



## Olympiasiegerin geniesst Lauf in Aroser Bergwelt

### Obschon sie nicht ganz Vollgas gaben, standen die Triathlon-Olympiasiegerin Nicola Spirig und die drei Mister Schweiz am Samstag beim Swiss Snow Walk & Run in Arosa im Fokus des Interesses.

Von Anita Fuchs

Das persönliche Ziel war klar: Spass haben und den Lauf geniessen. Gesteckt haben es sich nicht nur die prominenten Teilnehmer aus den Sparten Sport und Show; auch Hunderte der 1080 (Nordic-)Walker und (Schneeschu-)Läufer – die je ungefähr die Hälfte des Teilnehmerfeldes bildeten – nahmen die von ihnen gewählte Strecke mit dieser Absicht in Angriff. Prompt kehrten sie nach den 6,3, 12,0, 19,2 oder 21,1 Kilometern mehrheitlich glücklich und zufrieden ins Start-/Zielgelände beim Obersee zurück. Doch wen wunderte dies bei den Traumbedingungen mit frisch verschneiten Bergen, prächtigem Sonnenschein und damit einer schon fast märchenhaft anmutenden Kulisse.

„Das war ein geniales Erlebnis“, meinte Bruno Risi stellvertretend für viele Gestarteten. Der frühere Rad-Bahnweltmeister beteiligte sich erstmals an der Veranstaltung in Arosa, hatte davor aber schon mehrmals den Swiss Snow Walk & Run in Engelberg – er findet am 9. März statt – beehrt. An der Seite seiner Frau Sandra legte er mit den Walkingstöcken die zwölf Kilometer messende Langdistanz zurück – und kam dabei phasenweise gehörig ins Schnaufen. „Meine Technik ist verbesserungswürdig“, meinte der Urner. Speziell wurde ihm dies bei Abwärtspassagen bewusst, „weil mich Sandra immer wieder abhängte“.

„Merke, dass ich alt werde“

Die ganze Strecke nebeneinander liefen Nicola Spirig, im letzten Sommer Goldmedaillengewinnerin des olympischen Triathlons, und ihr Ehemann Reto Hug. Dies auf der Kurzstanz, die sich für sie und den Grossteil der Gestarteten im Bereich Maran wegen einer unklaren Streckenmarkierung um 1,8 auf 4,5 Kilometer verkürzte. Eigentlich wollte die Schweizer Sportlerin des Jahres, die auch für die Swiss Awards vom Samstagabend nominiert war, den Lauf wegen ihrer Schwangerschaft in gemütlichem Tempo absolvieren. Unterwegs packte sie dann aber der Ehrgeiz, schaltete jedoch umgehend wieder einen Gang zurück – „schliesslich stand der Genuss im Vordergrund.“

Ähnlich erging es auf derselben Distanz dem amtierenden Mister Schweiz Sandro Cavegn. „Anfänglich nahm ich es gemächlich, forcierte anschliessend aber – weil der Sportler in mir hervor kam – das Tempo. Dabei merkte ich bald einmal, dass ich alt werde“, so der in Jona wohnhafte, 28-jährige Schönling mit einem Schmunzeln. „Auf dem höchsten Punkt (Maran, 1865 m ü. M., die Red.) hatte ich das Gefühl, mich in einer derart schlechten körperlichen Verfassung zu befinden wie nie in meiner Sportkarriere.“ Zur Erinnerung: Der gebürtige Bündner gehörte einst der Fussball-Junioren-Nationalmannschaft an, ehe Hüftprobleme, die eine Operation zur Folge hatten, seine Laufbahn jäh beendeten.

Knapp über zwei Stunden

Nicht ganz unerwartet musste Cavegn Spirig den Vortritt lassen – und Stephan Weiler. Der Mister Schweiz 2008 seinerseits lieferte sich phasenweise ungewollt ein Duell mit Spirig – und entschied es



zu seinen Gunsten. „Es ist ein gutes Gefühl, vor einer Olympiasiegerin ins Ziel zu kommen“, meinte der Ostschweizer. „Schliesslich hatte Nicola wegen ihrer Schwangerschaft ja aber auch einige Gramm mehr zu tragen.“ Gar an den 21,1 Kilometer messenden Halbmarathon mit der Carmenna-Hütte (2135 m ü. M.) als höchstem Punkt heran wagte sich André Reithebuch. Der offiziell schönste Schweizer von 2009 blieb dabei mit 2:00:53 nur knapp über der magischen 2-Stunden-Marke.

Gewonnen wurde die Königsdistanz im Rahmen des Swiss Snow Walk & Run von Andy Sutz. Der zweifache Duathlon-Powerman-Weltmeister distanzierte mit Timo Zeiler den fünffachen Deutschen Berglaufmeister und mit dessen Kollegen Sven Weyer einen 10 000-Meter-Spezialisten. Die Führungsposition übernahm der Schaffhauser nach ungefähr der Streckenhälfte. „Der Lauf war anstrengend, aber auch sehr schön“, so Sutz. Ähnlich tönte das Fazit von Corinne Zeller, der Gewinnerin bei den Frauen. Auch hier schaffte es mit der zweitklassierten Britta Müller eine Deutsche aufs Podest.

Mit Schneeschuhen statt Walkingstöcken

„Mal etwas Anderes“ probierte Manfred Manser aus. Der ehemalige Direktor der Helsana-Gruppe zählt zu den treuesten Startern am Swiss Snow Walk & Run und tauschte die Walkingstöcke für einmal mit den Schneeschuhen. Dabei stellte er auf den 6,3 Kilometern fest, dass „Schneeschuhlaufen anstrengender als Nordic-Walking, letztlich wohl aber eine Gewöhnungssache ist“. Er hätte sich dieses Schneesport-Gerät sicherlich nicht das letzte Mal an die Füsse geschnallt, so Manser. Nächstes Jahr vielleicht ja auch wieder beim Swiss Snow Walk & Run. Das 10-Jahr-Jubiläum wird er sich wohl kaum entgehen lassen.

#### **Auszug aus der Rangliste**

**Halbmarathon (21,1 Kilometer; +/-630). Männer:** 1. Andy Sutz (Schaffhausen) 1:28:39. 2. Timo Zeiler (D-Engstingen) 2:13 zurück. 3. Sven Weyer (D-Freiberg) 3:17. 4. Ralf Bichmeier (Buchs SG) 7:49. 5. Michele Paonne (FL-Nendeln) 8:18. 6. Philipp Gubler (Eichberg) 11:43. 7. Daniel Choukroun (Winterthur) 16:41. 8. Peter Ackermann (Wiesendangen) 17:17. 9. Beat Birrer (Alpnach Dorf) 18:41. 10. Markus Wenk (Zürich) 19:11. – **Frauen:** 1. Corinne Zeller (Weissenburg) 1:48:59. 2. Britta Müller (D-Baiersbronn) 3:53. 3. Eveline Blatter (Zürich) 9:27. 4. Manuela Jenny (Luzern) 10:50. 5. Sanne van Heugten (Davos Platz) 11:53.

**Crazy Distance (19,2 Kilometer; +/-700). Männer:** 1. James McMullan (Zürich) 1:37:52. 2. Stephan Hugenschmidt (D-Radolfzell) 2:40. 3. Michael Rupflin (Schänis) 12:52. 4. Thomas Nickel (Heiden) 16:12. 5. Benedikt Funk (Dielsdorf) 16:28. – **Frauen:** 1. Bettina Steiger (Maisprach) 1:58:26. 2. Ornella Poltéra (Chur) 4:28. 3. Jacqueline Uebelhart (Aarwangen) 14:20.

**Long Distance (12,0; +/-315 ). Männer:** 1. Darren Talbot (Basel) 52:58. 2. Stephen Baumgartner (Maienfeld) 0:27. 3. Markus Gander (Buchs) 1:48. 4. Martin Ruminy (Bonstetten) 3:44. 5. Walter Reichmuth (Schwerzenbach) 4:36. – **Frauen:** 1. Melanie Schöb (Buchs SG) 1:07:01. 2. Beatrice Fuchs (Bern) 0:21. 3. Pia Zürcher (Neuheim) 1:18.

**Short Distance (6,3; +/-165). Männer:** 1. Erwin Oertli (Langnau am Albis) 47:14. 2. Paul Schiess (Köniz) 1:04. 3. Marcel Schiess (Köniz) 1:08. 4. Jakob Steiner (Schönenberg ZH) 2:23. 5. Austin Onion (Arosa) 52:02. – **Frauen:** 1. Caroline Widmer (Brienz BE) 46:01. 2. Monika Sandmeier (Glarus) 0:42. 3. Petra Maurer (D-Radolfzell) 0:55.

**Komplette Rangliste (Läufer) und alphabetische Finisherliste (Walker) unter [www.snowwalkrun.ch](http://www.snowwalkrun.ch)**

12. Januar 2013

