

Das Ironman-Debüt ist gelungen

Triathlon. – Seine erste Ironman-Teilnahme ist dem Sarganser Stephan Walser (25) in Zürich gelungen. Nach 10:08.21 Stunden erreichte er das Ziel und klassierte sich im 345. Rang (37. M25). Nach dem mässigen Schwimmen (3,8 km), fuhr er auf dem Velo (180 km) stark. «Beim abschliessenden Laufen über 42,2 km musste ich aber leiden.» Mit seinem Debüt sei Walser aber sehr zufrieden. «Bis ich mich wieder erholt habe, wird es sicher zwei Wochen dauern.» (örn)

RESULTATE

8. Zermatt Marathon

St. Niklaus – Riffelberg am Gornergrat (42,195 km/+ 1944 m/ 444 m)

Männer M45: 1. Bärtschi Ruedi Adelboden 3:32.43, 2. Kalbermatten Tony Visp 3:48.16, 3. Imboden Christian Täsch 3:52.29. – Ferner: 31. Meier Stefan Vilters 4:38.39, 145. Hug Roland Bad Ragaz 5:46.05. – 212 klassiert.

Frauen F50: 1. Schreiber Therese Uster 4:36.22, 2. Pfiffner Gaby Plons 4:56.54, 3. Pletscher Martine Yverdon-les-Bains 4:58.54. – 25 klassiert.

7. Graubünden-Marathon

Halbmarathon: Churwalden – Lenzerheide (21,1 km/+ 755 m/ 402 m)

Männer 40: 1. Krättli Martin Trimmis 1:38.33, 2. Walder Silvio Chur 1:39.39, 3. Acklin Thomas Bever 1:44.13. – Ferner: 15. Albrecht Jürgen Vilters 2:12.14. – 20 klassiert.

Marathon: Chur – Lenzerheide – Rothorn (42,2 km/+ 2682 m/ 402 m)

Frauen 30: 1. Born Rita Frenkendorf 4:21.57, 2. Balz Deborah Grub SG 4:26.32, 3. Reiber Carolina Kehr-satz 4:28.05. – Ferner: 4. Zimmermann Denise Mels 4:29.49. – 16 klassiert.

Frauen 50: 1. Pfiffner Gaby Plons 5:41.42, 2. Wullschlegler Catherine Naters 5:44.10, 3. Brassel Maria Winterthur 6:03.42, 4. Tschirky Agnes Heiligkreuz 6:19.39. – 12 klassiert.

Männer 30: 1. Wyatt Jonathan NZL-Neuseeland 3:29.08, 2. Barz Michael D-Durach 3:49.15, 3. Jenner Urs Frutigen 3:49.33. – Ferner: 18. Brockmann Jens Valens 4:51.22. – 65 klassiert.

Männer 40: 1. Lingua Michael Buch am Irchel 4:02.37, 2. Cadalbert George Domat/Ems 4:17.09, 3. Flury Daniel Affoltern am Albis 4:18.05. – Ferner: 23. Durrer Peter Vilters 4:56.58, 68. Collenberg David Sargans 5:39.48, 85. Hug Kurt Walenstadt 5:53.39. – 137 klassiert.

Männer 50: 1. Jud Toni Rufi 4:30.43, 2. Schranz Fred Thun 4:32.50, 3. Brändle Viktor Gossau SG 4:55.08. – Ferner: 23. Tschirky Hanspeter Heiligkreuz 5:46.03, 47. Uehli Walter Valens 6:28.24. – 68 klassiert.

Rothorn Run: Lenzerheide – Rothorn (11,5 km/+ 1414 m)

Männer 40: 1. Hengartner Marcel Heiligkreuz 1:20.51, 2. Franquelli Giancarlo I-Castiglione d'Intelvi 1:30.14, 3. Giapponi Fabio Winterthur 1:30.31. – Ferner: 24. Fürstenwerth Christian Vilters 2:15.25. – 24 klassiert.

Männer 60: 1. Sutter Georg Chur 1:43.21, 2. Zimmermann Hans Mels 1:58.33, 3. Eichholzer Hans Brütten 2:13.42. – 4 klassiert.

Nordic Walking Power Top: Lenzerheide – Rothorn (11,5 km/+ 1414 m)

1. Baselgia Arno Lantsch/Lenz 1:33.38, 2. Doll Charly D-Hinterzarten 1:33.57, 3. Epp Michael D-Altshausen 1:38.27. – Ferner: 9. Giger Roman Murg 1:45.07, 16. Tot Aleksandar Mols 1:54.42, 57. Schoch Paul Wangs 2:11.26, 96. Baumann Hubert Bad Ragaz 2:21.38, 161. Eberle Gerhard Flumserberg Saxli 2:40.11, 191. Kurath Irene Mels 2:54.08, 196. Furgler Christine Bad Ragaz 2:58.25, 236. Slavik Zoran Bad Ragaz 4:17.46. – 236 klassiert.

Triathlon: Ironman Switzerland

Zürich: 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren, 42,2 km Laufen

Männer Overall: 1. Schildknecht Ronnie Thalwil 8:20.00, 2. Riesen Stefan Rüschegg Heubach 8:31.10, 3. Abel Torsten USA-Tucson 8:36.38. – Ferner: 345. (37. Rang Kategorie M25) Walser Stephan Sargans 10:08.21. – 1883 Klassierte. – Aufgaben u.a.: Stettler Roman Flums, Hidber Reto Malans/Vilters (Reifendefekt).

«Das bisher Schlimmste»

Besonderer Erfolg für Denise Zimmermann: Die Melserin hat jenen Wettkampf gewonnen, welchen die 34-Jährige als das bisher «schlimmste Rennen meiner Karriere» bezeichnet: Den 105 Kilometer langen «Trail Verbier Saint-Bernard».

Von Andreas Hörner

Leichtathletik. – Nicht nur für die erfolgsverwöhnte Melserin war der Wettkampf mit 105 Kilometern Länge und 7300 positiven Höhenmetern etwas Neues. Auch für die Organisatoren war der Lauf mit Start und Ziel in Verbier eine Premiere.

Die Strecke führte durch sieben Gemeinden und fünf Täler, stets auf einer Höhe zwischen 700 und 2900 Metern über Meer, durch die Herzen der Massive des Mont-Blanc und der Combins. Der Lauf war der erste «Ultra Trail» mit einer Länge von über 100 Kilometern ganz auf Schweizer Boden. Über 96 Prozent der Strecke waren auf Wanderwegen zu absolvieren. «Die gesamte Strecke war einfach wunderschön angelegt und sehr eindrucklich», schwärmt Denise Zimmermann einige Tage nach dem Lauf.

Souveräner Start-Ziel-Sieg

Dass die Melserin diese Premiere mit Start und Ziel im auf 1500 Meter liegenden Verbier gleich auch gewinnen konnte, war für sie natürlich ein besonderer Erfolg. «Ich freue mich wahnsinnig über diesen Sieg, vor allem deshalb, weil dieses Rennen mein bisher Schlimmstes war.»

Doch das gigantische Erlebnis in der Walliser Bergwelt und die rund zweieinhalb Stunden Vorsprung auf die zweitplatzierte Béatrice Brasey lässt Zimmermann die Strapazen schnell vergessen. So macht sie wenige Tage nach dem anforderungsreichen Wettkampf bereits wieder einen sehr fitten Eindruck. 17 Stunden und 13 Minuten benötigte sie für das Rennen, bei dem es ständig rauf und runter ging. Der längste Aufstieg hatte es mit 1300 Höhenmetern in sich und führte zum Col du Névé de la Rousse, dem höchsten Punkt mit 2750 Metern.



Nach dem extremen Einsatz schnell erholt: Denise Zimmermann unterwegs beim 105 Kilometer langen «Trail Verbier Saint-Bernard» (links) und Stunden später strahlend mit der Trophäe im Ziel.



Um 5 Uhr morgens ist Denise Zimmermann auf die 105 Kilometer lange Strecke gestartet. Ausgerüstet unter anderem mit Getränken, zwei Lampen, Trillerpfeife, Nahrungsreserven, Regenjacke und Handschuhen, machten sich die Läuferinnen und Läufer auf den Weg. Neben den stets wechselnden Panoramen mit Wäldern, Wiesen und Bergen boten die Verpflegungsstände zusätzlich Abwechslung. «Auf der Strecke haben wir auch Schneefelder überquert oder Gämssen gesehen», erinnert sich Zimmermann. «Ich bin noch heute begeistert, alles war einfach sehr eindrucklich – auch dank des guten Wetters.»

Dank ihrer schnellen Laufzeit – nur gerade 13 Männer waren schneller als sie – kam Denise Zimmermann noch bei Tageslicht ins Ziel. Somit waren wenigstens die Batterien ihrer Stirnlampe nicht leer...

Rang 2 am Zermatt-Marathon

Leichtathletik. – Teilnehmer, die neben dem Liechtenstein-Marathon auch den Zermatt-Marathon bestreiten, haben einen Startplatz für den bereits ausgebuchten Jungfrau-Marathon von anfangs September auf sicher. Die 51-jährige Gaby Pfiffner aus Plons liess sich diese Chance nicht entgehen und setzte sich am Gornergrat mit Erfolg in Szene.

In dem von Weltmeister Jonathan Wyatt dominierten Lauf von St. Niklaus auf die Riffelalp (2:57:49 Stunden) kam Pfiffner hinter Therese Schreiber (Uster) auf den 2. Rang bei den W50. Dabei musste sich die Plonserin gegen Verfolgerin Martina Pletscher (Yverdon) kräftig wehren.

Schnellster Bergläufer aus dem Sarganserland war einmal mehr Remo Ruf (Walenstadt), der im internationalen Feld der 893 klassierten Läufer als sechstbester Schweizer mit dem 18. Overallrang gut unterwegs war und bereits in Zermatt (Streckenlänge) vorne auftauchte und das Ziel nach 3:41:55 sah. Auch Ruf hat nun Anspruch auf den Jungfrau-Marathon.

Ebenfalls schnell unterwegs war Stefan Meier (Vilters mit 4:38:39 auf dem 140. Overallrang. Roland Hug (Bad Ragaz) konnte die Viertausender in der Umgebung länger genießen, seine 5:46:05 brachten ihn noch auf den 586. Gesamtrang. (gg)

Pizol Challenge garantiert viel Spektakel

Die Vorbereitungen zum Pizol Challenge vom 15. August sind in vollem Gange. Trotz der Streckenänderungen aufgrund der Bauarbeiten wird der Event auch dieses Jahr ein regionales Sport-Highlight darstellen.

Von Alexandra Lier

Polysport. – Egal ob beim Nordic Walking, Inline-Skaten, Biken oder Lau-

fen – der 11. Pizol Challenge wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wieder alles abverlangen.

Nur wenig wird in der Streckenführung anders: Der Bergläufer nimmt seinen Part wie üblich bei Pardiell in Angriff und läuft über Schwarzbüel zum Vilterser Seeli. Oberhalb des Vilterser Seelis wird er dieses Jahr aber Richtung SAC-Lift und danach durchs grosse Täli rennen, wo er dann bei der alten Alp Gaffia seinen Streckenteil beendet. Der Kammläufer wird seine

Strecke dieses Jahr in umgekehrter Reihenfolge über Gaffia – Steinmannli – Wildseeluggen bis zum Ziel bei der Pizolhütte in Angriff nehmen.

Abschluss in der Sarganser RSA

Nachdem bei der letztjährigen Austragung die Nordic-Walking-Disziplin grossen Anklang fand, wird diese auch dieses Jahr auf der Strecke von Pardiell über Vilterser Seeli – Laufböden – Punkt 22 bis zum Ziel bei der Pizolhütte ausgetragen.

Die Pasta-Party und das Rangverlesen finden dieses Jahr in der RSA Sargans statt. Aus diesem Grund hat sich das Organisationskomitee entschieden, einen Shuttle-Bus von der Talstation Bad Ragaz-Pizol zur RSA Sargans zur Verfügung zu stellen.

Die Gratis-Pasta für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer wird in der RSA ab 15 Uhr erhältlich sein. Das Rangverlesen findet um 18 Uhr statt – danach ist gemütliches Beisammensein angesagt.



Taminataler mit neuem Trainer

Die Spieler der Veteranen und des Ü30-Plauschteams des FC Taminatal konnten sich kürzlich einen neuen Trainingsanzug anschaffen. Möglich wurde dies dank der Unterstützung der Bank Linth (Roger Berchtold, rechts) und der Drogerie Kressig (Markus Kressig, Zweiter von rechts).

Bild Stephan Meyer



Motivation für eine gute Saison

Bereits im Vorfeld der erfolgreichen Rückrunde der 4.-Liga-Saison 2008/09 (4. Rang mit 34 Punkten) hat die von Freddi Bersorger trainierte zweite Mannschaft des FC Bad Ragaz eine neue Sporttasche in Empfang nehmen können. Diese wurde von Franco Lignoli gesponsert.

Bild Martin Broder