

## In Kürze

### LEICHTATHLETIK

#### Schenkel mit der Staffel schnell

Die Schweizer 4x100-Meter-Männerstaffel lieferte am Swiss-Meeting in La Chaux-de-Fonds den Beweis, dass ihre Formkurve im Hinblick auf die Heim-EM im August stimmt. Die Sprintstaffel setzte gestern Sonntagnachmittag ein Ausrufezeichen. Pascal Mancini (FSG Estavayer), Amaru Schenkel (Fehraltorf/LV Winterthur), Bastien Mouthon (Care Vevy) und Alex Wilson (Old Boys Basel) liefen die Bahnrunde bei teils heftigen Windböen in 39,21 Sekunden. Sie verbesserten damit ihre Saisonbestleistung um 39 Hundertstel. *si*

### RAD

#### Oliver Zaugg in Österreich stark

Nur der Brite Peter Kennaugh verhinderte in der ersten Etappe der Österreich-Rundfahrt einen Tagessieg von Oliver Zaugg. Der kletterstarke Pfäffiker musste sich am Sonntag nach 182 Kilometern bei der Bergankunft in Sonntagberg um 11 Sekunden geschlagen geben. In der Gesamtwertung führt der 25-jährige Kennaugh dank Zeitbonifikation mit 15 Sekunden Vorsprung vor dem 33-jährigen Oberländer. Bei der 66. Austragung der Rundfahrt, die noch bis zum Sonntag andauert, enden vier von acht Etappen mit Bergankünften. *si*

### REITEN

#### Schwizer GP-Zweiter in Paris

Pius Schwizer und Toulago sprangen in Paris aufs Podest. Der Luzerner liess sich im GP der Global Champions Tour im Stechen nur von Ex-Europameister Kevin Staut mit Silvana schlagen. 33 Hundertstel fehlten am Ende. «Ich habe bis vor dem letzten Sprung geführt, dann etwas gezögert. Das hat mich den Sieg gekostet», sagte Schwizer. Der 52-jährige Routinier sicherte sich ein Preisgeld von 64000 Euro und bewies, dass er für die Weltreiterspiele von Anfang September in der Normandie bereit ist. *si*

### SCHWIMMEN

#### Villars gewinnt sechs Meistertitel

An der Sommer-SM in Tenero war die für die Limmat Sharks schwimmende Danielle Villars (Gockhausen) die erfolgreichste Athletin. Die 21-jährige Biologiestudentin holte sechs Meistertitel und dazu zwei Silbermedaillen- und eine Bronzemedaille. Der SC Uster Wallisellen war mit 24 Medaillen (6 Gold, 7 Silber, 11 Bronze) der dritterfolgreichste Verein hinter den Limmat Sharks und Genève Natation. Die erfolgreichsten Ustermer waren Martin Schweizer und Julia Hassler mit je zwei Titeln. Tim van Berckel und Valerio Romagnoli trugen je einmal Gold bei. *zo*

### SCHWINGEN

#### Nötzli überrascht am «Innerschweizer»

Reto Nötzli heisst der Überraschungssieger des Innerschweizer Schwingfests in Cham. Der 25-Jährige sicherte sich vor 8500 begeisterten Zuschauern den Sieg. Im Schlussgang bodigte er den gross auftrumpfenden einheimischen Youngster Pirmin Reichmuth. Zuvor war Nötzli stets an der Spitze der Rangliste anzutreffen. Einzig im Startgang gegen Martin Zimmermann konnte er sich nicht durchsetzen. *si*

# Lächelnd und leichtfüssig

**LEICHTATHLETIK** Der Rütner Christian Kreienbühl war am Eintages-Berglauf-Cup eine Klasse für sich und bewältigte gleich sämtliche fünf Etappen am schnellsten. Bei den Frauen war Nadja Kessler nicht zu bezwingen.

Anstrengung war von Christian Kreienbühls Gesicht nicht abzulesen. Lächelnd überquerte er die Ziellinie auf dem Hörnli, schüttelte sogleich die Hände von Gratulanten und analysierte nur Sekunden später den Rennverlauf. Leichtfüssig und in beeindruckendem Tempo war der Rütner von Steg her hinaufgelaufen und hatte auch die fünfte und letzte Etappe des Eintages-Berglauf-Cups für sich entschieden.

So mühelos, wie es aussah, sei es allerdings nicht gewesen. «Es war sehr hart, schneller wäre es nicht gegangen», sagte Kreienbühl, der die insgesamt 22,2 km, auf denen über 1800 Höhenmeter zu überwinden waren, in weniger als 1:37 Stunden hinter sich brachte.

#### Nur einmal gefordert

«Je steiler, desto geiler», wie ein Teilnehmer nach einer Etappe begeistert rief, ist zwar nicht Kreienbühls Motto. Dass er ein reiner Strassenläufer ist und den Berglauf-Cup lediglich als Vorbereitung auf den leicht coupierten Marathon an der kommenden EM in Zürich bestritt, liess sich der 33-Jährige jedoch zu keiner Zeit anmerken.

Schon auf dem ersten Teilstück von Hinwil auf die Schaufelberger Egg, das noch bei leichtem Regen zu laufen war, distanzierte er die Konkurrenz klar. Und von Wernetshausen auf den Bachtel vermochte ihn ebenso keiner zu gefährden wie später von Bauma auf den Sonnenhof in Bäretswil. Auch wenn es ihm angesichts des ungewohnten Intervall-Rhythmus nicht ganz leicht gefallen sei, sich die Kräfte einzuteilen.

Einzig auf der dritten, im Vergleich zu den anderen leicht flacheren Etappe von Kempten nach Adetswil vermochte Raffael Huber dem Oberländer Paroli zu bieten. Durch das Kemptnertobel fand der Angehörige des OL-Nationalkaders, der bis zuletzt auf eine Nomination für die angelaufene Weltmeisterschaft hatte hoffen können, sein bevorzugtes Gelände vor. Kreienbühl hingegen hatte zu kämpfen mit dem Geläuf und verlor einiges an Energie während der Konzentration auf dieses, lief



**Konkurrenzloser Kreienbühl:** Der Rütner – hier während der letzten Etappe aufs Hörnli – war am Eintages-Berglauf-Cup eine Klasse für sich. Robert Pfiffner

aber doch noch zeitgleich mit seinem Herausforderer ins Ziel.

Letztlich ging das Duell der zwei «Fachfremden» am Berg deutlich zu Gunsten des Strassenläufers aus; auch weil er sich «zum Ende hin nicht mehr ganz so gequält» habe, büsste Huber schliesslich über drei Minuten auf den Sieger ein. Es sei insgesamt zu wenig technisch gewesen, um Kreienbühl in Bedrängnis zu bringen, befand der Winterthurer, der dennoch vom «genialen Anlass» und dem «guten Training» schwärmte. Dasselbe taten auch Kreienbühl und sein Coach Rubén Oliver aus Bubiikon, der selbst mitlief und als Dritter einen Podestplatz erreichte.

#### Kessler ungefährdet

Ähnlich überlegen wie Kreienbühl siegte Nadja Kessler bei den Frauen, die für die fünf Läufe knapp über 2:04 Stunden benötigte. Dabei habe sie nach dem

Graubünden-Marathon in der Vorwoche, den sie als Zweite beendete, daran gezweifelt, ob sie sich rechtzeitig würde erholen können. «Aber offenbar haben die paar Tage ausgereicht, es ist ganz gut gelaufen», sagte die Rapperswilerin, die vor zwei Jahren bereits den 5-Tage-Berg-

lauf-Cup gewonnen hatte. Auch weil sie im Wissen um die jeweils umgehend kommenden Aufgaben vielleicht nicht ganz am Anschlag gelaufen sei, seien die ersten drei Etappen diesmal «fast lockerer» gewesen als damals, sagte Kessler. «Ab der vierten habe ich die Beine dann aber richtig gespürt.»

«Völlig fertig» war auch Jutta Brod, ein Stammgast an Läufen in der Region. Die Konstanzerin war auf den Bachtel hinauf sogar gleich schnell gewesen wie die Erstplatzierte. Auf dem letzten Teilstück aber büsste sie dafür, dass sie «noch nie eine derart lange Strecke» gelaufen ist, und wurde von der Stadtzürcherin Christa Greminger noch auf den dritten Platz verdrängt. Zwei Ränge dahinter klassierte sich Simone Evans aus Greifensee.

#### Spas trotz Tortur

Zwar mussten die Sportler leiden und «den inneren Schweinehund

gleich fünfmal hintereinander überwinden», wie es einer von ihnen beschrieb. «Spas» war im Zielgelände dennoch – oder gerade deshalb? – das am meisten geäusserte Wort von den Läufern, bei denen die Erschöpfung nur noch übertroffen wurde von der Genugtuung, es geschafft zu haben.

«Auf jeden Fall zufrieden mit dem erfolgreichen Tag» war auch Peter Wylenmann. Der OK-Präsident freute sich nicht nur über einen Rekord an Teilnehmern (157), sondern auch über deren positive Feedbacks. «Schön ist auch, dass einige Spitzenläufer am Start standen, ohne dass wir sie angeworben hätten», sagte Wylenmann. Einer weiteren Austragung nach bewährtem Konzept in drei Jahren steht ihm zufolge nichts im Weg.

Daniel Hess

«Ab der vierten Etappe habe ich die Beine richtig gespürt.»

Siegerin Nadja Kessler



## Zwei Medaillen zum Auftakt

**ORIENTIERUNGSLAUF** Gold bei den Frauen, Silber bei den Männern: Den Schweizern gelang an der WM in Norditalien im Sprint ein fast perfekter Beginn.

Die Sprint-Europameisterin Judith Wyder hielt in Venedig (It) dem Druck als Favoritin stand. Die Berner Orientierungsläuferin gewann im Sprint ihren ersten Einzeltitel an Weltmeisterschaften. Die 26-jährige Wyder, vor drei Monaten an den Europameisterschaften in Portugal mit drei Siegen die überragende Athletin, bot auch in den engen Gasen von Venedig eine eindrucksvolle Leistung. Sie distanzierte die Weltcup-Leaderin Tove Alexandersson (Sd) um 11 Sekunden. «Ich legte den Fokus auf das

Technische», sagte Wyder. Aus diesem Grund kam sie ohne nennenswerten Zeitverlust durch. «Einmal hatte ich das Gefühl, die falsche Route gewählt zu haben. Ich ärgerte mich, fand die Konzentration aber rasch wieder.»

#### Mentaler Wandel

Wyder vollzog im vergangenen Jahr neben den physischen und kartentechnischen Fortschritten einen bemerkenswerten Wandel im mentalen Bereich. Sie investierte viel Zeit in die Zusammenarbeit mit der Psychologin Andrea Binggeli. «Ich kann jetzt jedes Rennen neu angehen, kann mit dem Druck umgehen», betonte Wyder. Als weiteren Erfolgsfaktor nannte sie die Vorbereitung mit dem Schweizer Team. «Dieser Sprint entsprach genau

dem, was wir in den Trainingslagern in Italien geübt hatten.»

Für Wyder ist dies der vierte WM-Medaillengewinn und das zweite Gold. 2011 hatte sie als Dritte über die Mitteldistanz debütiert, 2012 lief sie mit der Staffel in Lausanne zu Gold, und im Vorjahr war sie Mitglied des Schweizer Bronzeteams. Wyder hatte in den letzten Jahren aber auch einige Tiefpunkte zu verkraften. Vor Jahresfrist hatte sie im WM-Sprint kurz vor dem Ziel zwei Posten ausgelassen. «Ich brauche auch solche Misserfolge, um daraus zu lernen, um zu merken, was ich anders und besser machen muss», fügte sie hinzu.

#### Hubmann vergab Gold

Für Daniel Hubmann endete der WM-Sprint mit gemischten Ge-

fühlen und einigen Flügen. Bis zwei Minuten vor dem Ziel hatte der Thurgauer das Zwischenklassenamt angeführt. Auf der zweitletzten Teilstrecke büsste er aber wegen einer ungünstigen Routenwahl 14 Sekunden auf Sören Bobach ein und musste dem Dänen mit 2 Sekunden Rückstand die Goldmedaille überlassen. «Heute habe ich sowohl Silber gewonnen als auch Gold verloren», kommentierte der Sprint-Weltmeister 2011 seine Leistung.

Hubmann stand bei seiner zehnten WM-Teilnahme zum 14. Mal auf dem Podest – neben viermal Gold und fünfmal Bronze liess er sich zum fünften Mal eine Silbermedaille umhängen. Der vierfache Gesamtweltcup-Sieger (2008 bis 2011) hatte 2012

die Heim-WM in Lausanne nach einem Achillessehnenriss verpasst. Im vergangenen Jahr blieb er ohne WM-Medaille. Niederlagen mit geringen Rückständen hatte Hubmann schon mehrmals zu verdauen. 2006 verpasste er Sprint-Gold um eine Sekunde, 2008 verwies ihn der Russe Andrej Chramow um 2,4 Sekunden auf Platz 2.

Mit den Rängen 5 durch Matthias Kyburz (Sprint-Weltmeister 2012) und 6 durch Rahel Friederich resultierten am ersten Tag dieser OL-WM zudem zwei Diplombewinne. «Zweimal habe ich eine falsche Route erwählt, obwohl ich beide Optionen gesehen habe. Dabei habe ich mehr Zeit verloren, als letztlich der Rückstand auf den Sieger beträgt», sagte Kyburz. *si*

Bildergalerie unter [bilder.zol.ch](http://bilder.zol.ch)