraltorf überforderte Herrliberg in der ersten Hälfte. Die Gäste machten hinten die Räume eng und lancierten gefährliche Konter über die schnellen Spitzen. So resultierte ein komfortabler 0:3-Vorsprung zur Pause. Danach kamen die technisch versierten Gastgeber besser ins Spiel und brachten Fehraltorf zwar ins Zittern, aber nicht um den Sieg. zo

# Neugierig zurück zur Normalität

**LEICHTATHLETIK** Über ein Jahr liegt das letzte Rennen von Christian Kreienbühl zurück. Nun gibt der Marathonläufer nach einer Verletzung sein Comeback. Wo er leistungsmässig steht, weiss der Rütner nicht.

Am Samstag macht Christian Kreienbühl einmal mehr seine Aufwartung am Altstätter Städtlilauf. Der Rütner war schon in verschiedensten Funktionen dabei: als Gast, Ehrenstarter und mehrfach als Läufer. Es sind schliesslich Kollegen, die das Rennen organisieren. Doch für Kreienbühl ist es nicht nur ein Freundschaftsdienst, im St. Galler Rheintal anzutreten. «Der Zeitpunkt des Rennens ist ideal», sagt er. Zwei Wochen vor jedem Marathon absolviert der 36-Jährige jeweils einen Tempolauf über 10 km. Oder wie jetzt am Städtlilauf über 8,9 km.

Für Kreienbühl ist der Start in Altstätten der Test für den Berlin-Marathon (24. September) und sein Comeback zugleich. Über ein Jahr ist es her, seit er letztmals ein Rennen bestritt. Am 21. August 2016 absolvierte Kreienbühl an den Olympischen Spielen in Rio den Marathon. Danach legte der Oberländer eine Pause ein. Sie wurde verletzungsbedingt allerdings arg viel länger als geplant. Die Ursache dafür? Schmerzhaftes Probleme mit seiner linken Achillessehne, die entzündet war.

#### Der Sprung ins kalte Wasser

Mehrere Monate musste der Rütner mit Laufen aussetzen, absolvierte stattdessen Alternativtraining. Auf dem Rennvelo, dem Bike oder im Winter in der Langlaufloipe. Einen ersten Wiedereinstieg ins Hauptmetier musste er im Frühling abbrechen, weil die Schmerzen zurückkehrten. Seit Anfang Juli aber ist er zurück im Lauftraining. Seither hat er die Umfänge stetig steigern können.

Momentan ist Kreienbühl schmerzfrei. Er sagt aber auch: «Der Wiedereinstieg verlief nicht störungsfrei.» Immer mal wieder musste der Langstreckenspezialist sein Pensum etwas reduzieren, um die Achillessehne zu schonen. Wo er leistungsmässig steht? Kreienbühl kann es nicht richtig einschätzen. Und das, obwohl er als erfahrener Athlet über ein aussergewöhnlich gutes Körpergefühl



**Wieder im Wettkampmodus:** Christian Kreienbühl gibt nach langer Pause sein Comeback. Archivbild: Robert Pfiffner

verfügt. Dank der Aufzeichnung der Trainings hat er zudem ausreichend Daten, die er analysieren kann. Und doch: Die Rückkehr in den Rennbetrieb ist ein Sprung ins kalte Wasser. Was Kreienbühl dabei zuversichtlich stimmt: Er musste in den vergangenen Wochen nie mehr auf alternative Trainingsformen

ausweichen, war ausschliesslich auf der Laufstrecke anzutreffen.

#### «Die Zeit ist halt die Zeit»

Der 36-Jährige, der unlängst seinen dritten Höhentrainingsblock des Jahres im Engadin beendete, freut sich, zurück im Wettkampmodus zu sein. Ein Ziel hat er sich für den Städtli-

lauf aber nicht gesetzt. «Die Zeit ist dann halt die Zeit», sagt er. «Ich bin neugierig darauf, was möglich ist.» Wenn man so lange keine Rennen mehr bestreite, verliere man auch etwas die Wettkampfroutine, sagt er.

Beunruhigen lässt er sich davon nicht. Der Rütner hat in den letzten Monaten gelernt, sich

nicht zu stark unter Druck zu setzen. Das gilt vor allem auch im Zusammenhang mit dem Berlin-Marathon. «Die Vorbereitung darauf war sehr knapp», gibt Kreienbühl zu bedenken. Er äussert sich entsprechend zurückhaltend bei der Frage, was er sich für das Rennen in Deutschlands Hauptstadt vorgenommen hat. Laufe alles optimal, bleibe er wenige Sekunden unter der Limite für die EM in Berlin 2018. Diese liegt bei 2:19:30 Stunden, also über fünf Minuten über seiner persönlichen Bestzeit.

Doch Kreienbühl ist nicht in derselben Verfassung wie 2015, als ihm – notabene ebenfalls in Berlin – sein Rekordlauf (2:13:57) gelang. Er versteift sich denn auch nicht auf das Unterbieten der Limite, sondern betrachtet den Berlin-Marathon zugleich als Vorbereitung für einen schnellen Qualifikationsmarathon im Frühling 2018.

#### Attraktiv dank Medaillenjagd

Denn eines ist klar: Unterbietet man die Limite nur knapp, wird man im August 2018 kaum zum sechsköpfigen Schweizer EM-Marathonteam gehören. Seit einigen Jahren und auch dank Zugpferd Viktor Röthlin ist der Schweizer Langstreckenlauf im Aufschwung. Hinter der aktuellen Nummer 1 – Tadesse Abraham vom LC Uster – ist die Spitze deutlich breiter geworden.

Eine motivierende Perspektive ist vor allem die Möglichkeit, im Teamwettbewerb Medaillen zu gewinnen. Das ist den Schweizern zuletzt zweimal gelungen. Und Kreienbühl war jeweils dabei. 2014 gewann er mit dem Marathon-Team EM-Bronze, letztes Jahr holte der Oberländer mit der Mannschaft im Halbmarathon gar Gold.

2018 steht nun wieder ein Marathon im EM-Programm. Kreienbühl schätzt, dass rund 20 Schweizer versuchen werden, die Limite über die 42,195 km zu unterbieten. Bei weitem nicht alle werden diese Hürde überspringen, doch die Konkurrenz um die sechs Plätze ist zweifelsohne gross. Die Rechnung ist einfach – je deutlicher man die Limite unterbietet, desto grösser ist die Chance, an der EM dabei zu sein. Um die 2:16 Stunden müsse man wohl laufen, spekuliert Kreienbühl. Der Rütner hat schon mehr als einmal bewiesen, dass er diese Zeit in den Beinen hat.

Oliver Meile

## Zahlen und Fakten

### AUTOMOBIL

**Calamia nur im ersten Rennen im Ziel** Der Laupner Mauro Calamia hat mit seinem Team Solaris Motorsport ein durchgezogenes Rennwochenende in der International-GT-Open-Meisterschaft hinter sich. In Silverstone resultierte für den Oberländer, der sich mit dem Italiener Francesco Sini das Cockpit teilt, zumindest der 10. Rang. Damit konnte sich das Duo im Rennen noch nach vorne schieben, nachdem es die Qualifikation auf Platz 12 abgeschlossen hatte. Im zweiten Rennen startete das Duo Sini/Calamia nach einem schwierigen Qualifying vom 11. Rang aus. In der 24. Runde musste das Team Solaris Motorsport das Rennen wegen technischen Problemen aufgeben. Der Italiener Sini sass zu diesem Zeitpunkt hinter dem Steuer. (zo)

### FUSSBALL REGIONAL

**3. LIGA, GRUPPE 3**

**4. Runde:** Pfäffikon 2 - Herrliberg 2 0:2.

1. Brüttsellen-D.	3	3	0	0	(2)	10:3	9
2. Glattbrugg	3	3	0	0	(4)	9:1	9
3. Herrliberg 2	4	2	1	1	(0)	9:4	7
4. ZH-Affoltern	3	2	0	1	(1)	6:4	6
5. Barcelona	2	1	1	0	(6)	7:5	4
6. Dübendorf 2	3	1	1	1	(5)	7:7	4
7. Oerlik./Pol. 2	2	1	0	1	(3)	5:5	3
8. Höngg 2	2	0	2	0	(4)	2:2	2
9. Glattal	2	0	1	1	(5)	2:3	1
10. Weislingen	3	0	1	2	(4)	2:4	1
11. Pfäffikon 2	4	0	1	3	(3)	3:12	1
12. Industrie	3	0	0	3	(2)	4:16	0

**Pfäffikon 2 - Herrliberg 2 0:2 (0:0).** – Barzilo. – SR Filipovic. – Tore: 70. 0:1 (Foulpenalty). 91. 0:2. – Pfäffikon 2: Gruber; Steiner, Oberholzer, Ferraro, Ceasay; Rüfenacht; Frangi, Buchs, Gomes Pinheiro, Durowicz; Sandtner.

Die nächsten Spiele. Sonntag, 10. September: Weisslingen - Industrie Turicum, Pfäffikon 2 - Dübendorf 2, Barcelona - Herrliberg 2, Brüttsellen-Dietlikon - Glattal Dübendorf, Höngg 2 - Glattbrugg.

### 3. LIGA, GRUPPE 4

**4. Runde:** Seuzach 2 - Effretikon 0:2. Kloten - Bässersdorf 2 2:2.

1. Wallisellen	3	3	0	0	(9)	8:4	9
2. Kloten	3	2	1	0	(6)	10:6	7
3. Niederwen.	3	2	0	1	(1)	5:2	6
4. Embrach	3	2	0	1	(2)	4:3	6
5. Effretikon	4	2	0	2	(1)	6:7	6
6. Neftenbach	3	1	1	1	(3)	6:6	4
7. Oberglatt	3	1	1	1	(4)	5:6	4
8. Seuzach 2	4	1	1	2	(3)	3:5	4
9. Bülach	3	1	0	2	(3)	7:7	3
10. Glattfelden	3	1	0	2	(5)	3:5	3
11. Elgg	3	0	1	2	(1)	2:6	1
12. Bässersdorf 2	3	0	1	2	(4)	5:7	1

**Seuzach 2 - Effretikon 0:2 (0:1)** – Rolli. – SR Memisi. – Tore: 44. Anioke 0:1. 67. Anioke 0:2. – Effretikon: Kläy; Aregger, Schanz, Shahinaj, Bannwart; Zulfikari, Danko, Fahrni, Giger, Veomani; Anioke. – Verwarnungen: Je 3.

Die nächsten Spiele. Mittwoch, 7. September: Wallisellen - Neftenbach. – Samstag, 9. September: Bülach - Glattfelden. – Sonntag, 10.

September: Bässersdorf 2 - Niederweningen, Elgg - Embrach, Kloten - Wallisellen, Neftenbach - Oberglatt.

### 3. LIGA, GRUPPE 6

**3. Runde:** Herrliberg - Fehraltorf 2:3. Meilen - Küssnacht 2 4:0. Wald - Zollikon 4:0. Wetzikon 2 - Witikon 1:3.

1. Meilen	3	3	0	0	(0)	8:0	9
2. Pfäffikon	3	2	1	0	(4)	7:4	7
3. Witikon	3	2	0	1	(1)	9:5	6
4. Herrliberg	3	2	0	1	(3)	7:4	6
5. Wald	3	1	1	1	(1)	8:5	4
6. Fehraltorf	3	1	1	1	(2)	5:6	4
7. Winikon	3	1	1	1	(12)	3:5	4
8. Zollikon	3	1	0	2	(1)	3:6	3
9. Küssnacht 2	3	1	0	2	(2)	4:10	3
10. Fällanden	3	1	0	2	(5)	2:3	3
11. Wetzikon 2	3	0	1	2	(4)	3:7	1
12. Oetwil am See	3	0	1	2	(19)	3:7	1

**Herrliberg - Fehraltorf 2:3 (0:3).** – Langacker. – SR Rocha. – Tore: 5. Fontana 0:1. 33. Fontana 0:2. 36. Jashari 0:3. 47. Herrliberg 1:3. 64. 2:3 (Handspenalty). – Fehraltorf: Högger; Steinmetz, Ott, Medina, Tadese; Pereira, Gaspar; Kienast, Romano, Fontana; Jashari. – Verwarnungen: 3 gegen Herrliberg, 4 gegen Fehraltorf, davon einmal gelb-rot.

**Wald - Zollikon 4:0 (0:0).** – Laupenstrasse. – SR Barberio. – Tore: 55. Boris Juric 1:0. 62. Patrik Juric 2:0. 70. Chris Juric 3:0. 80. Chris Juric 4:0. – Wald: Bühlmann; Schoch, Davor Juric, Liechti, Keller; Serkinic, Chris Juric, Stefan Juric, Marrocco; Boris Juric; Patrik Juric. – Wei-

tere eingesetzte Spieler: Hübscher, Adobati, Messina.

**Wetzikon 2 - Witikon 1:3 (0:2).** – Meierwiesen. – Tore: 22. 0:1. 43. 0:2. 62. 0:3. 73. Spasari (Foulpenalty) 1:3. – Wetzikon 2: Gantenbein; Migliore, Spano, Schmid, Wittwer; Burlet, Arpagaus, Spasari, Hold; Huber; Sewer. – Weitere eingesetzte Spieler: Intzes, Markovic, Aegerter, Zimmermann, Deres.

Die nächsten Spiele. Samstag, 9. September: Witikon - Oetwil am See. – Sonntag, 10. September: Wald - Herrliberg, Winikon - Küssnacht 2, Fehraltorf - Wetzikon 2, Zollikon - Fällanden, Pfäffikon - Meilen.

### LEICHTATHLETIK

**Gossauer sieht in Muri** Mehrere Athleten des LC Uster erzielten zuletzt gute Resultate. Am 10-km-Herbstlauf in Muri feierte Jens-Michael Gossauer einen überlegenen Solosieg. Gossauer lief auf der nicht ganz flachen Strecke in hervorragenden 31:49 Minuten ins Ziel, womit er erstmals unter der 32-Minuten-Grenze blieb und eine klare persönliche Bestzeit aufstellte. Am 10 km-Lauf in Sarnen lief Andreina Schwarz in 36:41 Minuten und damit in persönlicher Bestzeit auf den 4. Overall-Rang, womit sie bei den Frauen W30 siegte. Einen Kategorien-Sieg gab es auch für die Overall-5. Maja Luder, die die Frauen W50 dominierte. Und schliesslich erkämpfte sich Steffi Häberlin am Amriswil City Run über 7 km den 2. Rang. (zo)

## Oberländer Duo in den Top Ten

**SUPERMOTO** Am Supermoto Frauenfeld klassierten sich beide Oberländer in der Prestigeklasse im Tagesklassesment in den Top Ten. Der Hadliker Kevin Tschümperlin beendete das zweitletzte Rennwochenende der Saison auf Platz fünf. Der Walder Stephan Züger wurde Neunter. Er beendete die einzelnen Läufe auf den Rängen 8, 7 und 18.

Tschümperlin klassierte sich einmal als Sechster sowie zweimal als Fünfter. Unangenehme Momente erlebte er im dritten Rennen. Das Motorrad des vor ihm fahrenden Piloten verlor viel Öl, so dass Tschümperlins Sicht wegen seiner verschmutzten Brille bald eingeschränkt war. Glücklicherweise wurde der betreffende Fahrer von der Rennleitung aus dem Wettkampf genommen. Grund zum Jubeln hatte Emanuele Mortini. Der Volketswiler siegte in der Kategorie Youngsters 125-250CC. zo

## Agenda

<b>Fussball regional</b>	
<b>2. LIGA INTERREGIONAL, GRUPPE 6</b>	
Wil 2 - Dübendorf	19:30