

Swiss Snow Walk & Run am 8. Januar mit Halbmarathon-Strecke

Der Swiss Snow Walk & Run in Arosa wird noch attraktiver: Zu den bestehenden drei Distanzen (6,3/12,0/19,2 Kilometer) gesellt sich am Samstag, 8. Januar 2011, ein klassischer Halbmarathon.

■ Von Anita Fuchs

Mit der Halbmarathon-Strecke möchten die Veranstalter insbesondere jene ambitionierten (Nordic-)Walker und Läufer ansprechen, denen die Crazy Distance zu anspruchsvoll ist. Diese misst zwar knapp zwei Kilometer weniger, umfasst aber nahezu 300 Höhenmeter mehr und führt bis zur Sattelhütte (2400 m ü. M.). Auf den 21,1 Kilometern des Halbmarathons gilt es exakt 400 Höhenmeter zu bewältigen, den Kulminationspunkt bildet die auf 2135 Metern gelegene und bei Wintersportlern bekannte «Carmennahütte». Die beiden Distanzen wie auch die zwei kürzeren Strecken garantieren ein besonderes Lauferlebnis in der tief verschneiten Arosener Berglandschaft.

Prominentes Quartett

Ihre Teilnahme am Swiss Snow Walk & Run bereits wieder zugesagt haben die beiden Vorjahressieger der Crazy Snow Distance: die Weltklasse-Orientierungsläuferin Simone Niggli-Luder und der zweifache Powerman-Weltmeister Andy Sutz, der in der Vor-

woche auch einen Vorbereitungskurs für Läufer leitet und am 7. Januar 2011 beim vielseitigen sowie für (Nordic-)Walker und (Schneeschuh-)Läufer geeigneten Fitness- und Gesundheitsforum im Sporthotel «Valsana» auftritt. Ebenfalls zum zweiten Mal in Arosa zugegen ist die mehrmalige Olympia- und WM-Medaillengewinnerin Karin Thürig, welche

vor zwei Jahren den Testwettkampf der Läufer bestritt. Natürlich fehlt auch der amtierende Mister Schweiz nicht; Jan Bühlmann mischt sich unter die Walker.

Bald Anmeldeschluss

Anmeldeschluss für den Swiss Snow Walk & Run in Arosa, der zusammen mit der gleichnamigen Veranstaltung in Engelberg (19. Februar 2011) die Swiss Snow Trophy bildet, ist am 13. (Poststempel) beziehungsweise 19. Dezember (Online). (af)

Anmeldung und weitere Informationen unter www.snowwalkrun.ch



Gegen 1000 Snow Walker machten den Anfang. Neu kamen die Runner dazu, und dieses Jahr wird eine klassische Halbmarathonstrecke gelaufen.

Niederlage und Sieg für die Volleyballerinnen

■ Von Jana Fuchs und Nicole Kürsteiner

Am letzten Freitag traf der VBC Arosa in Liechtenstein auf den VBC Galina. Trotz der bisherigen Niederlagen waren die Aroserrinnen top motiviert, nun endlich ein Spiel zu gewinnen. Diese positive Energie konnte im ersten Satz erfolgreich umgesetzt werden. Mit 25:22 entschieden die Aroserrinnen den Satz knapp für sich. Es wurde sehr konzentriert und mutig gespielt, und man freute sich auch im zweiten Satz über jeden Punkt. Leider hielt der Erfolg nicht lange an. Galina zog das Tempo immer mehr an und machte Punkt für Punkt, sodass es den zweiten Satz mit 15:25 deutlich gewannen. Auch der dritte Satz verlief für Arosa nicht besser, und Galina entschied den Satz mit 17:25 für sich. Die gute Stimmung der Aroserrinnen liess langsam nach, und jede wusste, dass der nächste Satz gewonnen werden musste, an-

sonsten war das Spiel vorbei. Etwas angespannt und nervös startete der vierte Satz. Es wurde noch einmal um jeden Ball gekämpft, doch auch dieser Satz ging mit 20:24 an Galina. Somit ging ein weiteres Spiel verloren. Doch die Spielerinnen vom VBC Arosa lassen die Köpfe nicht hängen und sehen dem nächsten Spiel zuversichtlich entgegen.

Für Arosa spielten: Barbara Krause, Daniela Spitz, Andrea Spitz, Sandra Spitz, Tanja Gadiant, Nicole Kürsteiner, Beatrice Kürsteiner, Ivana Lukac, Anna Lütcher, Bianca Müller und Jana Fuchs. Coach: Karl Butzerin.

Der erste Sieg

Vor dem dritten Heimmatch der Damemannschaft des VBC Arosa waren alle Spielerinnen topmotiviert und hofften auf einen Sieg. Im ersten Satz erspielten die Damen sich einen 5-Punkte-Vorsprung. Dieser schmolz jedoch dahin und es wurde ein sehr enger Kampf um jeden Punkt. Am Ende hatte Chur die Nase vorn und gewann den ers-

ten Satz mit 25:21. Im zweiten Satz musste erneut um jeden einzelnen Punkt gekämpft werden. Mit cleveren Spielzügen und guter Verteidigung konnten die Aroserrinnen den zweiten Satz mit 25:22 gewinnen.

Der dritte Satz war hart umkämpft. Mit taktisch klugem Volleyball konnten die Damen des VBC Arosa auch den dritten Satz mit 25:21 gewinnen. Nun fehlte nur noch ein Satzgewinn zum ersten Sieg. Nervös? Die Aroserrinnen erspielten sich sofort einen soliden Vorsprung, der leider nicht den ganzen Satz durch anhielt. Auch im vierten Satz wurde es noch einmal eng. Schlussendlich hatten die Damen des VBC Arosa die Nase vorne und konnten den vierten Satz mit 25:22 gewinnen. Somit haben die Aroserrinnen endlich den ersten Sieg in der Tasche.

Für Arosa spielten: Tanja Gadiant, Jana Fuchs, Barbara Krause, Andrea Spitz, Daniela Spitz, Sandra Spitz, Beatrice Kürsteiner und Nicole Kürsteiner.