



«Das Wissen, aufs Weisshorn gerannt zu sein, macht stolz»

Judith Wyder ist das sportliche Aushängeschild des 15. Swiss Snow Walk & Run vom Samstag in Arosa. Für die ehemalige Orientierungsläuferin sind die 17 Kilometer eine Vorbereitung für die Berglauf-EM im Sommer.

von Anita Fuchs

Als Orientierungsläuferin gewann Judith Wyder 21 Medaillen an Welt- und Europameisterschaften. Im letzten Oktober gab die 30-jährige Bernerin ihren Rücktritt vom Spitzensport. Den Ehrgeiz und die Freude am Laufen hat sie aber nicht verloren.

Judith Wyder, mit dem Fitness- und Gesundheitsforum sowie dem Swiss Snow Walk & Run erwarten Sie abwechslungsreiche Tage in Arosa. Worauf freuen Sie sich am meisten?

JUDITH WYDER: Arosa ist ein wunderschöner Ort, um in der Bergwelt zu trainieren und sich zu bewegen. Gleichzeitig werden meine Familie und ich fein essen und es uns gut gehen lassen. Das verlängerte Wochenende werden wir zweifelsfrei in jeder Hinsicht geniessen.

2017 starteten Sie schon am Weisshorn Snow Trail. Was blieb Ihnen speziell in Erinnerung?

Es war mega kalt. (lacht) Spass beiseite. Der Weisshorn Snow Trail ist lässig, aber anstrengend. Wenn man auf dem

Berggipfel ankommt, kann man die wunderbare Aussicht geniessen. Das Wissen, auf knapp 17 Kilometern mit rund 900 Höhenmetern vom Obersee aufs Weisshorn gerannt zu sein, macht auch ein wenig stolz. Auf den Winterwanderwegen von Arosa unterwegs zu sein, ist für jeden Läufer sehr speziell.

Das Ziel erreichten Sie vor zwei Jahren gemeinsam mit Ihrem Ehemann Gabriel Lombriser...

Was wir keineswegs so geplant hatten. Wir liefen beide den eigenen Rhythmus, und er holte mich erst auf den letzten 50 Metern ein. Dass wir die Ziellinie zeitgleich überquerten, war natürlich cool.

Was Sie wohl gerne wieder erleben würden, oder?

Mal sehen, wer den besseren Tag erwischt. Uns geht es aber nicht darum, wer wen schlägt. Im Vordergrund steht, dass wir zusammen ein lässiges Wochenende verbringen können.

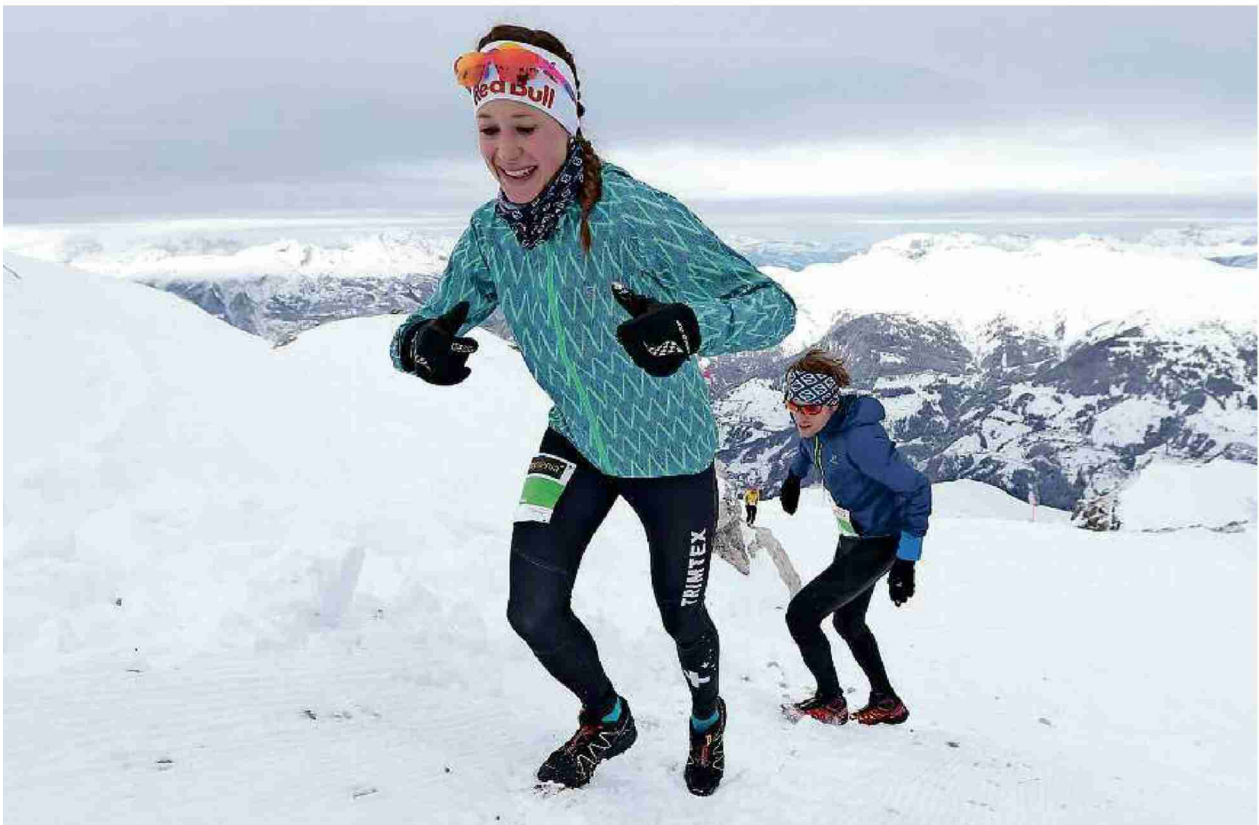
Die Vorzeichen sind diesmal anders. Vor zwei Jahren steckten Sie mitten in Ihrer Orientierungslauf-Karriere. Im letzten Oktober haben Sie diese beendet. Sind Sie

trotzdem noch gerne auf Zack?

Ich trat ja nur vom OL-, nicht aber vom Spitzensport zurück. Dieses Jahr bestreite ich mehrere Laufwettkämpfe, das grosse Ziel bildet die Berglauf-EM Anfang Juli in Zermatt. Im Sommer beabsichtige ich einen Start am Berglauf-Klassiker Sierre-Zinal. Als Vorbereitung auf diese zwei Läufe starte ich im Frühling an mehreren kürzeren Wettkämpfen. Der Sport ist nach wie vor sehr wichtig für mich und immer noch mein Beruf. Mit unserer Firma indurance GmbH bieten wir Trainingswochen und -weekends in Trail Running an. Natürlich darf es bei mir aber auch mal gemütlich zu und her gehen.

Und was reizt Sie am Swiss Snow Walk & Run besonders?

Dass die Bewegung und unterschiedlichen Geschwindigkeitsniveaus in einem Lauf vereint werden. Es kommen verschiedene Leute zusammen, die sich gerne bewegen und gleichzeitig den sozialen Aspekt geniessen. Zudem ist Arosa einer der schönsten Orte in der Schweizer Bergwelt.



«Anstrengend, aber schön»: Judith Wyder und Ehemann Gabriel Lombriser kurz vor dem Weisshorngipfel.

Bild Swiss Snow Walk & Run

1500 Läufer - inklusive Ex-Sportler und Bachelor

Neben der mehrfachen Orientierungslauf-Weltmeisterin Judith Wyder beteiligen sich am Swiss Snow Walk & Run in Arosa zwei weitere bekannte Sportler: **Ex-Tennisprofi Marco Chiudinelli und der ehemalige Bahn-Spezialist Franco Marvulli.** Vor Ort sind mit To-

bias Rentsch und Frieda Hodel überdies der Bachelor beziehungsweise die Bachelorette 2015; beide absolvieren die 6,1 Kilometer lange Kurzdistanz. André Reithebuch, Ex-Mister Schweiz, bestreitet den über 16,8 Kilometer führenden Weisshorn Snow Trail.

Total erwarten die Organisatoren des Swiss Snow Walk & Run etwa 1500 Läuferinnen und Läufer sowie (Nordic-)Walkerinnen und Walker. Darunter befinden sich auch nahezu 40 Schülerinnen und Schüler des Talent-Campus Bodensee. (af)