

**HERAUSGEBERIN**

AZ Fachverlage AG  
Neumattstrasse 1  
CH-5001 Aarau  
Tel. +41 (0)58 200 56 50  
Fax +41 (0)58 200 56 61

**GESCHÄFTSFÜHRER**

Roland Kühne

**LEITUNG ZEITSCHRIFTEN**

Michael Sprecher

**REDAKTION**

FIT for LIFE  
Postfach  
CH-5001 Aarau  
Tel. +41 (0)58 200 56 35  
Fax +41 (0)58 200 56 44

**CHEFREDAKTOR**

Andreas Gonseth

**REDAKTIONSTEAM**

Regina Senften, Mac Huber

**AUTOREN**

Martin Born, Dr. Hannabeth Brühlmann, Caroline Doka, Roland Eggspühler, Thomas Frischknecht, Christof Gertsch, Dr. Andreas Gösele, Jörg Greb, Kaspar Grünig, Simon Joller, Michael Kunst, Felix Lill, Dr. Matteo Rossetto, Heinz Schild, Pia Schüpbach, Ursula Thomas-Stein, Dr. Thomas Wessinghage, Jürg Wirz

**GRAFIK/LAYOUT**

Yvette Bolliger, Petra Imboden

**COPYRIGHT**

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung durch den Verlag. Für unverlangte Einsendungen wird jegliche Haftung abgelehnt.

**LEITUNG MARKETING**

Christine Ziegler

**LEITUNG WERBEMARKT**

Jean-Orphée Reuter  
Tel. +41 (0) 58 200 54 46

**ANZEIGENLEITUNG**

Sonja Schneider  
Tel. +41 (0)58 200 56 35  
Mediadaten unter [www.fitforlife.ch/service/werbung/](http://www.fitforlife.ch/service/werbung/)

**ANZEIGENADMINISTRATION**

Corinne Dätwiler  
Tel. +41 (0)58 200 56 16

**ABOVERWALTUNG**

[abo@fitforlife.ch](mailto:abo@fitforlife.ch)  
Tel.: +41 (0)58 200 56 64  
Einzelverkaufspreis Fr. 12.50  
Abonnement 1 Jahr Fr. 98.–  
Abonnement 2 Jahre Fr. 157.–  
Preise inkl. MwSt.  
Weitere Infos unter [www.fitforlife.ch/service/abo](http://www.fitforlife.ch/service/abo)

**DRUCK**

Vogt-Schild Druck AG,  
CH-4552 Derendingen

printed in  
**switzerland**

Ein Produkt der  
Verleger: Peter Wanner  
CEO: Axel Wüstmann  
[www.azmedien.ch](http://www.azmedien.ch)

**azmedien**

Namhafte Beteiligungen nach Art. 322 Abs. 2 SGB:  
AZ Anzeiger AG, AZ Verlagsservice AG, AZ Fachverlage AG,  
Atmosphären Verlag GmbH, AZ Management Services AG,  
AZ Regionalfernsehen AG, AZ TV Productions AG, AZ Zeitungen AG,  
Fixpunkt AG, Belcom AG, Media Factory AG, Mittelall  
Zeitungsdruk AG, Vogt-Schild Druck AG, VS Vertriebs GmbH,  
Weiss Medien AG, Datschi AG, TruCom-Media AG, Radio 32 AG,  
AZ Vertriebs AG, Zofinger Tagblatt AG

**ANGETROFFEN**

# MARCO CHIUDINELLI

**WANN:** 13. Januar

**WO:** Snowrun in Arosa

**INTERVIEW: MAC HUBER**

**Marco Chiudinelli, Sie sind Ende Oktober als Tennisprofi zurückgetreten und nun erstmals beim Snowrun in Arosa gestartet. Schlagen Sie eine neue Laufbahn ein?**

Oh nein, selber hätte ich mich wohl nicht angemeldet. Ich kenne den OK-Präsidenten, Dani Durrer, der ja auch ein Tennis-Fan ist. Er hat mich animiert, mitzumachen.

**Und wie ist es gelaufen?**

Ach, mir tut alles weh: mein operiertes Knie, die Adduktoren, die Füße. Und ich mag gar nicht daran denken, die nächste Treppe hoch- oder runterzusteigen. Mein Respekt zu den Läufern ist heute definitiv gewachsen.

**Sie haben die Long Distance absolviert, 12 Kilometer mit 315 Höhenmetern ...**

... das hat gereicht. Beim Aufstieg zur Tschugenhütte habe ich schon früh marschieren müssen. Andere sind da locker hochgetrabt. Auf dem Rückweg runter ins Ziel konnte ich dann einen einigermassen anständigen Rhythmus laufen. Die Beine haben aber bereits wehgetan.

**Am Ende haben Sie im Feld der 88 Teilnehmer den 70. Rang erreicht. Zufrieden?**

Um den Rang ging es mir nicht. Vielmehr ums Erlebnis. Ich bin superhappy, dass ich es geschafft habe.

**Man könnte denken, dass ein solcher Lauf für einen langjährigen Tennisprofi keine besondere Herausforderung darstellen würde.**

Tennis und Laufen – das sind zwei komplett unterschiedliche Sportarten. Tennis ist Stop-and-go, immer wieder. Und im Tennis trainierst

du Intervalle, keine langen Laufeinheiten. Komplett anders.

**Wann sind Sie letztmals länger als 80 Minuten gelaufen?**

Ich bin noch nie so lange gelaufen, nicht annähernd, nicht mal als Junior. Als 2005 der Basel City Marathon ins Leben gerufen wurde, hat es mich gereizt, mitzumachen. Zum Glück habe ich nicht zugesagt. Ich hätte es nie geschafft. Was die Marathonläufer leisten, ist unglaublich.

**Viele Profisportler wollen nach ihrer Karriere einmal einen Marathon laufen ...**

... ich gehöre definitiv nicht dazu (er lächelt). Aber ich kann mir vorstellen, wieder mal an einem Lauf teilzunehmen. Wahrscheinlich nächstes Jahr wieder hier beim Snowrun. Der Lauf ist ja schön, die Strecke, die Landschaft, die Stimmung, die Ruhe – alles wunderbar, wenn die Beine mitmachen.

**Wenn die Beine wieder mitmachen: Welche Laufbahn schwebt Ihnen vor?**

Zurzeit läuft einiges. Ich engagiere mich für meinen Tennis-Club, bin im Tourismus-Bereich mit einer 3-D-Software unterwegs, halte Vorträge bei Firmen und nehme eine Ausbildung im Sportmanagement in Angriff. Ich bin heute deutlich mehr beschäftigt als früher im Tennis.

**Auf einen Job festlegen mögen Sie sich nicht?**

Nein, ich verfolge viele Projekte. Ich möchte auch eine Trainerausbildung machen. Meine künftige Tätigkeit muss aber nicht zwingend mit Tennis zu tun haben. Andere Dinge reizen mich ebenso. Vieles ist möglich, das ist spannend. *f*

## DAS NÄCHSTE FIT FOR LIFE ERSCHEINT AM 8. MÄRZ 2018

- Immer besser: Rollstuhlsportlerin Manuela Schär
- Wann essen? Kalorien-Einnahme im Sport
- 10 Punkte, wie Sie ein besserer Läufer werden
- Lauf-Talent Julien Wanders im Interview