



AARGAU  
SWITZERLAND

# PRESSESCHAU



# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Fit for Life Oktoberausgabe 2014

Gigathlon Switzerland 2015 im Kanton Aargau

## Einer für (fast) alle

Bei den ersten Gigathlon-Veranstaltungen lautete das Credo «immer härter, immer länger». Heute will der Gigathlon mit einer Mischung aus Ausdauersport, Landschaftserlebnis und Gemeinschaftsgefühl möglichst viele Athleten in seinen Bann ziehen – und für einmal auch historisch etwas bieten.



TEXT: ANDREAS GONSETH

**S**peziall, hart und unverwechselbar sollte er sein, der neue Anlass, damals 1998. Aus «giga» als Symbol für einen Superlativ und «athlon» als Symbol für eine sportliche Betätigung wurde die kreative Wortschöpfung Gigathlon geschaffen. Die weitere Geschichte ist bekannt: Im Laufe der Jahre hat sich der Gigathlon als einmalige und typisch schweizerische Multisportveranstaltung etabliert und einen festen Platz im sportlichen Terminkalender vieler Ausdauersportler erobert.

In den bislang 16 Jahren seines Bestehens hat der Gigathlon mit seinen fünf Sportarten fast alles ausprobiert, was sich ein innovativer Veranstalter ausdenken kann, um die Leute bei der Stange zu halten. Vieles war spektakulär, vieles gewagt, vieles sehr kreativ. Die Erfahrungen wurden ständig verarbeitet, die Rückmeldungen der Teilnehmer auch bezüglich Nachhaltigkeit und Ökologie ernst genommen – und so hat sich mit der Zeit ein Konzept entwickelt, das man wohl am treffendsten als «bestens bewährt» bezeichnen kann und die grösstmögliche Garantie bietet für allseitige Zufriedenheit. Und zudem auch Garantie für die finanzielle Tragbarkeit des Events, denn ein Gigathlon mit seiner von Haus aus aufwendigen Organisationslogistik muss um die Gunst möglichst vieler Teilnehmer buhlen und kann es sich nicht leisten, nur eine eingeschränkte Zielgruppe anzuspielen.

Der Gigathlon 2015 mit dem Kanton Aargau als Ausstrahlungskanton und Aarau als Zentralort steht daher durchaus symbolisch für das gigathletische Bestreben, zwar wie früher speziell und unverwechselbar zu sein, aber gleichzeitig auch den nicht Ultra-gestählten Hobbysportler ansprechen zu wollen. Und das wiederum ist nur möglich, wenn die einzelnen Disziplinen bezüglich Topografie und Streckenlänge ein gewisses Mass an Beschwerlichkeit nicht überschreiten.

### Gigathlon 2015 – die Strecke im Überblick



Kraftwerk Auenstein sorgt dafür, dass das Blut in den Adern nicht gefriert.

### Schloss-Tour für die Inliner

Ruhig Blut bewahren müssen auch die Inliner auf ihrer Jagd nach Aargauer Schlössern. Los gehts unten vom Schloss Wildegg, dann erscheint schon bald Schloss Wildenstein und kurze Zeit später haben die Rollsportler gar Sicht auf gleichzeitig drei Schlösser, nämlich Wildenstein, Habsburg und Wildegg. Über Windisch gehts noch einmal zum Schloss Wildegg und Seitenblicke zum Schloss Habsburg und etwas später zum Schloss Brunegg runden das historische Inline-Bouquet ab, bevor es durch eine königliche Baum-Allee hoch zur Wechselzone im Schloss Wildegg geht.

Ein Trail-Leckerbissen erwartet die Läufer. Über den Chestenberg gehts im ständigen Auf und Ab zum Schloss Brunegg, dort locken Getränke und Riegel, dann gehts weiter auf Singletrails Richtung Habsburg, über die steile Treppe hoch zum zweiten Verpflegungsosten im ehemaligen Schlosshof und dann leicht fallend hinunter ins Amphitheater von Vindonissa, wo sich die Wechselzone befindet. Jetzt schwingen sich die Velofahrer auf ihre Untersätze und bringen den Tag möglichst schnell zu Ende, über Kloster Königsfelden, Bad Zurzach, den Klingnauer Stausee und vorbei am Schloss Böttstein führt die Route über diverse kleine «Pässlein» durch den nordöstlichsten Ausläufer des Juras mitten durch den Jurapark, wieder an den Rhein zurück zum ausserordentlich malerischen

historischen Städtchen Laufenburg am Rhein und über Frick und das Bänkerjoch schlussendlich hinunter nach Aarau zum Ziel des ersten Tages.

### Sportliche Geschichtslektion

Am «Historic Sunday» müssen erneut die Velofahrer zuerst den Puls in die Höhe treiben, wenn sie den wilden Südwesten des Kantons Aargau erkunden und an den Hallwilersee radeln, wo sie von den Schwimmern ungewohnterweise nicht nur im Neopren, sondern auch in Laufschuhen erwartet werden. Denn während sich die Radler eine Kaffeepause gönnen, müssen die Schwimmer zuerst knapp einen Kilometer rennend bis zum Hallwilersee zurückzulegen und ihre Schuhe fein säuberlich im Schuhpark deponieren. Nur so finden sie diese nach ihrem ersten Schwimmeinsatz im idyllischen See wieder und können damit die Strecke zurück zum Schloss Hallwil laufen. Noch ist ihr Einsatz aber nicht vorbei und es gilt, eine rund 300 M lange Runde im Schlossgraben schwimmend zu bewältigen. Erst jetzt können die Schwimmer die Velofahrer auf ihren zweiten Streckenteil schicken.

Über Bremgarten, Muri, Melligen und via Wildegg führt dieser zurück nach Aarau, wo sich die Inliner auf eine Runde via Erlinsbach, Winznau und Olten zurück nach Aarau machen. Jetzt kommen auch die Biker noch in den Genuss einer sportlichen Geschichtslektion, werden doch trotz vieler Schweissperlen im Gesicht mit dem Schloss Liebegg, der romantischen Trostburg, Schloss

Schafisheim und Schloss Lenzburg gleich vier historische Bauwerke gesichtet.

### Keine Mittelklasse im Mittelland

Die Läufer bestreiten den Abschluss des Gigathlons 2015; in einer Schlaufe laufen sie durch die Altstadt von Lenzburg hoch zum Schloss Lenzburg und durch das Haupttor hinein in die Festungsanlage. Alsdann umrunden sie das stattliche Schloss, bevor es wieder hinunter in die Altstadt geht, wo sie von ihren Bikern und/oder Supportern begleitet werden dürfen, zuerst zum Mittelpunkt des Kantons Aargau, danach über die Aare zum Schloss Auenstein und dann weiter zum Schloss Biberstein bis nach Aarau, wo vor den Toren der Stadt in der Sportanlage Schachen die stimmungsvolle Zielankunft erfolgt.

Der Gigathlon 2015 besticht nicht durch Superlative wie frühere Gigathlons, aber durch ein äusserst spannendes Zusammenführen von Sport und Historie. Die kurzen Verschiebungswegs sorgen dafür, dass sich die Teamsportler weit mehr austauschen können, als dies bei früheren Austragungen mit weiten Transportstrecken der Fall war. Perfekte Voraussetzungen also, damit auch der Gigathlon im Mittelland ein stimmungsmässiges Highlight wird. **F**

Detaillierte Infos zu Strecke und Anmeldungen unter [www.gigathlon.ch](http://www.gigathlon.ch)



Möglichst viele zufriedene Gesichter – das ist das Ziel, welches der Gigathlon im Kanton Aargau erreichen möchte.

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Schweiz am Sonntag 06.10.2014

## Der Aargau wird gigantisch

Nächstes Jahr findet der Gigathlon vom 10. bis 12. Juli im Aargau statt – wir zeigen exklusiv die Strecke

Der Gigathlon 2015 blickt in die Vergangenheit: Von Aarau aus werden die Athletinnen und Athleten schwimmend, rollend und laufend alle Bezirke des Kantons Aargau durchqueren.

ON IRENE MÜLLER

**N**ächstes Jahr ist es genau 600 Jahre her, seit das Gebiet des heutigen Aargaus von den Eidgenossen erobert und die Habsburger weitgehend vertrieben wurden. Darum steht der Gigathlon 2015 im Aargau ganz unter dem Motto «1415 – die Eidgenossen kommen».

Die Etappen wurden so angelegt, dass die Route zu einer historischen Entdeckungsreise wird. Dabei kommt es zu einem Rendez-vous zwischen Kultur, Geschichte und Sport. Ausgangspunkt ist die Stadt Aarau.

«Aarau ist von den zur Verfügung stehenden Plätzen ideal für die Durchführung des Gigathlons», sagt Projektleiter Corsin Caluori. «Außerdem wird



Von Aarau aus führt die Etappe am Samstag über Wildegg und Windisch zurück in die Kantonshauptstadt.

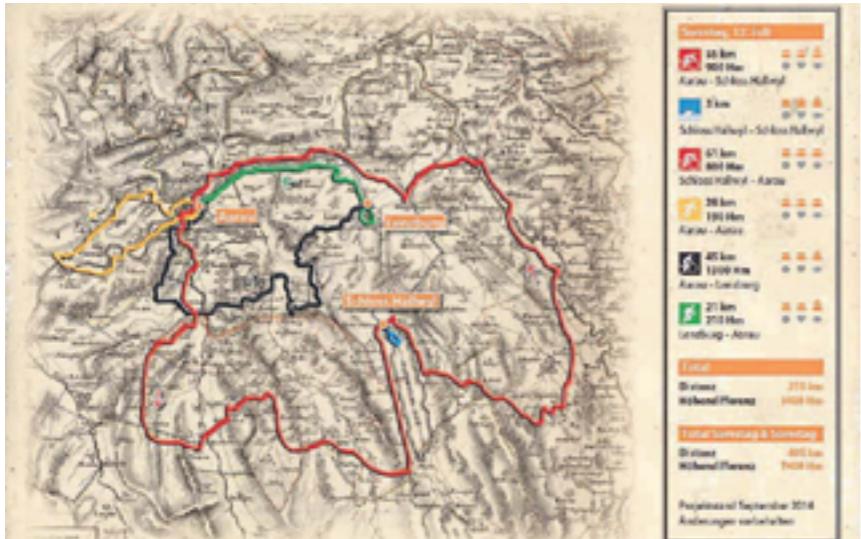
Die Leute denken, die Routen seien weniger anspruchsvoll im Mittelland, da wir keine hohen Berge haben.»

CORSIN CALUORI, PROJEKTLEITER GIGATHLON

Das Projekt vom Stadtrat unterstützt, bis zu 200 rote Iglu-Zelte werden auf dem Schachen-Areal erwartet, wo die Athletinnen und Athleten ihr Lager aufschlagen.

Die ERSTE ETAPPE findet für die Single-Athleten am Freitag, 10. Juli statt. Im Rahmen der Eröffnungsfeier werden eweiß vier Athleten mit dem Bike von einer Rampe aus starten und einen kurzen Parcours rund um die Kantonshauptstadt bewältigen. Die mit dem Bike ind auf der darauffolgenden Laufstrecke erreichten Punkte zählen bereits zur Gesamtwertung.

Am «Discovery Saturday» werden dann alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den fünf Disziplinen Biken, schwimmen, Velofahren, Inline-Skaten und Laufen gefordert. Zur Belohnung



Am Sonntag starten die Athleten wiederum in Aarau und passieren die Schlösser von Hallwyl und Lenzburg.

Lenzburger Bezirks-Anzeiger 30.10.2014

### SEENGEN

#### Gigathlon Switzerland

Vom 10. bis 12. Juli 2015 findet im Kanton Aargau der Gigathlon Switzerland statt. Der Anlass steht unter dem Patronat des Kantons Aargau und wird der sportliche Beitrag zum Gedächtnisjahr zur 600-jährigen Unabhängigkeit von der Habsburgerherrschaft sein. Sovielstach als Veranstalter hat das Streckenkomitee erarbeitet und plant, beim Schloss Hallwyl eine Wechselseite einzurichten, in welcher zuerst vom Velo zum Schwimmen

und danach wieder zurück aufs Velo gewechselt wird. Zu diesem Anlass werden rund 6000 Athleten und Supporter erwartet. Damit der Anlass reibungslos verläuft, muss ein lokales Organisationskomitee gegründet werden, das für die örtliche Organisation zuständig ist, die Helfer es werden etwa 50 Personen benötigt – rekrutieren, deren Einsatz planen und überwachen. Die Vorberichtigungen zur Gründung des OKs sind angeläutet. Die Vereine wurden anlässlich der Vereinsversammlungskonferenz über den Anlass informiert.

Schweiz am Sonntag, 06.10.14

haben sie auf der Strecke immer wieder tolle Aussichten auf zahlreiche Schlösser wie die Habsburg, das Schloss Wildegg oder Biberstein. Doch auch andere Highlights des Kantons werden passiert, wie beispielsweise das Amphitheater von Vindonissa.

Der Sonntag beginnt mit einer anspruchsvollen Veloroute mit dem Ziel Hallwilersee. Dort werden die Gigathleten nach einer Schwimmstrecke durch den See zum Schloss Hallwyl laufen, um dort nach einer kurzen Sprintstrecke im antiken Burghafen wieder aufs Velo zu wechseln.

«Die Strecke darf man nicht unterschätzen», meint Corsin Caluori auf die Frage nach der größten Herausforderung des diesjährigen Gigathlons. «Die Leute denken, die Routen seien weniger anspruchsvoll bei uns im Mittelland, da wir keine hohen Berge haben. Jedoch sind insgesamt mehr Höhenmeter zu bewältigen, als man denkt. Und das ist auf lange Sicht anstrengender als einmal auf einen Pass rau und runter zu fahren.»

DURCH DEN GIGATHLON im Aargau wird die weitgehend unbekannte Geschichte der Entstehung des Kantons und die Bedeutung des Schicksalsjahrs 1415 für die Zukunft des Gebiets ins Bewusstsein gerufen. Damals wurden die Eidgenossen vom Deutschen König, der sich zuvor mit dem Habsburger Herzog zerstritten hatte, dazu aufgefordert, in den Aargau einzumarschieren. Berner, Zürcher und Innerschweizer griffen zur Hellebarde und eroberten eine Burg nach der anderen. Die eroberten Gebiete wurden aufgeteilt und es entstanden die noch heute den Kanton prägenden Regionen Freiamt, Baden, der Berner Aargau und das Fricktal, welches aber noch Jahrhunderte unter habsburgischem Einfluss stand.

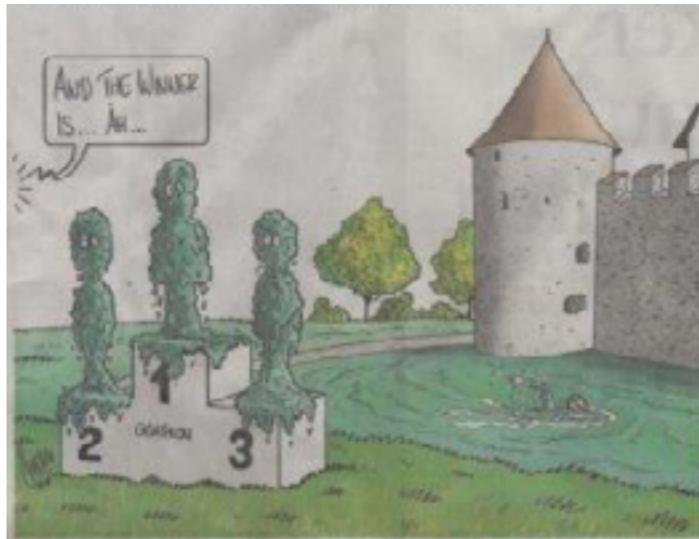
### GUT ZU WISSEN

Kategorien des Gigathlons:  

- Single Frauen und Männer
- Couple (mindestens zwei der fünf Disziplinen muss eine Frau absolvieren)
- Team (ingesamt fünf Personen, davon müssen mindestens zwei Frauen)

Anmeldeschluss für die zweite Ziehung der Verlosung der Startplätze ist am 9. Oktober 2014. Es folgen weitere Ziehungen im November und Dezember. Weitere Infos: www.gigathlon.com (SON)

Aargauer Zeitung 14.10.2014



Blick am Abend 16.10.2014



## Wettschwimmen ums Schloss

**GIGATHLON** → Sport und Geschichte sollen Hand in Hand gehen. Der Gigathlon vom 10. bis 12. Juli 2015 steht unter dem Motto «Discover History» (Entdecke die Geschichte) und führt an Schlössern und anderen historischen Stätten im Kanton Aargau vorbei. Der 300-Meter-Schwimmsprint etwa soll im Burghafen des Schlosses Hallwyl stattfinden, von wo aus einst Angreifer abgewehrt wurden. Laut Organisator Corsin Caluori ist die Wasserqualität gut genug zum Schwimmen, wie er in der «Aargauer Zeitung» erklärt. Zwar könnte Schlamm aufgewirbelt werden. Aber das sei «abhängig von der Witterung und vom Wasserstand.» nee

Landanzeiger 23.10.2014

### Sport in Aarau

## Gigathlon Switzerland im Juli 2015 in Aarau



Mit dem Gigathlon Switzerland 2015 erwartet Aarau im nächsten Sommer ein sportlicher Höhepunkt, welcher die Stadt für ein Wochenende ins Zentrum des Schweizer Sports rücken wird!

Im Jahre 2015 feiert der Kanton Aargau das Gedenkjahr zur Unabhängigkeit von der Habsburgerherrschaft. Der Gigathlon soll der sportliche Teil dieses Gedenkjahrs werden und tausende Ausdauersportlerinnen und Ausdauersport-

Aargauer Zeitung 23.10.2014

### ↔ Gaga- statt Gigathlon?

2,7 Kilometer im Hallwilersee sind nicht genug: Die rund 1500 Schwimmer sollen am letzten Tag des Gigathlons 2015 auch durch den Burghafen von Schloss Hallwyl kauen – insgesamt 300 Meter. Als «Idiotie vom Feinsten», «Sauglattismus pur» oder als 1.-April-Scherz kommentierten verschiedene az-Leser den aussergewöhnlichen Plan des Veranstalters im Online-Forum. Die Fische sollen gefälligst in Ruhe gelassen werden, heißt es. Tipps, wie die «Judihui-Sportler» zu einem Extra-Kick kommen könnten, gab es auch dazu: mit etwas «Burgunderblut im Wasser» oder mit einem «Krokodil im Graben». So würde der Gigathlon definitiv zu einem Gagathlon.

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Landanzeiger 13.11.2014



Über tausend dieser orangen Zelte werden am Gigathlon-Wochenende vom 10.-12.Juli 2015 den Aarauer Schachen in eine Zeltstadt verwandeln.

Noch 35 Wochen bis zum Gigathlon Switzerland 2015. Zentraler Austragungsort ist Aarau, die Arena der ganze Kanton Aargau. Unter dem Motto «Discover History» werden 6500 Gigathletinnen und Gigathleten vom 10.-12.Juli 2015 von Aarau aus schwimmend, rollend und laufend alle Bezirke des Kantons erobern und bei dieser 3-tägigen sportlichen Herausforderung die historischen Schlösser, Burgen und Städte entdecken.

Quer durchs Schloss! Der Gigathlon startet am Freitagabend mit dem Prolog, dem Wettkampf der Einzelkämpferinnen. Die «Helden» absolvieren die Disziplinen Biken und Laufen. Die Strecke führt sie vom Start im Schachen durch die Altstadt in die Umgebung von Aarau und wieder zurück. Als besonderer Höhepunkt durchlaufen die Athletinnen und Athleten das Stadtmuseum Aarau; über die Brücke, durch den Ausstellungsrund und beim Foyer wieder hinaus. Ganz nach dem Motto des Gigathlon «Discover History»!

Start und Ziel in Aarau Am Samstag und Sonntag starten die Gigathleten und -athletinnen ab fünf Uhr morgens, um den ganzen Kanton zu durchqueren. Das lokale OK möchte den Sportlerinnen und Sportlern ein einmaliges Erlebnis in Aarau bieten. Sie sollen sich wohl fühlen und viele gute Erinnerungen mit nach Hause nehmen. Deshalb werden Helferinnen und Helfer, Einzelpersonen, Familien und Vereine gesucht, die den grössten Breitensportanlass 2015 unterstützen und gleichzeitig ihre Vereinskasse aufbessern möchten. Infos und Anmeldung bis Ende Januar 2015 unter [www.gigathlon.ch](http://www.gigathlon.ch) oder per Mail an [staff@gigathlon.ch](mailto:staff@gigathlon.ch)

Aargauer Zeitung 18.11.2014

## Schwimmen im Burggraben ist wohl doch eher unwahrscheinlich



Aargauer Zeitung 19.11.2014

## Das originellste Team gratis am Gigathlon

Aargauer Zeitung, 19.11.2014

**Aarau** Der Gigathlon 2015 startet in Aarau, dies ist eine grosse Herausforderung auch für das lokale OK.

Die umstrittene Kurzstrecke ums Schloss Hallwyl ist schon bestens bekannt (az von gestern). Doch zur Hauptstrecke findet der Gigathlon 2015 in Aarau statt. Dort steht das städtische Organisationskomitee unter der Leitung von Stadtrat Hanspeter Hilfiker. Verkehr, Sicherheit und Infrastruktur sowie die Rekrutierung und Betreuung der Helfer seien die zentralen Aufgaben, erklärt er. Der Aarauer Schachen werde zu einer Zeltstadt und das Gebiet um die Schachenhalle zu einer Verpflegungsmeile für die 6500 Gigathleten und Gigathletinnen.

Der Gigathlon startet am Freitagabend, 10. Juli, mit dem Wettkampf der Einzelkämpfer/-innen. Die Strecke führt vom Start im Schachen durch die Altstadt und wieder zurück. Als Höhepunkt durchlaufen die Athletinnen und Athleten das Stadtmuseum Aarau; über die Brücke, durch den Ausstellungsrund und beim Foyer wieder hinaus. Ganz nach dem Motto des Gigathlon «Discover History»!

Start und Ziel in Aarau Am Samstag und Sonntag starten die Gigathleten und -athletinnen ab fünf Uhr morgens, um den ganzen Kanton zu durchqueren. Das lokale OK möchte den Sportlerinnen und Sportlern ein einmaliges Erlebnis in Aarau bieten. Sie sollen sich wohl fühlen und viele gute Erinnerungen mit nach Hause nehmen. Deshalb werden Helferinnen und Helfer, Einzelpersonen, Familien und Vereine gesucht, die den grössten Breitensportanlass 2015 unterstützen und gleichzeitig ihre Vereinskasse aufbessern möchten. Infos und Anmeldung bis Ende Januar 2015 unter [www.gigathlon.ch](http://www.gigathlon.ch) oder per Mail an [staff@gigathlon.ch](mailto:staff@gigathlon.ch)

Aarauer Woche 14.11.2014

## Aaraus Schachen am Gigathlon 2015

**AARAU** Noch 34 Wochen bis zum Gigathlon Switzerland 2015. Zentraler Austragungsort ist Aarau. Unter dem Motto «Discover History» werden 6500 Gigathletinnen und Gigathleten vom 10. bis 12. Juli 2015 von Aarau aus schwimmend, rollend und laufend alle Bezirke des Kantons erobern und bei dieser 3-tägigen sportlichen Herausforderung die historischen Schlösser, Burgen und Städte entdecken. Der Gigathlon startet am Freitagabend mit dem Prolog, dem Wettkampf der Einzelkämpfer/-innen. Die Strecke führt sie vom Start im Schachen durch die Altstadt in die Umgebung von Aarau und wieder zurück. Als besonderen Höhepunkt durchlaufen die Athletinnen und Athleten das Stadtmuseum Aarau; über die Brücke, durch den Ausstellungsrund und beim Foyer wieder hinaus. Ganz nach dem Motto des Gigathlon «Discover History»!

Der erste Tag führt in die unbarmerherzige Hügel des Juras. Doch wer denkt, am zweiten Tag gehe es in der Moränenlandschaft des Seetal gemütlicher zu und her, der täuscht sich: Auch die sanfte Hügellandschaft um den Hallwilersee geht ganz schön an die Substanz. Da hilft es, sich gebührend vorzubereiten. Dazu gehört einerseits die physische Vorbereitung in der jeweiligen Disziplin. Hier sollen sich intensive Trainingsphasen mit Ruhephasen abwechseln. Es ist sinnvoll, auch andere Disziplinen ins Training einzubauen - nicht zuletzt kann man sich so auch mit anderen Teammitgliedern auf den Wettkampf vorbereiten.

Damit sie am Wettkampf die Kräfte besser einteilen können, ist es vielen Athleten eine Hilfe, die Strecke zu kennen. Da die Strecken auf der Website des Veranstalters detailliert beschrieben sind, können sie problemlos im Vorfeld abfahren, belaufen oder durchschwommen werden. Eine beliebte Vorbereitung bieten auch die offiziellen Trainingscamps, die auf den Originalstrecken durchgeführt werden. Dort kann man kontemplativ alleine trainieren, wird unterwegs aber sicher andere Mitglieder der grossen Gigathlon-Familie kennenlernen. Oder man geht mit dem eigenen Team hin, damit dieses schon vor dem Start zum Gigathlon zusammengegeschweißt wird.

NZZ am Sonntag 21.12.2014

## Ein Abenteuer, das zusammenschweisst

Noch läuft die Anmeldefrist für den Gigathlon. Wer erstmals am Multisport-Anlass mittun will, der findet einen sanften Einstieg im Team of Five.

**Von Caroline Doka**

Wer den Winterblues spürt, der kann sich schon jetzt auf sportliche Aktivitäten bei höheren Temperaturen freuen. Etwa auf den Gigathlon vom 10. bis 12. Juli 2015. Das Multisport-Abenteuer mit den Outdoor-Disziplinen Mountainbike, Rennvelo, Inlineskating, Schwimmen und Laufen kann als Team of Five, als Couple oder Single absolviert werden. Insgesamt warten 405 Kilometer und 7400 Höhenmeter auf die Gigathleten.

Eine statthafte Strecke. Ist Gigathlon eine Sportart nur für Hartgesottene? Von wegen. Sicher, wer den Anlass als Einzelkämpfer oder Couple betreitet, sollte einiges an Multisport-Erfahrung und eine gehörige Portion Ausdauer mitbringen. Im Team of Five jedoch eignet sich der Gigathlon auch für Neulinge. Wer bereits einmal einen Greifenseelauf, eine Seeüberquerung oder einen Slow-up auf dem Velo oder mit den Inlineskates geschafft hat, darf sich eine Teilnahme im Team zutrauen. Im Team of Five übernimmt jeder der fünf Sportler pro Tag eine der fünf Disziplinen.

Der Gigathlon 2015 mit dem Motto «Discover History» begibt sich auf die Spuren der Habsburger und führt durch alle Bezirke des Aargaus. Anno 1415 nämlich vertrieben die Eidgenossen mit Unterstützung des deutschen Königs Sigismund die Habsburger aus diesem Gebiet. 600 Jahre später stehen am Gigathlon 2015 Schweizer und Athleten aus anderen Ländern im friedlichen Wettsprint und begeben sich auf eine sportliche Abenteuerreise durch den Kanton Aargau. Start und Ziel befinden sich in Aarau, wo vor den Toren der Stadt das Gigathlon-Baselcamp liegt. Die Strecke führt vorbei an über hundert historischen Schlössern, Burgen und Klöstern - und an zahlreichen landschaftlichen Leckerbissen.

Der erste Tag führt in die unbarmerherzigen Hügel des Juras. Doch wer denkt, am zweiten Tag gehe es in der Moränenlandschaft des Seetal gemütlicher zu und her, der täuscht sich: Auch die sanfte Hügellandschaft um den Hallwilersee geht ganz schön an die Substanz. Da hilft es, sich gebührend vorzubereiten. Dazu gehört einerseits die physische Vorbereitung in der jeweiligen Disziplin. Hier sollen sich intensive Trainingsphasen mit Ruhephasen abwechseln. Es ist sinnvoll, auch andere Disziplinen ins Training einzubauen - nicht zuletzt kann man sich so auch mit anderen Teammitgliedern auf den Wettkampf vorbereiten.



**Ein besonderes Erlebnis: Gigathleten wachsen als Team und Gemeinschaft zusammen.**  
(Ennetbürgen, 10. Juli 2013)

### Teilnahme am Gigathlon

- **Datum:** 10.-12. Juli 2015
- **Anmeldung:** [www.gigathlon.com](http://www.gigathlon.com)
- **Kategorien:** Team of Five (mit mindestens zwei Frauen), Couple, Single
- **Ablauf:** Man meldet sich als Team of Five, Couple oder Single zur Verlosung der Startplatz-Optionen an. Wer gewinnt, hat dann zehn Tage Zeit, sich das Wagnis noch einmal zu überlegen. Dann erfolgt die definitive Anmeldung.
- **Zusätzliche Chance:** Man trägt sich auf der Gigathlon-Website in die Teambörse ein, hofft auf ein Team, das noch einen Platz zu belegen hat.
- **Anmeldeschluss:** 31. Januar 2015

Das ist es auch, weshalb viele Athleten, seien es Freunde, Sportclubs oder Firmenteams, immer wieder am Gigathlon teilnehmen: das Teamerlebnis. Ein kurzes Abklatzen, wenn der Kollege vorbeiläuft, frenetisches Anfeuern, ein begeisterter Empfang im Etappenziel, um dann den nächsten Teamkollegen anzuspornen, wenn er auf die Strecke geht. Auch das Lagerleben im Basecamp mit den über 2000 roten Zelten hat einen besonderen Esprit. Vor den Zelten, unterwegs zum Duschen oder an den langen Tischen in der Verpflegungshalle: kein Ort, an dem nicht Erfahrungen und Geschichten ausgetauscht würden, mit eigenen Teammitgliedern, alten Bekannten oder ganz neuen Mitstreitern. So wachsen Gigathleten als Teams, aber auch als Gemeinschaft zusammen. Das ist der Gigathlon-Spirit.

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN



**TriTime** Januar-Ausgabe 2015

WETTKAMPF AUSBLICK 2015

# GIGATHLON

## DAS SCHWEIZER MULTISPORT-ABENTEUER

**Langläufer lieben in der Schweiz den Engadin Skimarathon, Bergläufer freuen sich über einen Startplatz beim Jungfrau-Marathon, Velofahrer kämpfen bei der Tortur rund um die Schweiz. Dass es in der Alpenrepublik seit vielen Jahren jeden Sommer über 6.000 Läufer, Radfahrer, Mountainbiker, Inliner und Schwimmer zu einem ganz anderen Ausdauersport-Event zieht, ist bis jetzt noch nicht wirklich über die Schweizer Landesgrenzen hinausgedrungen. Zu begehr sind die Startplätze beim Gigathlon, dem einzigartigen Multisport-Abenteuer durch die malerischen Landschaften der Schweiz, zu groß ist der Durst der Schweizer nach dem einzigartigen Gigathlon-Spirit.**

Die Geschichte des Gigathlon begann 1998 mit einem eintägigen Wettkampf in fünf Disziplinen von der Südgrenze der Schweiz nach Zürich. Seither erfreut sich die Veranstaltung einer stetig wachsenden Beliebtheit. Aber bei dieser einen anspruchsvollen Strecke blieb es nicht! Jedes Jahr wird eine neue

Route gesucht, ein neues Veranstaltungs-motto kreiert, eine andere zwei- bis sieben-tägige abenteuerliche, sportliche Reise durch die Schweiz konzipiert. Und immer wieder müssen die Teilnehmer Hunderte von Kilometern und Tausende von Höhenmetern absolvieren.

Mit diesem Konzept wurde die Schweiz in den vergangenen Jahren mit dem Rennrad, dem Mountainbike, den Inlineskates, mit Laufschuhen und im Wetsuit wortwörtlich „gigathletisiert“. Insgesamt nahmen in den 15 Jahren seines Bestehens schon über 80.000 Sportler an einem Gigathlon teil. Heute besitzt diese attraktive Schweizer Erfindung im eigenen Land eine riesige Anhängerschaft. Die Startplätze sind derart begehrt, dass der Event immer schon vorzeitig ausgebucht ist.

### DISCOVER HISTORY

Aber jetzt sollen nicht mehr nur Schweizer, sondern auch Ausdauersportler aus Deutschland an dieser abenteuerlichsten Form von „Swissness“ teilhaben können und bis an ihre nicht unerschöpfliche Hauptspeisebank gebracht werden.

werden. Anno 1415, also vor genau 600 Jahren, vertrieben die Schweizer auf Veranlassung des deutschen Königs Sigismund die Habsburger (Österreicher) aus ihren schweizerischen Stammländern. Als Gedenkanschluss zu diesem historischen Ereignis findet vom 11.-12. 2015 rund um Aarau der Gigathlon 2015 statt. 6.500 Gigathleten und Supporter überwinden unter dem Motto „Discover History“ eine Wettkampfstrecke von 405 Kilometern mit insgesamt 7.400 Höhenmetern.

### STARTKLASSEN

Und was liegt näher, als die ehemaligen Verbündeten und heutigen Nachbarn zum friedlichen, sportlichen Wettsstreit in drei Teilnahmekategorien einzuladen?

**Single Man & Woman:** Die höchste gigathletische Herausforderung! Bewältigen Sie alle fünf Disziplinen alleine. Der Single wird durch zwei persönliche Supporter betreut.

**Couple:** Die große Herausforderung für sportliche Paare, welche die fünf Disziplinen untereinander aufteilen. Jeden Tag müssen mindestens zwei Disziplinen durch eine Frau

absolviert werden. Das Couple wird durch einen persönlichen Supporter betreut.

**Team of Five:** Das Team-Erlebnis der Sonderklasse! Jedes Mitglied absolviert pro Tag eine Disziplin. Das Team of Five besteht aus mindestens zwei Frauen und betreut sich selbst (keine Supporter).

Fotos: Remy Steinegger / gigathlon.ch  
© [gigathlon.ch](http://gigathlon.ch)

### STARTPLÄTZE FÜR SIE

Leidenschaft verbindet hat für ihre Leser ein Kontingent von 30 Startplätzen gesichert. Interessierte Multisportler können sich bis zum 14.01.2015 zu den üblichen Konditionen anmelden: [www.gigathlon.com/de/tritime](http://www.gigathlon.com/de/tritime).

<b>Single:</b>	<b>5 Startplätze</b>
<b>Couple:</b>	<b>5 Startplätze</b>
<b>Team of Five:</b>	<b>20 Startplätze</b>

**NAB NEWS** Februar-Ausgabe 2015

# GIGATHLON – DAS MULTISPORTIVE TEAMERLEBNIS

Vom 10. bis 12. Juli 2015 in 10 Etappen durch alle Bezirke des Kantons Aargau: Mit den Outdoor-Disziplinen Mountainbike, Rennvelo, Inlineskating, Schwimmen und Laufen, als Team of Five, Couple oder Single.



2015 ist es 600 Jahre her, seit das Gebiet des heutigen Aargaus von den Eidgenossen erobert und die Habsburger weitgehend vertrieben wurden. Darum findet der diesjährige Gigathlon unter dem Motto «Discover History» im Aargau statt.

nen somit bereits im Vorfeld häppchenweise erkundet werden. Eine beliebte Vorbereitung bieten auch die offiziellen Training-Days und Training-Weekends, letztere werden auf den Originalstrecken des Gigathlon Switzerland

- Datum: 10.–12. Juli 2015
  - Kategorien: Team of Five  
(mit mindestens zwei Frauen),  
Couple, Single-Man und -Woman
  - Teilnehmerverteilung:  
40% Frauen / 60% Männer
  - Unterstützt unter anderem durch den  
Swisslos-Sportfonds Aargau und die Neue  
Aargauer Bank



AUSFÜHLICHE INFOS  
UND KONTAKT:

**Internet** [www.gigathlon.com](http://www.gigathlon.com)  
**E-Mail** [info@gigathlon.ch](mailto:info@gigathlon.ch)  
**Telefon** 044 550 40 50

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Aargauer Zeitung 25.02.2015

## Aargau gewinnt den Gigathlon

**Ausdauersport** Am 11./12. Juli geht der Gigathlon im Kanton Aargau über die Bühne. Ein Aargauer Topteam mit jungen Athleten will dabei brillieren.

von RAINER SOMMERHALDER

Der grösste Ausdauersport-Event der Schweiz kommt in den Aargau. Wir wollen gute Gastgeber sein und den Athletinnen und Athleten nicht nur die Schönheiten des Kantons zeigen, sondern auch die sportliche Leistungsfähigkeit. Die Aargauer Zeitung schickt gemeinsam mit der Interessengemeinschaft der Aargauer Sportverbände (IASV) und der Sektion Sport des BKS ein Fünferteam mit führenden Aargauer Talente ins Rennen. Das hohe Ziel der Equipe mit dem Namen «aargauersport.ch» ist definiert: Der Aargau gewinnt den Gigathlon!

### 405 Kilometer in zwei Tagen

Angefragt für das Team der offiziellen Plattform für Sport im Aargau wurden bewusst junge Athleten, die in ihrer Sportart nationales oder gar internationales Niveau aufweisen. Sie sollen bis zum Wettkampf am 11./12. Juli über insgesamt 405 Kilometer und 7400 Meter Höhendifferenz zu einer schlagkräftigen Einheit werden und versuchen, in einem starken Feld von Fünferteams ganz an der Spitze mitzumischen.

Jedes Team besteht gemäss Reglement aus mindestens zwei Frauen. «aargauersport.ch» setzt auf die 17-jährige Inline-Skaterin Ramona Härdi (Möriken) und die 19-jährige Schwimmerin Silvana Huber (Rupperswil). Härdi hat



Das Aargauer Gigathlon-Topteam mit (von links) Michael Kyburz, Silvana Huber, Ramona Härdi, Samuel Keller und Fabian Paumann. SANDRA ARDIZZONE

die Schweiz an der letzten Europameisterschaft vertreten, Huber ist die einzige aktuelle Schweizer Elite-Meisterin aus dem Aargau. Die Startstrecke vom Zentralort Aarau gebührt dem 22-jährigen Mountainbiker Fabian Paumann (Rupperswil). Paumann gewann im letzten Jahr die Gesamtwertung des BMC-Cups bei den U23 und kam an den Weltmeisterschaften als 24. ins Ziel. Dem Finish am Sonntagabend macht der 22-jährige Läufer Samuel Keller (Gebenstorf). Er war 2014 zweitbeste

Schweizer am Hallwilerseelauf. Auf den 25-jährigen Strassen-Radfahrer Michael Kyburz (Unterentfelden) wartet die heilige Mission, am ersten Tag die letzte und am zweiten Tag die erste Strecke unter die Räder zu nehmen. Kyburz holte sich 2014 mit seiner offensiven Fahrweise die Kantonalmeistertitel im Kriterium und im Bergrennen. Für alle Fünf ist der Start beim Heimrennen gleichzeitig die Gigathlon-Premiere.

Beim ersten Treffen zum Fotoshooting diskutierten das Quintett über die

Zielsetzung. Nicht alle Teammitglieder wollten gleich offensiv an die Aufgabe heran. Michael Kyburz gab zu bedenken, dass «sehr viele sehr starke Sportler am Start stehen und bei einem solch langen Wettkampf immer auch Unerwartetes auf die Teilnehmer zu kommt». Einig war man sich über die spezielle Aura des Gigathlons. Stellvertretend dafür Schwimmerin Silvana Huber: «Ich habe sehr viel Positives über den Gigathlon gehört. Alle, die teilgenommen haben, waren begeistert.»

Aargauer Zeitung 11.03.2015

## Ein Team darf gratis an den Start

**Aarau** Das Team des Aarauers Marc Bachmann hat mit einer originellen Bewerbung einen Gratis-Startplatz am Gigathlon gewonnen.

von JANINE GLOOR

Die grössten Fans des Gigathlon-Teams von Marc Bachmann sind noch ganz klein. Die Kinder haben ihren Eltern beim Wettbewerb um einen Gratis-Startplatz am Gigathlon geholfen. Der Sportanlass bringt die Athleten Mitte Juli in den Aargau und lässt sie über das Kopfsteinpflaster von Aarau laufen.

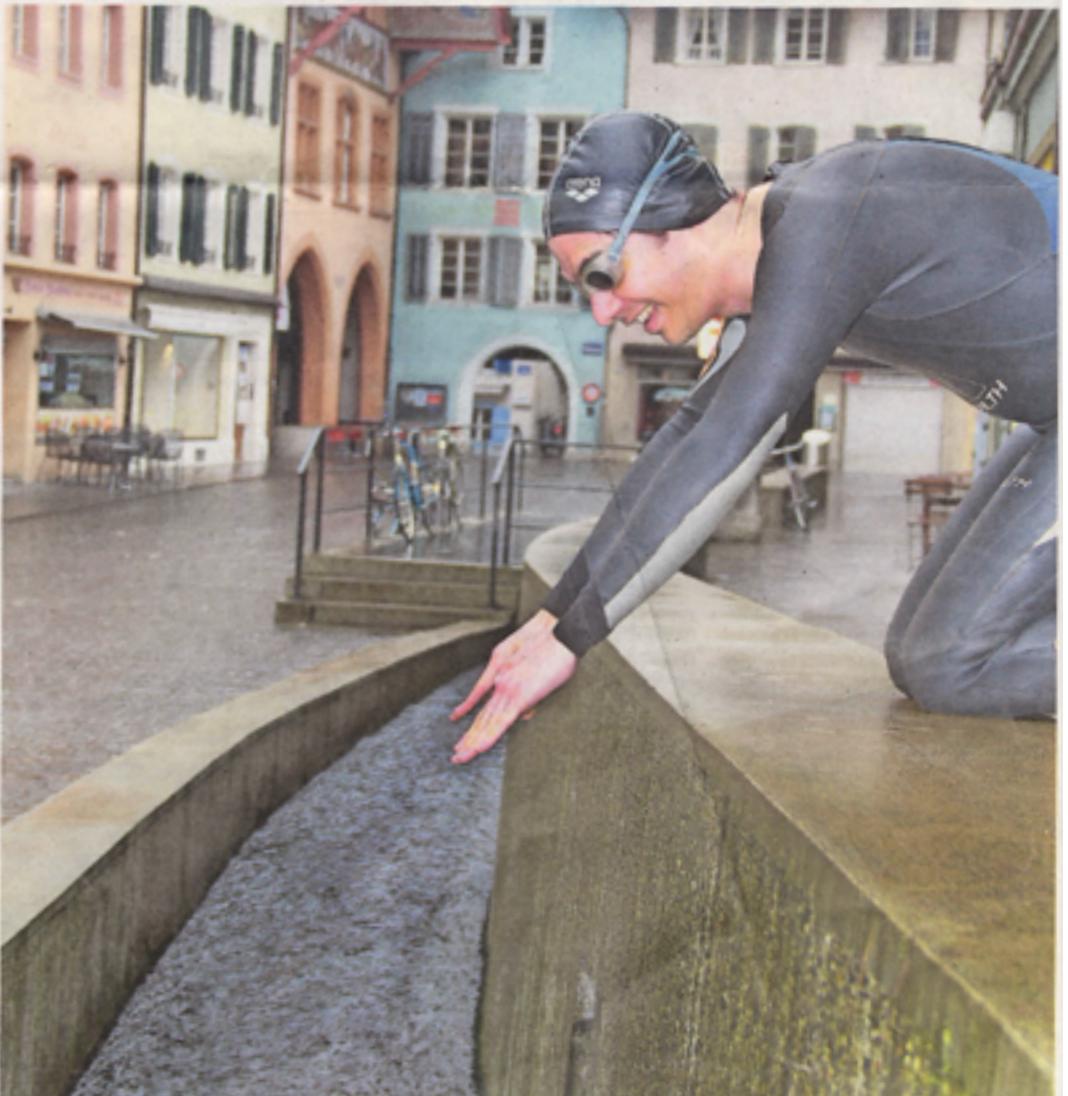
Die fünf Teammitglieder posierten auf ihrem Bewerbungsfoto mit ihrem Nachwuchs und haben so die Gunst der Jury gewonnen, wie Ka Marti, zuständig für die Kommunikation des lokalen OK, erklärt: «Die Bewerbung machte einen frischen Eindruck, die Kinder mit den Plakaten haben dem Team eine herzige Note verliehen.» Auch die witzigen Einzelbilder haben die Jury überzeugt, den Startplatz an Bachmanns Team zu vergeben. Der Schwimmer des Teams hat sich auf seinem Einzelbild gleich beim Sprung in den Stadtbach darstellen lassen.

### Gigathlon vor der Haustür

Marc Bachmann, der vor fast 30 Jahren zum ersten Mal am Aarauer Stadtlauf teilnahm, freut sich über diesen Entscheid. Er und seine sportbegeisterten Teammitglieder sind alle in Aarau wohnhaft und wurden durch den Gigathlon vor der Haustür motiviert, nach der Winterpause das Training zu intensivieren. Weil sie auf jeden Fall am Gigathlon starten wollten, hat sich das Team auch noch auf dem regulären Weg um einen Startplatz beworben.

Das Siegerteam musste sich beim Wettbewerb nur gegen zwei andere Bewerber durchsetzen. Wieso haben sich nicht mehr Bewerber um einen Gratis-Startplatz für den beliebten Gigathlon bemüht? Ka Marti vermutet, dass viele Teams das Risiko, leer auszugehen, nicht eingehen wollten und deshalb auf eine Teilnahme am Wettbewerb verzichtet haben.

Für Bachmann sind seine Kinder nicht nur ein Jö-Garant für die Wettbewerbsteilnahme. Die Zwillinge sind bei den sportlichen Aktivitäten ihrer Eltern oft dabei und geniessen beim Langlaufen, Joggen und Velofahren die vorbeiziehende Natur aus dem geländetaugli-



So wagemutig wird er nicht springen müssen: Ein Mitglied des Gigathlon-Teams, welches den Gratis-Startplatz gewonnen hat. ZVG

chen Kinderwagen. «Sie machen das ganz gut mit, wir müssen einfach mehr Pausen einlegen als früher, als wir noch ohne Kinder unterwegs waren», sagt der Vater von zwei zehn Monate alten Buben.

### Team ohne Namen

Auf einen Namen konnten sich die Teammitglieder bis jetzt noch nicht einigen. Die Uneinigkeit beschränkt sich jedoch auf die Namensfindung. Ansonsten sind die Sportler nämlich ein eingespieltes Team, das schon länger



Kind und Kegel und Teamchef (vorne). ZVG

befreundet ist und auch gemeinsam Sport treibt.

Neben dem Gratisstartplatz als Preis für den Wettbewerb hatte die Stadt Aarau noch fünf weitere Team-Startplätze zur Verfügung, die sie unter ihren Angestellten verteilt. Diese sind allerdings nicht kostenlos. Unter den Teams der Stadtangestellten befindet sich auch das «Team Adlers». Ka Marti ist überzeugt, dass das Team mit dem ehemaligen Radprofi Urs Zimmermann in den vordersten Rängen mitmischen wird.

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Landanzeiger 07.07.2015

## Die Gigathleten ziehen in Aarau ein



**Stadtrat Hanspeter Hilfiker leitet die Organisation am Zentralort Aarau**

**Vom 10. bis 12. Juli 2015 findet der Gigathlon Switzerland im Kanton Aargau statt, die Athletinnen und Athleten werden in Aarau domiziliert sein. Nicht nur eine sportliche Herausforderung. Hanspeter Hilfiker, Stadtrat und OK-Präsident Aarau, nimmt Stellung**

**Hanspeter Hilfiker, was erwartet Aarau am Wochenende vom 10. bis 12. Juli?** Wir erwarten einen friedlichen, sportlichen Grossanlass mit rund 5000 Athleten aus der ganzen Schweiz, die den speziellen Gigathlon-Spirit mitbringen. Das heisst, ihnen sind das Team- und Landschaftserlebnis ebenso wichtig wie die sportliche Leistung. Der Schachen verwandelt sich in eine Zeltstadt mit rund 2000 Zelten und an der Riviera (Viehmarkt) wird noch mehr gegessen als sonst.



### Warum findet der Gigathlon ausgezeichnet in Aarau statt?

Dieses Jahr feiert der Kanton Aargau das Gedenkjahr zur Unabhängigkeit von der Habsburgerherrschaft. Der Gigathlon ist der sportliche Teil dieses Gedenkjahres. Tausende von Sportlern werden auf ihrem Weg von Aarau aus, durch verschiedene Bezirke des Kantons Aargau, die wichtigsten Schlössern und Burgen aus dieser Zeit sehen und verbinden damit Sport, Geschichte und Kultur. Zudem haben wir Erfahrung in der Durchführung von Grossanlässen. Im Schachen haben wir den nötigen Platz und der Bahnhof ist zu Fuss gut erreichbar – also der ideale Zentralort.

### Wie hat sich das OK in Aarau auf diese Grossveranstaltung vorbereitet?

Das OK arbeitet seit letztem Herbst intensiv mit dem Veranstalter, der Agentur «invents.ch» zusammen. Der Projektleiter Corsin Caluori lebt selbst in Rombach,

kennt die Gegend daher bestens und bringt langjährige Erfahrung in der Gigathlonorganisation mit. Verwaltungsseitig sind mehrere Stellen in die Organisation involviert u. a. die Stadtpolizei, der Werkhof, die Ortsbürgergemeinde, die Liegenschaftsverwaltung und die Fachstelle Sport sowie «Aarau eusi gsund Stadt».

### Nebst dem OK braucht es aber auch Helfer vor Ort?

Die Helfer wurden durch «Aarau eusi gsund Stadt» akquiriert und über swissvolunteer.ch erfasst. Es sind vor allem Aarauer Vereine und viele Aktive von Nez Rouge dabei.

### Das Programm.

**Prolog, Freitag, 10. Juli 2015**  
 18.00 – 18.30 Uhr – Opening Gigathlon Switzerland 2015, Schachenhalle  
 18.30 – 19.30 Uhr – Start Bike, Schachen  
 18.50 – 20.10 Uhr – Wechsel Bike – Laufen, Schachen  
 19.00 – 20.30 Uhr – Zielankunft, Schachen

**Samstag, 11. Juli 2015**  
 06.00 – 08.00 Uhr – Starts in drei Wellen (Bike oder Velo), Schachen  
 07.50 Uhr – erwartete Ankunft erster Bikefahrer Rüchlig  
 14.15 Uhr – erwartete Zielankunft der ersten Velofahrer, Schachen

**Sonntag, 12. Juli 2015**  
 05.00 Uhr – Jagdstart Velo, Schachen  
 06.00 Uhr – Massenstart Velo, Schachen  
 07.00 Uhr – Massenstart Velo, Schachen  
 09.20 Uhr – erwartete Ankunft erster Velofahrer, IBAarsu-Insel beim Kraftwerk  
 10.00 Uhr – erwartete Ankunft erster Inline-Schachen  
 14.15 Uhr – erwartete Zielankunft erster Velofahrer, Schachen  
 13.15 Uhr – erwartete Zielankunft erster Läufer, Schachen  
 18.30 Uhr – Siegerehrung, Schachen

Die Festwirtschaft und der Partnerpark vor Schachenhalle laden zum Essen und Trinken und bieten viele sportliche Highlights.

Landanzeiger 09.07.2015

## Aarau Gigathlon - Multisport Grossevent in Aarau

Freitag, 10. Juli bis Sonntag, 12. Juli; Schachen Aarau

5000 Athleten aus der ganzen Schweiz werden zu diesem sportlichen Grossanlass in Aarau erwartet. Der Aarauer Schachen wird sich in eine riesige Zeltstadt verwandeln.

An Start des Gigathlons sind Einzelkämpfer, Paare und Fünftteams, welche laufend, schwimmend, mit Inline-Skates, auf dem Rennvelo und auf dem Mountainbike von Aarau aus die Strecken durch den historischen Aargau zurücklegen. Zum Auftakt starten die Single-Athleten, die Heros des Gigathlons, am Freitagabend um 18.30 Uhr zu einem Prolog. Die Laufstrecke führt mitten durch die Altstadt und quer durchs Stadtmuseum. Spannend wird es auch am Samstag und Sonntag bei den Wechselzonen im Schachen sowie unterhalb des Kraftwerks Rüchlig, von wo aus die Sportlerinnen und Sportler die Schwimmstrecke in der Aare in Angriff nehmen. Alle Starts und Zielaufzüge finden im Schachen statt.

Das lokale OK um Stadtrat Hanspeter Hilfiker hat mit Stadtpolizei, Werkhof, Ortsbürgergemeinde, Liegenschaftsverwaltung, Fachstelle Sport und vielen freiwilligen Tausender Personen und Vereinen grosszügige Organisationsarbeit für diesen Grossanlass geleistet.

Der Gigathlon ist im Bereich Nachhaltigkeit eine innovative Sportveranstaltung. Die Transporte der Gigathleten und deren Betreuer erfolgen ausschliesslich mit öffentlichen Verkehrsmitteln, im Verpflegungswege wird Kompostierbares Geschirr eingesetzt und die attraktiven Bike- und Laufstrecken können nach dem Anlass von der Bevölkerung genutzt werden.



Wegen moderner, römischer Heiliger – die Zeltstadt der Athleten im Aarauer Schachen

## Der Herisauer Michael Stern nimmt am Gigathlon teil

Am dreitägigen Gigathlon peilt **Michael Stern** einen Schlussrang im ersten Viertel an. Auf Teamkollegen kann er sich nicht abstützen, er startet als Single.

### Bruno Eisenhut

**Michael Stern, wie oft haben Sie schon am Gigathlon teilgenommen?**

**Michael Stern:** Seit Beginn dieser Veranstaltung bin ich jedesmal angetreten. Ich stehe vor der sechsten Teilnahme. Dieses wird meine zweite Single-Teilnahme. Zuvor bin ich in den Kategorien «Team of Five» und «Couple» (Anm. Redaktion: Zweierteam) an den Start gegangen.

**Welches ist die spannendste Kategorie?**

**Sturm:** Aus sportlicher Sicht sicherlich ist die Kategorie «Single» die grösste Herausforderung. Aber auch die beiden anderen haben ihren Reiz. Bei der Kategorie «Couple» fieberte ich fest mit meinem Kollegen mit und in der Kategorie «Team of Five» war das Erlebnis in der Gruppe toll.

**Sie treten als Einzelkämpfer an. Wie haben Sie sich vorbereitet?**

**Sturm:** Hauptsächlich habe ich die Disziplinen Rennvelo, Laufen und Schwimmen trainiert. Insbesondere Inline-Skating habe ich erst spät zu trainieren begonnen. Da der Gigathlon diesmal nur über drei Tage dauert, habe ich mit einer höheren Intensität trainiert als vor zwei Jahren, als sich der Anlass über sechs Tage zog.

**Wie lautet Ihre persönliche Zielsetzung?**

**Sturm:** In der Kategorie «Single» gehen rund 200 Athleten an den



**Michael Stern**  
Sechsfacher Teilnehmer am Gigathlon.

**Start:** Ich strebe eine Klassierung im ersten Viertel an. Somit könnte ich meine Klassierung aus der letzten Teilnahme noch verbessern. Damals erreichte ich den 57. Schlussrang.

**Gab es bisher auch enttäuschende Teilnahmen?**

**Sturm:** Einmal musste ich frühzeitig aufgeben.

**Mit welcher Strategie verfolgen Sie Ihr diesjähriges Ziel?**

**Sturm:** Da der diesjährige Gigathlon mit drei Tagen vergleichsweise kurz ist, heisst es von Anfang an anzugreifen. Ein taktisches Abwarten zu Beginn mit späterem Aufholen wird nicht möglich sein.

**Wie gross ist Ihr Staff der Sie am Gigathlon im Kanton Aargau begleitet?**

**Sturm:** Meine Frau und mein Sohn begleiten mich als Helfer. Sie sorgen rundum für mein Wohl. Während des Rennens logieren wir in einem Camper.

### Gigathlon-Programm

Freitag, 10. Juli 2015 - Prolog	
18.00 – 18.30 Uhr	Opening Gigathlon Switzerland 2015, Schachenhalle
18.30 – 19.30 Uhr	Start Bike, Schachen
18.50 – 20.10 Uhr	Wechsel Bike – Laufen, Schachen
19.00 – 20.30 Uhr	Zielankunft, Schachen

Samstag, 11. Juli 2015	
6.00 – 8.00 Uhr	Starts in drei Wellen (Bike oder Velo), Schachen
7.50 Uhr	erwartete Ankunft erster Bikefahrer, Rüchlig
14.15 Uhr	erwartete Zielankunft der ersten Velofahrer, Schachen

Sonntag, 12. Juli 2015	
5.00 Uhr	Jagdstart Velo, Schachen
6.00 Uhr	Massenstart Velo, Schachen
7.00 Uhr	Massenstart Velo, Schachen
9.20 Uhr	erwartete Ankunft erster Velofahrer, IBAarsu-Insel beim Kraftwerk
10.00 Uhr	erwartete Ankunft erster Inline-Schachen
14.15 Uhr	erwartete Zielankunft der ersten Velofahrer, Schachen
13.15 Uhr	erwartete Zielankunft erster Läufer, Schachen
18.30 Uhr	Siegerehrung, Schachen

**Gigathlon**  
SWITZERLAND

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Zürcher Oberländer 10.07.2015

## Ein Küken mit viel Erfahrung

**GIGATHLON** Tausende von Multisportlern bestreiten am Wochenende im Kanton Aargau den Gigathlon in Teams. Wer will, kann das Penumsum aber auch allein bewältigen. Die Hinwilerin Samira Holdener ist die jüngste Single-Athletin.

Vielleicht hat sich der eine oder andere Einheimische in den letzten Wochen gewundert. Über die ungewohnt grosse Anzahl von Rennvelofahrern, die in und um Aarau herum unterwegs waren. Über Läufergruppen oder Personen auf Inlineskates, die argwöhnisch mehrfach ein und dieselbe Kurve fuhren. Manch einer mag sich deswegen gefragt haben: Sind die Aargauer plötzlich dem Fitnesswahn verfallen?

Mitnichten. Die Sportler sind letztlich nur Vorboten des Gigathlons (siehe Box), der im Kanton Aargau stattfindet. Viele Teilnehmer nutzten in den letzten Wochen die Chance, einzelne Trainingseinheiten auf Originalstrecken zu absolvieren. Oder sie nahmen als Vorbereitung an den beliebten offiziellen Trainingscamps teil. Auch die Hinwilerin Samira Holdener weiss nach ihren Erkundungsausflügen nun, was am Gigathlon auf sie zukommt. Mit Ausnahme der Schwimmstrecken hat sie alles genau besichtigt – inklusive der Wechselzonen. «Zur Sicherheit», wie die Oberländerin sagt. Sie hat festgestellt: «Es hat auf der zweien

ten Inline-Strecke happy Abfahrten drin.» Zudem fiel ihr auf, «dass man im ganzen Kanton unterwegs ist, viele Burgen sieht und so von der Entstehungsge schichte viel mitbekommt».

### Keine Augen für die Gegend

Der Multisportanlass läuft denn auch unter dem Motto «Discover History» (Entdecke die Geschichte). Sind heute Freitag erst die Single-Athleten bei ihrem Prolog im Einsatz, greifen morgen Samstag auch die Zweierteams (Couple) sowie die Fünfermannschaften (Team of Five) ein. Tausende von Athleten werden sich dann an den zwei Tagen in fünf verschiedenen Disziplinen (Radfahren, Mountainbike, Schwimmen, Inlineskating und Laufen) durch alle Aargauer Bezirke bewegen.

Das angedachte spektakuläre Schwimmen im Burggraben des Schlosses Hallwyl entfällt zwar (zu eng, zu glitschig, zu seicht) – für die Umgebung dürften viele aber sowieso kein Auge mehr haben, da sie an ihre Leistungsgrenzen geraten. Vor allem die Single-Athleten haben ein hapiges Stück Arbeit vor sich. Etwa mehr als 400 Kilometer mit 7100 Höhenmetern stehen auf ihrer To-do-Liste. 197 Multisportler nehmen bei den Single-Männern den Wettkampf in Angriff, darunter auch Titelverteidiger Roger Fischlin. Das Feld bei den Frauen (35 Athletinnen) ist zwar deutlich kleiner, gegenüber den nächstälteren Frauen sind schon 26. Und auch Silvan Bruhin



«Ich hoffe darauf, am Sonntag ins Ziel zu kommen.»

Gigathletin Samira Holdener

immerhin doppelt so gross. Ein Grund dafür: Der Gigathlon 2013 war eine sechstägige Veranstaltung, damit doppelt so lange und erheblich schwieriger.

### Der Platz an der Sonne

Die damalige Siegerin, die aus Fehrltorf stammende Nina Brenn, steht wieder am Start. Zwei weitere Frauen aus dem Oberland nehmen die Herausforderung als Single-Athletinnen ebenfalls an: Dorothee Hoffmann aus dem Grüt sowie Samira Holdener. Die Hinwilerin ist erst 22 Jahre alt und somit das Küken im Feld der Single-Athleten. Die beiden nächstälteren Frauen sind schon 26. Und auch Silvan Bruhin

(23), der Benjamin unter den Männern, kann Holdener in dieser Spezialkategorie den Platz an der Sonne nicht abjagen.

Holdener mag die jüngste Single-Athletin sein, die sich der Herausforderung stellt. Sie dürfte aber über mehr Gigathlon-Erfahrung verfügen als manch andere Sportlerin. Fünfmal war sie in einem Team schon dabei, immer als Schwimmerin. Weil sie den Anlass jeweils «cool» fand, sagte sie sich: «Ich probiere es einmal allein.» Ihre Erwartungen sind bescheiden. «Ich hoffe darauf, am Sonntag ins Ziel zu kommen.»

### Nachhilfe im Inlineskating

Zwischen 10 und 15 Stunden pro Woche hat sie zuletzt für die Gigathlon-Vorbereitung eingesetzt. Es ist ein Trainingsumfang, der ihr keineswegs fremd ist. Bis zum Beginn ihrer Lehre stand Holdener im nationalen Triathlon-Nachwuchskader. «Dann aber wurde es schwierig, auf dem hohen Niveau weiterzutrainieren.»

Jede Austragung findet in einer anderen Region der Schweiz statt und ist unterschiedlich lang. Nach den zwei Eintagsveranstaltungen in der Anfangszeit dauerten die darauf folgenden Anlässe jeweils zwischen zwei und sieben Tagen. Definiert ist beim Gigathlon einzig, dass die Teilnehmer täglich in den fünf Disziplinen Radfahren, Mountainbike, Schwimmen, Inlineskating und Laufen unterwegs sind. Zudem haben sich die Kategorien (Single/Couple/Team of Five) bewährt.

Bislang war der Multisportanlass eine reine Schweizer Angelegenheit. Nun aber ist der Veranstalter auf Expansionskurs. 2016 wird Anfang September erstmals in Tschechien ein Gigathlon stattfinden. *zo*

Oliver Meile

### VIelfalt als Trumpf

## Gigathlon ist eine Erfolgsgeschichte

Unter dem Motto «Discover History» (Entdecke die Geschichte) findet am Wochenende im Kanton Aargau der 13. Gigathlon statt. Seit der ersten Austragung 1998 im Bergell hat sich die Veranstaltung stetig entwickelt. Mittlerweile ist sie zum grössten Multisportanlass der Schweiz herangewachsen. Rund 6000 Sportler nehmen jeweils daran teil – vom Breitensportler bis zu den Topathleten der Ausdauerszene.

Jede Austragung findet in einer anderen Region der Schweiz statt und ist unterschiedlich lang. Nach den zwei Eintagsveranstaltungen in der Anfangszeit dauerten die darauf folgenden Anlässe jeweils zwischen zwei und sieben Tagen. Definiert ist beim Gigathlon einzig, dass die Teilnehmer täglich in den fünf Disziplinen Radfahren, Mountainbike, Schwimmen, Inlineskating und Laufen unterwegs sind. Zudem haben sich die Kategorien (Single/Couple/Team of Five) bewährt.

Nun aber und nach einer zwischenzeitlichen Pause ist Samira Holdener zurück auf der Wettkampfbühne. Schwimmen, Radfahren, Biken und Laufen? Alles kein Problem. «Aber Inlineskating ist nicht meine Lieblingsdisziplin», sagt sie lachend. Mithilfe eines Inline-Coachs hat sie an Ihren Fahrkünsten gefeilt. Und dank der Besichtigung weiss sie ja auch, an welchen Stellen etwas mehr Vorsicht angebracht ist.

Oliver Meile

Zofinger Tagblatt 10.07.2015

## Auf sportlicher Entdeckungstour

**Extremsport** Der Spass steht bei den regionalen Gigathlon-Startern im Vordergrund

VON PASCAL KAMBER

Im Frühling 1415 entrissen Eidgenossen in einem handstreichenartigen Feldzug den mächtigen Habsburgern ihr Stammland und legten so den Grundstein zur Bildung des Kantons Aargau. 600 Jahre später wiederholte sich die Geschichte, zumindest ansatzweise. Ab heute Abend streift erneut eine Vielzahl an Eidgenossinnen und Eidgenossen durch die Region rund um Aarau. Ihre Mission ist allerdings von friedlicher Natur, im Rahmen des Gigathlons 2015 kämpfen sie sich schwimmend, laufend, mit den Inlineskates, auf dem Fahrrad oder dem Mountainbike durch sämtliche elf Aargauer Bezirke. «Wir haben uns keinen speziellen Rang zum Ziel gesetzt», sagt Daniel Sidler. Der 29-jährige Zofinger

«Ich kann nicht gut still sitzen und bewege mich nach Lust und Laune, das kommt mir sicher entgegen.»

Deborah Gerber Single-Starterin aus Schöftland

nimmt die Herausforderung als Läuferin in der Kategorie «Team of 5» mit Schwimmerin Martina Frei – sie wohnt ebenfalls in Zofingen – sowie Mountainbiker Simon Meyer, Radfahrer Daniel Knüsel und Inlineskaterin Melanie Haldimann an. «Wir besitzen alle einen gewissen Ehrgeiz, aber in erster Linie wollen wir zusammen viel Spass haben», sagt Daniel Sidler. Als «Team Chrampfadere» startet das Quintett bereits zum dritten Mal in dieser Formation in das Gigathlon-Abenteuer.

«Wir werden von der Abteilung Angiologie des Kantonsspitals Aarau gesponsert», liefert Sidler die Begründung für den Teamnamen. «Der kommt gut an, besonders beim Speaker», ergänzt Sidler und lacht. Wer nun denkt, dass es sich um Medizinstudenten handelt, liegt falsch. Ausser Melanie Haldimann, die die Gruppe 2012 via Gigathlon-Plattform rekrutierte, studierten alle Mitglieder gemeinsam in Bern Geschichte und bringen damit die ideale Voraussetzung für das Gigathlon-Wochenende mit. Dieses steht unter dem Motto «Discover History», was übersetzt soviel wie «entdecke Geschichte»



Simon Meyer, Martina Frei, Daniel Sidler, Daniel Knüsel und Melanie Haldimann (von links) bestreitten schon vor zwei Jahren den Gigathlon als «Team Chrampfadere».

406

Kilometer lang ist die Gigathlon-Strecke 2015. Die Rad-Etappe am Sonntag führt über Källiken, Uerkheim, Bottenwil, Wiliberg, Reitnau, Moosleerau und Kirchleerau nach Reitnach.

bedeutet und von den Organisatoren in Anlehnung an jenes Ereignis im Frühling 1415 gewählt wurde.

Auch Deborah Gerber hat ihre Gigathlon-Karriere mit einem Einsatz im «Team of 5» lanciert. Als eine von nur 35 Frauen bestreitet die 26-Jährige aus Schöftland heuer den Gigathlon aber alleine. «Ich hoffe auf ein schönes Erlebnis und will sehen, ob ich es bis ins Ziel schaffe», sagt Gerber, die auf ihre sportlichen Fähigkeiten vertraut. «Ich kann nicht gut still sitzen und bewege mich nach Lust und Laune, das kommt mir sicher entgegen», meint sie. Grössere Sorgen bereiten ihr die Hitze und jene Etappen auf dem Mountainbike und Velo. «Ich bin definitiv im Schwimmen und Laufen zuhause», sagt Deborah Gerber, «aber der Rest wird auch klappen.»

Nicole Freys Teilnahme am Gigathlon steht derweil noch in den Sternen. Nachdem die 43-jährige Aarburgerin im Training mit den Inlineskates auf die Schulter geknallt ist, beklagt sie eine starke Prelung. Mit Physiotherapie und viel Kühlung versuchte die Präsidentin des Triathlon-Clubs Zofingen, die Heilung zu unterstützen. «Die Bänder sind noch intakt und es sieht schon viel besser aus», sagt Frey, die an beiden Tagen mit den Laufschuhen und den Inlines sowie am Samstag mit dem Rad unterwegs sein würde. Den Entscheid, mit ihrem Partner René Bolliger in der Kategorie «Couple» als «Snoopy & his girl» zu starten, will sie dennoch erst heute fällen. «Natürlich wäre eine Absage enttäuschend», sagt Nicole Frey, «aber ich habe keine Lust, mit Schmerzmitteln zu starten.»

# VORSCHAU/ ANKÜNDIGUNGEN

Berner Zeitung 09.07.2015

## Sie sind doch nicht zu alt

**GIGATHLON** Morgen beginnt in Aarau der dreitägige Multisportanlass. Dabei steht eine besondere Berner Equipe am Start – sie vereint mit Christian und Anita Belz-Brägger sowie Florence Meyer-Dinichert gleich drei Olympioniken.

Am Ursprung stand ein Bauchentscheid: Während des Gigathlons 2013 durchquerten die Athleten Ittigen; Christian Belz und Anita Belz-Brägger standen mit ihren Kindern am Straßenrand, um sich das Spektakel anzusehen. Und dann sagte sie zu ihm: «Jetzt bin ich bereit, wir könnten doch als Couple am Gigathlon starten.» Er aber – ganz der Kopfmensch – wollte davon nichts wissen: «Dafür sind wir zu alt.»

Nun, knapp zwei Jahre später, werden die beiden doch am Gigathlon teilnehmen – jedoch nicht zu weit, sondern in einem Fünferteam. Und diese Equipe kann einen respektablen Leistungsausweis vorweisen: Belz ist zweifacher Olympiateilnehmer und Schweizer Rekordhalter über 10 000 m sowie 3000 m Steeple, seine Frau – eine ehemalige Mittelstreckenläuferin – trat an den Olympischen Spielen 2004 an und stand zweimal in einem WM-Halbfinal. Zu ihnen gesellen sich die ehemalige Moderate Fünfkämpferin Florence Meyer-Dinichert (Olympiazwölfe 2000), ihr Mann Serge Meyer (zweifacher Ironman-Altersklassenweltmeister) sowie der ambitionierte Ausdauersportler Matthias Kienholz.

### Teamgründung in der Toskana

Vor einem Jahr – das Ehepaar Belz-Brägger verbrachte seine Ferien auf dem Weingut der befreundeten Familie Meyer-Dinichert in der Toskana – nahm die Idee Konturen an. Es entstand das Team Colle Castagno.ch; der Name lehnt sich an das erwähnte Weingut an.

Natürlich liegt die Aktivzeit der drei Olympioniken bereits ein paar Jahre zurück. «Der eine oder andere von uns ist ein bisschen eingerostet», erzählt Belz. Der frühere Langstreckenspezialist hält sich zwar immer noch

zweimal pro Woche mit Sport fit, «früher waren es aber zweimal pro Tag». Es gehe ihm um die Freude an der Bewegung, Zeiten stunden nicht mehr im Zen- trum.

Derweil ergänzt seine Frau, die Prioritäten hätten sich mit drei Kindern verschoben, sie arbeite zwischendurch lieber im Garten, als Sport zu treiben. Wettkampf-mässig aktiv war zuletzt einzig Meyer-Dinichert, 2014 gewann sie an der Senioren-WM die Goldmedaille. Es war ihre Derniere im Modernen Fünfkampf. Dem Sport ist sie aber verbunden geblieben, heute organisiert die Bernerin Fechtanlässe für Unter- nehmen.

### Vor der Arbeit das Vergnügen

Rasch einig war man sich über die Verteilung der Disziplinen: Christian Belz läuft, Anita Belz-Brägger rollt mit den Inlineska-

**«Der eine oder andere von uns ist ein bisschen eingerostet.»**

Christian Belz



Ein Team mit viel Erfahrung: Mathias Kienholz, Florence Meyer-Dinichert, Christian Belz, Anita Belz-Brägger und Serge Meyer (von links).

tes, derweil Serge Meyer Rad fährt, seine Frau schwimmt und Mathias Kienholz den Part auf dem Mountainbike übernimmt. Die Gigathlon-Vorbereitung lief wegen der unterschiedlichen Wohnorte individuell – und im Fall von Belz-Brägger nicht problemlos, weil ihr der Ischiasnerv Probleme bereitete. Trotzdem erkundete sie im Gegensatz zu ihren Teamkollegen ein paar Streckenabschnitte vor Ort. Denn einige Abfahrten seien nicht ohne Risiko, sagt sie.

Bleibt noch die Frage nach der Zielsetzung: «Es ist schwierig, da wir das Niveau unserer Gegner nicht kennen», hält Belz fest. Der Spass stehe im Vordergrund, betonen alle Mitglieder. Dies glaubt sofort, wer ihr Vorprogramm auf den Multisportanlass betrachtet. Heute Abend feiern sie den Geburtstag von Serge Meyer in einem Hotel. «Und das sicher nicht mit einem Teller Pasta, und wir werden auch nicht um 21 Uhr schlafen gehen», sagt Meyer-Dinichert und lacht. Diese Zeiten sind definitiv vorbei. Marco Oppiger

Bieler Tagblatt 08.07.2015

## «Mir ist egal, wie die Strecke verläuft oder wie viele Höhenmeter sie hat»

**Gigathlon** Walter Hänni nimmt am Freitag beim Gigathlon Switzerland in Aarau teil. Der Lysser startet in der Kategorie Single – alles andere wäre für den 53-Jährigen zu wenig herausfordernd.

wäre es momentan noch eine zu geringe Herausforderung für mich. Ich bin fit genug», sagt der Lysser wenige Tage vor dem Start selbstbewusst.

### Velofahren hat Vorrang

Hänni hat dieses Jahr bislang keinen einzigen Wettkampf bestritten. «Ich habe mich spezifisch nur auf den Gigathlon Switzerland vorbereitet.» Seit Januar trainiert der zweifache Vater nun fünf Tage die Woche. «Jeden Tag kann ich nicht trainieren, das lassen mein Beruf und mein Privatleben nicht zu.» Hänni ist Velomechaniker und arbeitet bei Jumpin' Ghost in Biel. Der ehemalige Rennvelo-Fahrer fühlt sich entsprechend auf dem Fahrrad am wohlsten. «Von den elf Stunden, die ich an einem Tag am Gigathlon unterwegs sein werde, verbringe ich fünf auf dem Velo. Dort muss ich stark sein», sagt Hänni. Dafür investiert er nur sehr wenig Zeit ins Schwimmen. «Man muss Prioritäten setzen. Schwimmen ist für mich eine Pflichtübung.»

Unter den 236 Single-Starter ist auch Walter Hänni. Für den 53-Jährigen ist es bereits der siebte Gigathlon in seiner Karriere. Immer wieder wird er gefragt, ob er nicht lieber als Couple an den Start gehen möchte. «Zu zweit oder im Team

zum Duathlon. Dieser war ihm aber zu einfach. Deshalb absolvierte er mehrmals einen Ironman, bis ihm auch der Triathlon keine Freude mehr bereitet hat. «Zum Glück kam der Gigathlon. Das ist die grösste Herausforderung, die es für einen Sportler gibt.» Hänni hat sich

die Strecke im Vorfeld nicht angesehen. «Ich bin eher ein Abenteuer-Typ. Mir ist egal, wie die Strecke verläuft oder wie viele Höhenmeter sie hat», sagt der Ausdauersportler.

Der Gigathlon sei vor allem eine Kopfsache. «Im Schnitt habe ich in den zwei



Liebt die Herausforderung: Walter Hänni fühlt sich trotz seiner 53 Jahren bereit für die grösste Challenge, die es für einen Athleten gibt. Anita Vozza

Tagen vier bis fünf Krisen zu bewältigen. Wenn du nicht bei der Sache bist, hast du keine Chance», sagt er. Ein Triathlet könnte sich haargenauf auf die Strecke einstellen, da diese immer gleich lang seien. «Beim Gigathlon variieren die Strecken und auch die Disziplinen-Reihenfolge ist immer anders.» Nicht nur eine Herausforderung, sondern eine echte Abwechslung.

### Zwei Begleiter

Begleitet wird Walter Hänni von einem langjährigen Kollegen und seiner Freundin. Er ist auf die beiden Supporter vor allen in den Wechselzonen angewiesen. Als Betreuer haben sie die Aufgabe, Hänni gesund ins Ziel zu bringen. «Während des Gigathlons fühlt man sich wie ein Profi, da alles für den Gigathleten gemacht wird», sagt der Sportler, der gerne reist und auch Bierbrauen als Hobby angibt.

Nach dem Gigathlon wird sich Hänni zwei Tage freinehmen und sich von den Strapazen erholen. «Nach den zwei intensiven Tagen werde ich körperlich völlig ausgelagert sein. Da habe ich eine Massage von meiner Freundin verdient.» Anthony Schwab

Basler Zeitung 11.07.2015

## «Mit Schwimmen kann ich nichts anfangen»

Der Ettinger Friedrich Dähler vom Goldwurst-Power-Team nimmt als einer von 5000 Athleten am Gigathlon teil

Von Seraina Degen

**Aarau.** Zwei Tage, 406 Kilometer, 7100 Höhenmeter: Das sind die Zahlen zum Gigathlon, der an diesem Wochenende im Kanton Aargau stattfindet. Rund 5000 Gigathleten nehmen daran teil;

etwa 200 davon absolvieren die gesamte Strecke als Einzelsportler (Singles), die Anderen sind als Couples (Mann/Frau) oder als Fünferteam unterwegs. Einer von ihnen ist der 34-jährige Friedrich Dähler aus Ettingen, der zusammen mit Cherelle Oestringer (Schwimmen), Sabrina Rossow (Inline), Philipp Gerber (Mountainbike) und Matthias Bieri (Laufen) mit dem Team Goldwurst-Power-Vitaliscenter bei den Teams zu den Favoriten auf den Sieg zählt. Der ehemalige Mountainbike-Profi und heutige Berufsschullehrer wird am Multisport-Grossenlass mit dem Rennvelo unterwegs sein.

**BaZ:** Friedrich Dähler, was packen Sie für zwei Tage Gigathlon in Ihre Sporttasche?



**Friedrich Dähler:** In die Sporttasche kommen all die kleinen Dinge wie Brille, Schuhe, Helm und die Kleider. Dazu gesellt sich das gesamte Material für das

Velo. Beim Gigathlon ist es zudem speziell, dass wir im Zelt übernachten und nicht in einem Hotel. Also packe ich auch ein Mätteli und den Schlafsack ein.

**Was macht für Sie den Gigathlon so speziell?**

Das Schöne an dieser Veranstaltung ist, dass Tausende Sportler unterschiedlichen Niveaus daran teilnehmen. Vom Profi bis zum reinen Amateure ist alles dabei. Es ist eine gute Mischung, und das macht für mich die spezielle Ambiance aus.

**Der Gigathlon gilt als Breitensport-Anlass. Ihr Team besteht allerdings aus Profis oder Halbprofis.**

Das stimmt, wir haben im Gegensatz zur grossen Masse ein anderes Niveau. Cherelle Oestringer ist zum Beispiel mehrfache Schweizer Meisterin im Schwimmen, Philipp Gerber gehört dem Nationalkader im Mountainbike an. Wir gehen zusammen an den Start, weil wir uns alle privat kennen und Kollegen sind.

**Dann dürfte Ihre Equipe auch zu den Favoriten zählen.**

Das Ziel ist ein Podestplatz. Wir haben allerdings keine Startlisten angeschaut und wissen nicht, wie stark die Konkurrenz sein wird. Wir lassen uns überraschen. In zwei Tagen kann viel passieren. Man

kann einen Defekt haben oder stürzen. Für uns ist der Gigathlon zwar ein Wettkampf, aber einer, der Spass macht. Bei den Single-Athleten sieht dies wohl ein bisschen anders aus.

**«In zwei Tagen kann vieles passieren. Man kann einen Defekt haben oder stürzen.»**

**Hat das Team auch mal zusammen trainiert oder haben sich alle allein darauf vorbereitet?**

Mehrheitlich haben wir uns alle einzeln darauf vorbereitet. Mit den verschiedenen Disziplinen, vor allem dem Schwimmen, wäre ein gemeinsames Training schwierig gewesen. Philipp Gerber und ich haben manchmal gemeinsam auf dem Rennvelo trainiert.

**Sie werden mit dem Rennvelo am Samstag 96 und am Sonntag 113 Kilometer quer durch den Kanton Aargau fahren. Wie schwierig ist die Strecke?**

Ich glaube, viele Leute unterschätzen den Aargau. Der ist nicht nur flach. Die Rennvelostrecke ist schön, hat aber ihre Tücken. Es geht immer rauf und runter. Nie lange

zwar, aber das geht trotzdem in die Beine.

**Zeit, um die vielen Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke zu geniessen, bleibt da wohl keine.**

Nein, während dem Rennen ist man mit anderem beschäftigt. Aber ich war im Mai und Juni Leiter eines Gigathlon-Trainingcamps und fuhr mit Teilnehmern die Strecke zu Testzwecken ab. Dabei konnte ich die Landschaft ein wenig genießen. Vor allem die Route am ersten Tag von Windisch nach Aarau ist wunderschön.

**Vor drei Wochen haben Sie einen Weltrekordlauf absolviert und in 24 Stunden 20407 Höhenmeter zurückgelegt. Sind Sie bereits wieder fit für den Gigathlon?**

Ich bin selbst überrascht, wie gut ich nach diesen Strapazen regeneriert habe. Nach vier kompletten Ruhetagen begann ich bereits wieder mit leichtem Training und fühlte mich nun bereit für den Gigathlon.

**Sie waren Mountainbike-Profi, sind läufig stark und nehmen nun als Rennvelofahrer am Gigathlon teil. Haben Sie sich nie einen Start als Einzelathlet überlegt?**

(lacht) Nein, denn mit dem Schwimmen kann ich nichts anfangen. Deshalb kann ich mir einen Einzelstart nicht vorstellen und geniesse den Gigathlon lieber als Team-Erlebnis.



# BERICHT-ERSTATTUNG

Schweiz am Sonntag 12.07.2015

## Nicht jeder Schwimmer schwimmt richtig

Rund 1600 Helfer sind am Gigathlon im ganzen Kanton Aargau im Einsatz – ein Erfahrungsbericht einer Helferin auf der Schwimmstrecke

VON CHRISTINE FÜRST

Es ist gewisse Nervosität macht sich breit. Was erwarte mich auf der Gigathlon-Schwimmstrecke als Helferin? Ich bin auf dem Weg zum Kraftwerk in Rapperswil/Auenstein. Hier müssen die Schwimmer ihre neun Kilometer lange Strecke auf der Aare wegen des Kraftwerks unterbrechen, dieses umlaufen und wieder ins Wasser steigen.

**ICH BIN AUF DEM BOOT** mit der Nummer Sieben stationiert. Es ist das letzte Boot vor dem Ausstieg und damit sind wir gleich vor dem Kraftwerk. Mit mir an Bord sind Marco vom Freiangularverein Rapperswil und zwei Rettungstaucher, Karin und Thomas. Unsere wichtigste Aufgabe: Die Schwimmer gut beobachten – sollten sie nicht Richtung Zwischenziel unterwegs sein – in die richtige Bahn lenken.

Es ist kurz nach halb acht, und per Mikrofon bekommen wir Start in Aarau die Information, dass bereits die erste Schwimmerin gestartet ist. Damit hatte man nicht gerechnet. Um Viertel nach acht Uhr taucht sie auch schon beim Zwischenziel in Rapperswil auf.



Vor dem Kraftwerk stiegen die Schwimmer zum ersten Mal aus der Aare. CFU

5,5 Kilometer hat sie nun hinter sich, fälschen Seite. Wir versuchen, ihm mit rufen und peifen anzuzeigen, wo das Ziel wäre. Erst als er beinahe bei unserem Boot angekommen ist, hört er uns. Er ändert die Richtung und schwimmt zum Ausstieg. Jetzt muss er nochmals alle Kraft aufwenden, um gegen die Strömung zum Zwischenziel zu gelangen.

Einige Athleten schwimmen ein bisschen zu nah am Ufer. Marco erklärt mir, dass dies wegen des Schwimmholzes gefährlich sein könnte. Wir behalten zum Ausstieg. Jetzt muss er nochmals alle Kraft aufwenden, um gegen die Strömung zum Zwischenziel zu gelangen.

**DIE EMOTIONEN** machen den Gigathlon aus. Viele sind zwar erschöpft, als sie am Zwischenziel ankommen, aber glück-

### KEINE NEOPRENPFlicht

Wegen der anhaltenden Hitze und der hohen Wassertemperaturen des Hallwilersees – das Gigathlon-OK rechnet mit rund **26 Grad** – wurde die **Neoprentragepflicht** für die Schwimmer heute **Sonntag aufgehoben**. Das OK empfiehlt auf dem Infokanal den erfahrenen und schnellen Schwimmern, ohne Neopren zu schwimmen, **um Überhitzung zu vermeiden**. Den weniger erfahrenen und langsameren Schwimmern wird aus Sicherheitsgründen empfohlen, mit Neopren zu schwimmen. (CFU)

Ich. Sie werden von den Zuschauern angefeuert und haben manchmal auch noch Zeit für ein Foto oder eine kurze Umrundung.

Ich sehe beim Ausstieg einerseits die Erleichterung der Athleten, den ersten Teil auf der Aare geschafft zu haben. Andererseits glaube ich auch, das Adrenalin in der Luft wahrzunehmen. Denn der Gigathlon ist noch nicht zu Ende.

Gigathlon-Liveticker auf: [www.aargauerzeitung.ch](http://www.aargauerzeitung.ch)

Aargauer Zeitung 13.07.2015 FRONTSEITE

**Gigathlon** Der riesige Sportplatz ist vorbei, zurückbleiben mitte, aber zufriedene Gesichter. Und die Erinnerung, Teil gewesen zu sein von etwas ganz grossem: 4452 Athleten und Supporter sowie 1600 Helfer kämpften zwei Tage gegen das Aufgehen. Heute lassen wir das Geschehen nochmals Revue passieren: Wie sich die einen am Ende ganz oben auf dem Treppechen gefreut haben. Die anderen in grösster Anstrengung den Bund fürs Leben schlossen. Oder zufrieden dem Wasser entstiegen, wie bei der Wechselzone beim Schloss Hallwyl. Und mitten drin die Freiwilligen, die sich trotz der Arbeit am Anlass ebenso erfreuten. **ZE SOMMER 15, 12, 16/17** FOTO ANDREAS PFEIFFER



### KOMMENTAR

#### Federer vergibt grosse Chance

**D**ie Enttäuschung sitzt tief. Roger Federer ist in Wimbledon anggetreten, um den Titel zu gewinnen. Einfach nur mitspielen, das reicht ihm trotz seit fast 24 Jahren noch immer nicht. Federer spielte ein gutes Turnier, ein sehr gutes sogar und war trotzdem nicht gut genug. Seit drei Jahren jagt er nun seinem 18. Grand-Slam-Titel hinterher. Vergleichbar. Selbst wenn er auf dem besten Weg ist, am Ende steht ihm ein anderer vor der Sonne. Federer ist der Mann geworden, der kaum noch grosse Turniere gewinnt. Seit seinem letzten Wimbledonsieg im Jahre 2012 stand er in 13 Endspielen



von Michael Wehrle

bei Grand-Slam-Turnieren oder Turnieren der Masters-1000-Serie, der zweit höchsten Kategorie. Nur drei davon hat er gewonnen, zehnmal ging er als Verlierer vom Platz.

Nur noch zweimal schaffte er es fast

Aargauer Zeitung 13.07.2015

## Eine Reise durch die Hölle

**Gigathlon** Noch nie hat Ramon Krebs einen Gigathlon beendet – jetzt ist er der Schnellste

VON SILVAN HARTMANN

406 Streckenkilometer mit 7100 Höhenmetern rund um den Kanton Aargau haben die Gigathleten in zwei Tagen absolviert. Und selbst im Ziel waren die Topathleten der Kategorie Singles, welche die gesamte Strecke alleine absolviert hatten, noch in der Lage, eine Ehrenrunde zu drehen.

Bei den Männern gewinnt Ramon Krebs aus Belp mit einer Gesamtzeit von 18 Stunden, 57 Minuten und 45 Sekunden. «Es war extrem hart. Ich werde noch einige Tage brauchen, um das wirklich zu realisieren. Endlich habe ich es geschafft», zeigte sich Krebs im Zielraum überglücklich. Endlich, meint Krebs, weil er bereits den vierten Gigathlon absolvierte, aber es noch nie bis ins Ziel reichte. «Mit dem ersten Finish gleich zu gewinnen, ist unfassbar.»

**«Umso mehr war der Schluss die Hölle – ich habe unzählige Blasen an den Füßen.»**

Ramon Krebs, Gigathlon-Sieger

Nach der Schwimmstrecke am Sonntag übernahm der Berner die Führung – und gab sie nicht mehr ab. «Aus schlagend war wohl, dass ich einen Super-Samstag erlebte und ich am Abend nicht total erschöpft war.» Erst auf dem allerletzten zehn Kilometern verspürte der Sieger Schmerzen. «Eigentlich sehr spät, aber der Schluss war umso mehr die Hölle – ich habe unzählige Blasen an den Füßen.»

#### Ein Bier darf jetzt nicht fehlen

Für den Sieg musste Krebs viel Zeit in das Training investieren. In den Wintermonaten begann der Sportlehrer die Intensität zu steigern, trainierte nebst regelmässigen Läufen täglich teilweise mehrere Sportarten. Schliesslich folgte ein zweiwöchiges Intensivtraining im Kugadlin mit bis zu vier Trainingseinheiten pro Tag. Als Belohnung werde er sich nun ein Bier gönnen und eine Auszeit nehmen: «Ich freue mich auf die nächste Woche, in der ich es etwas ruhiger angehen kann.»

Für den Erfolg auf die Zähne bissesen mussten auch die beiden Mitfavoriten Michael Achermann aus Staats und Gabriel Lombriser aus Büscherach. Letzterer startete noch als Führer in den finalen Tag. Er blässte vor allem beim Schwimmen gegenüber die Konkurrenten Zeit ein: «Ich hatte plötzlich einen Hustenanfall und konnte nicht mehr richtig atmen. Ich fand im Wasser nie den Rhythmus», sagte Lombriser im



Ramon Krebs beendet zum ersten Mal einen Gigathlon und gewinnt diesen sogleich.

HENRY STEINBOCK

Ziel. Zufrieden sei er aber auch mit einem dritten Platz. «Ich darf stolz sein und freue mich über den Podestplatz.»

#### Zum sechsten Mal ganz oben

Als die Gigathletin schlechthin überzeugte einmal mehr Nina Brenn. Die 36-jährige Bündnerin holt sich mit über zwei Stunden Vorsprung ihren sechsten Gigathlon-Titel. Außerdem muss sie sich nur von vier Männern geschlagen geben. «Es war ein schöner Giga-

thon. Es gab viele flache Strecken mit kurzen, aber steilen Aufstiegen. Ich bin keine Flachländerin, aber ich kam erstaunlich gut zurecht mit den vielen Rhythmuswechseln und diesem hügeligen Zeugs», sagt die Flimserin gesprächig.

Und nun gehts in die Ferien? Sie winkt ab. Morgen stehe ein lockeres Training an. «Aber wir reisen bald nach Norwegen. Dort werde ich am 1. August am Norseman Xtreme Triathlon teil-

# BERICHT- ERSTATTUNG

Aargauer Zeitung 13.07.2015

Gigathlon im Aargau

So schön war es für alle Beteiligten



# Zum Schluss gabs einen Heiratsantrag

4500 Gigathleten und Supporter sowie 1600 Helferinnen und Helfer haben einen grossartigen Gigathlon besritten. Helferin und az-Redaktorin Christine Fürst berichtet, wie sie den gestrigen Tag erlebt und mit den Athleten mitgelebt hat.



## Monumentale Leistung vor monumentaler Kulisse



**Gigathlon** Das «aargauersport.ch»-Team kann die tolle Leistung vom ersten Tag bestätigen und schafft den Sprung aufs Podest

VON FAIBIS BAWANGHE (TEXT UND FOTOS)

**02:00** Wer den Gigathlon meistern will, muss früh aufstehen. Das hat auch Michael Kyburz am eigenen Leib erfahren. Am Sonntagnachmittag um zwei Uhr klingt der Wecker des Radfahrers des *swissgauersport.com*-Teams - ein Teller Kartoffeln zum Frühstück steht auf dem Menüplan, um die Energiespeicher zu füllen. Nach der Mahlzeit legt sich Kyburz noch einmal schlafen, ehe er rund eine Stunde vor dem Start endgültig aus den Federn muss.

Michael Kyburz steht dafür, dass er nicht nur die schwierigen Rennen gewinnt, sondern auch die leichteren. Er ist überzeugt, dass er mit seinem Team die nächsten Jahre eine starke Rolle in der Formel 1 spielen wird.

Kategorien ein, die den ersten Gagtag-Tag als Sieger beendet hatten. Um punkt 5 Uhr begibt sich das Quintett auf die Radrecke in Richtung Schloss Hallwyl. 18 Minuten und 54 Sekunden später greift auch Michael Kyburg ins Reinen ein. Gemeinsam mit dem zweitplatzierten Lukas Winterberg vom Team «max-fit» drückt er aufs Tempo, in der Hoffnung, den Vorsprung auf den Leader «Goldkunstpower» zu verdubern.

**06:20** Die ersten Sonnenstrahlen vermagten die

Schloss, trautet zu schwitzen. Die Schwimmerinnen der besten Kinder-teams stehen bereit und warten auf ihre Teamkolleginnen. Die Stimmung ist entspannt und die Konkurrenzteamchen helfen sich gegenseitig mit Tipps aus, wie die Schwimmdistanz am besten zu meistern ist. Dazu - kurz vor halb sieben - trifft der erste Fahrer ein. Der Wechsel klappt perfekt und das Warten beginnt von Neuem. Und es zieht sich in die Länge. Die Hoffnung, den Rückstand auf das «Goldwurstpower»-Team verringert zu haben, tut sich in Luft aufgelöst. Weitere vier Minuten Rückstand sind dazu gekommen. Während Schwimmerin Silvana Huber die Laufschuhe schnürt und rund einen Kilometer schaut, sind rund einen Kilometer

metier zum Halbwiesenjogg, beginnt erbolt und ihr Renten mit den Worten



A dynamic photograph of a young inline skater in mid-motion on a paved path. The skater is leaning into a turn, wearing a vibrant yellow and red helmet, a matching tank top, and black shorts with red and white accents. They are also wearing knee pads and green inline skates. The background is a lush, green, slightly blurred landscape.



Schwimmerin Silvana Huber steigt als Zweite aus dem Hallenbassin.



Aargauer Zeitung 13.07.2015

Tages-Anzeiger 13.07.2015

## Brenn locker zum 6. Gigathlon-Sieg

Die Zürcherin bewältigte die 417 Kilometer am schnellsten.

Nina Brenn bot ein Bild zum Staunen: Nach zweitägigem Unterwegsseinen, über 20 Wettkampfstunden, 417 Kilometern mit 7100 Höhenmetern in den Disziplinen Schwimmen, Velo, Inline, Bike und Laufen erreichte die 36-Jährige die Ziellinie gerade in Aarau strahlend, leichtfüßig und locker atmend. Wieder einmal schien es so, als hätten ihr die Strapazen nichts anhaben können. Brenn lachte und sagte: «Auch ich bin froh, dass es vorüber ist.» Von Krisen sprechen wollte sie aber nicht. Vielmehr betonte sie: «Es lief einfach, ich kam in einen Flow.»

Die Zürcherin mit Wohnsitz Flims war die grosse Figur des Zweitägige-Gigathlons (plus Kurzprolog am Freitagabend) durch sämtliche Aargauer Bezirke und einen Abstecher nach Solothurn. Über anderthalb Stunden nahm sie der zweitplatzierten Barbara Schwarz (Horgen) ab und gewann damit nach 2007, 2009, 2010, 2011 und 2013 zum sechsten Mal.

### Krebs gewinnt bei den Männern

Sie hatte während des Abenteuers indes ihre Vorstellungen vom Aargau revidieren müssen, «vom Flachlandkanton, wo es nur Wellen, keine Berge hat». Nachher hielt sie fest: «Wir wurden auf dem Velo und Bike von vielen enorm steilen Rampen gefordert.» Dem Leichtgewicht gelang dies, während etliche Männer in ihrer Reichweite absteigen und ihr Zweirad hochstossen mussten.

Ein paar waren dennoch schneller, aber nur acht. Als Sieger liess sich nach 18:57:45 Stunden der Berner Ramon Krebs feiern. Für den 32-Jährigen war es ein ganz besonderer Augenblick. Er hatte zuvor noch nie ein bedeutendes Rennen gewonnen - weder im Multisport, noch mit dem Mountainbike, seiner Spezialdisziplin. Bei seinen drei vorherigen Gigathlonstarts schaffte er es nicht einmal ins Ziel. Während Brenn vom ersten Meter an geführt hatte, stiess Krebs erst nach zwei Disziplinen des zweiten Tages an die Spitze vor. (jgg)

**Aarau. Gigathlon** (2 Tage/417 km/7100 Höhenmeter). **Männer:** 1. Krebs (Belp) 18:57:45. 2. Achermann (Stans) 19:04:42. 3. Lombriser (Büsserach)

Aargauer Zeitung 14.07.2015

## Der gigantische Antrag

**Gigathlon** Alles über den emotionalsten Moment des Wochenendes

VON ETIENNE WUILLEMIN,  
MARCO FREI UND CHRISTINE FÜRST

Eigentlich ist es nur ein Zieleinlauf. Einer von Tausenden an diesem Gigathlon. Ein Mann und eine Frau überqueren die Ziellinie. Erschöpft vor Anstrengung.

Doch es ist viel mehr, es ist das emotionale Highlight dieses Extremsportwochenendes. Als Karl Martin die Ziellinie überquert, geht er auf die Knie und stellt seiner Partnerin Sandra Vögelin die Frage aller Fragen. «Willst du mich heiraten?» Sie will.

Wer sind die beiden Bald-Vermählten? Am Tag darauf besucht die «Nordwestschweiz» das Paar in Frenkendorf. Geduldig posieren sie für Fotos. Und erzählen ihre Geschichte.

Am Anfang stand die Idee eines Freundes. «Gigathlon - das wäre doch etwas für euch!» Also starten Martin (49) und Vögelin (45) zusammen in der Kategorie «Paare». Je länger die Vorbereitungen dauern, desto mehr realisiert er: «Eine bessere Gelegenheit für einen Heiratsantrag gibt es nicht. Wer zusammen einen Gigathlon übersteht, übersteht alles.»

Wahrlich. Die beiden müssen sich immer wieder überwinden, durchzuhalten. «Am Samstag nach 40 von 96

**«Kurz vor dem Ziel liess ich mir noch einmal einen Schwamm geben. Ich konnte meine Sandra nicht so verschwitzt küssen!»**

**Karl Martin** Gigathlet – und bald verheiratet

Kilometern auf dem Rennrad hätte ich beinahe aufgegeben. Ich konnte nichts essen. Immer wieder dachte ich: «Jetzt muss ich Karl anrufen, es geht nicht mehr.» Aber ein anderer Gedanke überwiegt: «Nach dieser wunderbaren gemeinsamen Vorbereitung kann ich ihm das doch nicht antun!» Vögelin beißt sich durch.

Ihr baldiger Ehemann, der schon zweimal am Ironman Hawaii teilnahm, erzählt: «Vor nicht allzu langer Zeit sagte sie mir einmal: Ich werde nie Rennvelo fahren.» Und nun diese sensationelle Leistung! Auch er erlebte einen harten Samstag, musste Magenprobleme überwinden.

Dann erzählt Karl Martin von den letzten Sekunden bis ins Glück. «Etwa 1000 Meter vor dem Ziel liess ich mir von meinem Schwager noch einmal einen Schwamm geben. Ich konnte sie doch nicht so verschwitzt küssen!» Einen Ring hat Martin noch nicht dabei. «Zuerst wollte ich am Bahnhofskiosk noch einen Lollipop-Ring kaufen. Aber dann kam der Zug doch zu schnell.» Und so wird der Ring eben bald in aller Ruhe übergeben.



«Ja, ich will!» Sandra Vögelin und Karl Martin beschreiten nicht nur den Weg am Gigathlon gemeinsam.

KENNETH NARS

Ahnte Sandra Vögelin etwas? «Nicht im Geringsten! Erst dachte ich, sein Kneiffall sei eine spezielle Zeremonie nach dem Wettkampf - ich wollte auch schon auf die Knie, als Karl mir zurief: «Nein, du nicht!» Einige Zuschauer realisieren die Szenerie, spenden begeistert Applaus für das Paar, bei dem Rang 8! eher zur Randnotiz kommt.

Vor gut zehn Monaten lernten sich die beiden kennen. Wie? «Das bleibt unser kleines Geheimnis - alles erzählen wir dann schon nicht», sagt Martin und lacht. Die Hochzeit findet voraussichtlich dann im nächsten Jahr statt. Unter Zeitdruck stehen die beiden nicht. «Es wird wohl auch keine wahninng pompos Kiste», sagt sie. Beide waren schon einmal verheiratet, Vögelin hat eine Tochter aus erster Ehe, Martin einen Sohn.

Vielleicht steht vor dem Heiraten noch das Zusammenziehen bevor. Keine Angst davor? Sandra Vögelin lacht. «Warum auch? Wir haben kürzlich im Camper Ferien auf engstem Raum verbracht. Das war ein deutliches Zeichen, dass wir zwei wunderbar harmonieren.»

# BERICHT-ERSTATUNG

Neue Luzerner Zeitung 14.07.2015

## Spitzenrang ist Balsam gegen Schmerzen

**STANS/AARAU** Verdienter Lohn für eine gewaltige Leistung: Michael Achermann aus Stans holte sich am Gigathlon am Wochenende die Silbermedaille.

PHILIPP UNTERSCHÜTZ  
philipp.unterschutz@nordwalderzeitung.ch

«Ich habe extrem Muskelkater, bin sehr müde, und meine Füsse sind geschwollen. Ich habe so viele Blasen, an geschlossene Schuhe ist nicht zu denken.» So fühlt sich Michael Achermann (26) aus Stans. Einen Tag, nachdem er sich am vergangenen Wochenende die Silbermedaille der Kategorie «Single Men» im Gigathlon im Aargau erkämpft hat. Eine Gewaltleistung: 406 Kilometer und 7100 Höhenmeter hat er in 19 Stunden von Freitagabend bis am Sonntag zurückgelegt. Auf dem Rennvelo, dem Mountainbike und mit Schwimmen, Inlineskaten und Laufen. 4 Kilo hat er verloren, rund 30 Liter Flüssignahrung und Getränke zu sich genommen. «Der Gigathlon selber war sicher nicht gesund für den Körper, dafür aber die Vorbereitung umso mehr», schmunzelt Achermann. Es sei schwierig, zu erklären, warum er sich das antue. Man müsse das selber erlebt haben, wie es sei, wenn man eine solche Leistung geschafft habe. «Es reizt mich halt, an die Grenzen zu gehen und herauszufinden, was der Körper zu leisten vermag. Das hat durchaus Suchtpotenzial.»



Michael Achermann unterwegs mit dem Mountainbike am Gigathlon.  
Alphafoto.com

**Die Erwartungen weit übertroffen**  
So gingen nach dem letzten Zieleinlauf zuerst die Emotionen hoch, Michael Achermann fühlte sich gut, noch voller Adrenalin von der letzten Anstrengung mit dem Ziel vor Augen. «Aber als ich mich hinsetze, gingen dann schon bald die Schmerzen los», erzählt Achermann.

Obwohl er als «Einzelkämpfer» zum ersten Mal an einem Gigathlon gestartet war und mit dem zweiten Platz seine Erwartungen übertroffen hat, hätte gar nicht viel zum Sieg gefehlt. «Gut 15 Kilometer vor dem Ziel war ich sogar in Führung. Aber dann zog der Sieger (Roman Krebs, BE, Anm. d. Red.) davon, und ich konnte nicht mehr mithalten.» Krebs und auch andere Mitfavoriten sind älter als Achermann – für Laien erstaun-

lich. «Man ist erst über 30 im besten Ausdauer-Alter», erklärt er und schmunzelt, er habe also noch einige Jahre Zeit, um besser zu werden und zu gewinnen.

### Den eigenen Körper spüren

Zudem spielen im Gigathlon Erfahrung und Strategie eine ganz wichtige Rolle. Man müsse extrem auf den Körper achten. Dieses Körperfühl hat sich Achermann in unzähligen Trainings-

stunden angeeignet. Seit Anfang Jahr hat er über 8000 Kilometer zurückgelegt, vorwiegend auf dem Velo.

Die 4000 Teilnehmer seien unter dem Motto «Discover History» durch die schönen Bezirke des Aargaus unterwegs auf einer sportlichen Entdeckungsreise, schrieben die Veranstalter vor dem Anlass. Michael Achermann lacht, von der Landschaft bekäme man nur in den hinteren, gemütlicheren Reihen etwas

mit. «Wer vorne dabei sein will, muss darauf achten, wie der Körper funktioniert. Man ist mit einer Art Tunnelblick unterwegs. Am härtesten sei am Samstag der Abschnitt mit dem Rennvelo bei über 30 Grad Hitze gewesen. «Da habe ich gelitten, ich hatte extremes Fussbrennen und musste meine Füße fast in jedem Brunnen abkühlen.»

### Nächste Prüfung wartet schon

An seine Grenzen ist er nie gestossen. Es wäre aber ein Fehler gewesen, wenn er die Sache schneller angegangen wäre, meint Achermann. «Das hätte ich sicher gebüsst. Ich mahnte mich immer, es



«Der Gigathlon selber war sicher nicht gesund, dafür aber die Vorbereitung.»

MICHAEL ACHERMANN,  
GIGATHLET, STANS

Zofinger Tagblatt 14.07.2015

## Lächelnd durch den Aargau

Gigathlon Deborah Gerber aus Schöftland beendete die Single-Kategorie auf Platz 24

VON PASCAL KAMBER

«Ich darf mich auf keinen Fall beklagen», sagt Deborah Gerber und lacht. Obwohl die 26-Jährige aus Schöftland den Gigathlon im Kanton Aargau als Single-Athletin absolvierte, seien bei ihr weder Muskelkater noch andere Schmerzen präsent. «Lediglich die Füsse spüre ich etwas, aber ich war schliesslich auch einige Stunden unterwegs», erklärt Gerber, die von einer grossartigen Erfahrung spricht. Dabei hätte sie allen Grund dazu, um nach drei intensiven Tagen ihre Beine hochzulegen - denn die Gigathlon-Strecke hatte es in sich: 94 Kilometer auf dem Mountainbike, 41 Kilometer zu Fuss, 12 Kilometer schwimmend, 58 Kilometer mit den Inlines und nochmals 209 Kilometer auf dem Fahrrad galt es zu bewältigen. «Mir lief es viel besser als erwartet», sagt Deborah Gerber, die bei ihrer

«Lediglich die Füsse spüre ich etwas, aber ich war schliesslich auch einige Stunden unterwegs.»

Deborah Gerber Gigathletin aus Schöftland

Single-Premiere das Ziel am Sonntagabend nach 30 Stunden, 7 Minuten und 55 Sekunden als 24. erreichte. «Ich rechnete eigentlich damit, auf dem letzten Platz zu landen», ist Gerber vom Rang positiv überrascht, «aber ich habe mich stets gut gefühlt und den Wettkampf mit einem Lächeln bestritten, weil es so schön war.» Dank dieser Einstellung überwand sie das ihrer Meinung nach schwerste Teilstück, die Radstrecke am Samstag von Windisch nach Aarau, ohne grössere Probleme. «Es war heiss und hart», blickt Gerber auf die Etappe mit vielen Höhenmetern zurück. «Auf und Ab wechselten ständig, und das Benkerjoch am Ende hätte nicht unbedingt sein müssen», sagt sie. Umsso mehr genoss Deborah Gerber im Gegenzug den schwimmenden Teil zu Beginn des Samstages, der die Athleten auf der Aare von Aarau nach Willegg führte. «Im Fluss zu schwimmen war extrem schön», schwärmt sie. Auch mit den hohen Temperaturen, die der Schöftlerin im Vorfeld des Wettkampfs ei-



Die Schwimmstrecke zwischen Aarau und Willegg empfand Deborah Gerber als «extrem schön». FELIX BRUNNER/ALPHAFOTO.COM

30

Stunden, 7 Minuten und 55 Sekunden benötigte Deborah Gerber für die 414 Gigathlon-Kilometer.

nige Sorgen bereiteten, kam sie gut zu recht. «Ich bin nie über das Ziel geschossen und hatte so meist einen tiefen Puls», sagt Deborah Gerber, «andere bekundeten mehr Mühe damit.»

### Steigerung am zweiten Tag

Ebenfalls mit einem zufriedenen Gefühl kehrte das Team Chrampfadere nach Hause. Captain Daniel Sidler, Martina Frei (Zofingen), Melanie Haldimann (Laupen), Simon Meyer (Bern) und Daniel Knüsel (Luzern) beendeten den Team-of-5-Wettkampf auf dem 63. Platz. «Am zweiten Tag konnten wir uns alle steigern, das hat mich sehr

gefreut», sagt Daniel Sidler, der abgesehen von etwas Muskelkater nur müde Beine beklagt. «Es war zwar ein harter Wettkampf, aber wir hatten alle viel Spass und erlebten tolle Momente», sagt Sidler.

Weniger erfreulich verlief das Wochenende für Nicole Frey. Die Aarburgerin musste nach ihrem Trainingssturz mit den Inlineskates auf die Gigathlon-Teilnahme in der Kategorie Couple schweren Herzens verzichten. «Der Arzt riet mir dazu», erklärt Frey, «aber Gesundheit kommt vor Ehrgeiz.» Gross verfolgt habe sie den Gigathlon nicht. «Als Zuschauerin hätte ich wohl zu fest gelitten», meint Frey.

Walliser Bote 17.07.2015

Gigathlon | Mathias Jäger über den Reiz des Gigathlons, Krisen und nächste Herausforderungen

## «Wollte sehen, was ich leisten kann»



400 km, 700 Höhenmeter, 21 Stunden im Einsatz: Ein bisschen verrückt muss sein, wer das auf sich nimmt, einverstanden?

«2011 kam ich als OK-Mitglied in Turtmann erstmals mit dem Gigathlon in Kontakt. Ich habe mit Kollegen diskutiert und wir waren uns einig: «Wer das als Single macht, der spinnt.»

Nun waren Sie selber dabei. Wie kams zum Sinneswandel?

«Der Gigathlon hat uns fasziniert und wir dachten, es wäre spannend, als Fünferteam mal dabei zu sein. So haben wir uns angemeldet, dann als Couple, so hats mir den Ärmel eingezogen. Aber Single habe ich nicht für möglich gehalten.»

Warum?

«Weil ich ein miserabler Schwimmer war. Im September 2014 habe ich mich dann aber entschieden, es zu probieren.»

Das Training ist mit fünf Disziplinen aufwendig.

«Neben der Arbeit auf der Jugendarbeitstelle des Bezirks Leuk, der Ausbildung zum Sozialpädagogen in Luzern und den 12–15 Stunden Training pro Woche blieb nicht mehr viel Zeit. Über Weihnachten und

Ostern war ich jeweils für zwei Wochen im Trainingslager auf Fuerte Ventura bzw. Spanien.»

Und das Schwimmen?

«Ich habe versucht, das mit einem Trainer von Grund auf zu lernen. Und dann ist es halt wie bei jeder anderen Disziplin auch: Training, Training, Training. Nur ist Schwimmen halt ziemlich langweilig.»

Was spielt denn die Hitze beim Schwimmen für eine Rolle?

«Die Neopren-Pflicht wurde aufgehoben, aber rund 50% der Teilnehmer sind dennoch mit den Anzügen geschwommen. So auch ich, weil der Neopren halt Auftrieb gibt. Das hilft, wenn man nicht so gut ist im Schwimmen. Der Hallwilersee war 26 Grad warm, das ist eigentlich zu warm für Neoprenanzüge, da heizt es gewaltig.»

Gings Ihnen auch um die Zeit oder nur darum, es ins Ziel zu schaffen?

«Ich wollte sehen, wo ich stehe. Aber der Gigathlon ist auch ein toller Erlebnis. Single-Teilnehmer sind mit dem schwarzen Helm unterwegs, Zuschauer und die Teilnehmer der Fünfer-teams nehmen das mit Respekt zur Kenntnis, unterstützen einen. Das ist schon toll. Und dann ist auch eine Teamleis-

tung. Die Supporter müssen immer alles bereit haben. Nicht so einfach bei dem ganzen Material und sie dürfen sich nur mit dem ÖV bewegen. Das braucht eine gute Planung.»

Wie war der Zieleinlauf?

«Sagen wir es mal so: Ich konnte die Freude nicht mehr so zum Ausdruck bringen. Ich dachte: «Super habe ich jetzt das geschafft, aber eigentlich schade, ist es schon vorbei.»

Warum tut man sich das an?

«Ich wollte die persönlichen Grenzen kennenlernen, sehen, zu was mein Körper fähig ist.»

Und, sind Sie ans Limit gekommen?

«Es war eine Grenzerfahrung, ganz klar, aber kontrolliert. Ich hatte nie Krämpfe, musste nie eine Pause einlegen.»

Wie gehts jetzt weiter?

«In sechs Wochen nehme ich am Inferno-Triathlon teil. Das wird wieder hart...»

Und der Gigathlon?

«Der findet 2016 in der Gottard-Region statt. Ich kann mir schon vorstellen, wieder an den Start zu gehen.»

Interview: Alban Albrecht

Willensleistung. «Der Gigathlon ist ein tolles Erlebnis», so der Turtmänner Mathias Jäger.

FOTO: ZVG

### «Am Schluss der Halbmarathon wollte kein Ende nehmen»

Mathias Jäger

Ein Schwimmer wird das vom Laufen auch sagen.

«Mag sein. Aber für mich ist Laufen oder Radfahren abwechslungsreicher. Man sieht mehr, kann auch mal anhalten, das geht beim Schwimmen nicht.»

Gabs während des Wettkampfs auch Krisen?

«Die hat wohl jeder. Am zweiten Tag mussten auf dem Bike 47 Kilometer zurückgelegt werden, die sind so richtig eingefahren. Am Schluss der Halbmar-

Ostern war sehr flach, er wollte kein Ende nehmen.»

Wie gings beim Schwimmen?

«Klar war es meine schlechteste Disziplin, aber ich habe gar nicht mal so viel Zeit verloren. Am Sonntag wurde die Strecke wegen der Hitze verkürzt.»

Was war der Zieleinlauf?

«Sagen wir es mal so: Ich konnte die Freude nicht mehr so zum Ausdruck bringen. Ich dachte: «Super habe ich jetzt das geschafft, aber eigentlich schade, ist es schon vorbei.»

Warum tut man sich das an?

«Ich wollte die persönlichen Grenzen kennenlernen, sehen, zu was mein Körper fähig ist.»

Und, sind Sie ans Limit gekommen?

«Es war eine Grenzerfahrung, ganz klar, aber kontrolliert. Ich hatte nie Krämpfe, musste nie eine Pause einlegen.»

Wie gehts jetzt weiter?

«In sechs Wochen nehme ich am Inferno-Triathlon teil. Das wird wieder hart...»

Und der Gigathlon?

«Der findet 2016 in der Gottard-Region statt. Ich kann mir schon vorstellen, wieder an den Start zu gehen.»

Interview: Alban Albrecht

Oltner Tagblatt 18.07.2015

## Der Vorteil der «Allesköninger»

Gigathlon Yvonne Haefeli und Markus Peter holten in Aarau den Sieg in der Kategorie Couple

VON MICHAEL FORSTER

Es war 2010, irgendwann im November, als sich Yvonne Haefeli (32) und Markus Peter (37) zum ersten Mal begegneten. Auf dem Programm stand der alljährliche Fonduelaufschluss der Bikeschule Olten auf der Saalhöhe. Sie war zum ersten Mal überhaupt bei einer Ausfahrt mit dabei, und auch er hatte sich den Termin reserviert. Sie kamen ins Gespräch, und daraus wurde ein sportliches Zusammenspiel, welches im Sieg am Gigathlon 2015 in der Kategorie Couple gipfelte. Dabei hat sich der Kreis geschlossen: Gleich auf der allersten Etappe am Samstagmorgen wurde nämlich die ... Saalhöhe passiert. «Das war natürlich eine Motivationsspritze», kamen bei Peter die Bilder von damals wieder hoch.

Steigerung von Mal zu Mal

Fünf Jahre später ist das Duo oder besser das Couple, wie die sportlichen Paare beim Gigathlon genannt werden, am Höhepunkt angelangt. «Nach Rang vier bei der letzten Teilnahme haben wir mit einem Podestplatz geliebäugelt», gibt Peter zu, «allerdings nicht unbedingt mit dem Platz ganz zuoberst.» Den Grund dafür, dass es dann tatsächlich zu Rang 1 gereicht hat und Peter starke Gegner wie etwa den früheren MTB-Profi Sandro Späth oder den Elite-Biker Silvio Büscher hinter sich gelassen hat, sieht er in erster Linie in der Ausgeglichenheit der beiden Athleten der Bikeschule Olten. «Klar, wir haben uns auch von Ausgabe zu Ausgabe gesteigert», so der Automobil-Ingenieur aus Starrkirch. «Entscheidend war wohl aber, dass wir beide sämtliche fünf Disziplinen beherrschten.»

**«Entscheidend war wohl, dass wir beide sämtliche fünf Disziplinen beherrschen.»**

Markus Peter

ten hintereinander absolvierten, übernahm Haefeli, welche in Olten als Lehrerin arbeitet, nach der «Pflichtkombination» Rad und Schwimmen von Peter und lief dann noch den abschliessenden Halbmarathon von Lenzburg zurück nach Aarau.

Die Erfahrung aus den früheren Gigathlon-Teilnahmen im Wallis, im Berner Oberland sowie in Olten brachte dem Couple zudem die nötige Gelassenheit. So liess man sich nach Tag 1, welchen man mit



Ein kaltes Bad zur rechten Zeit: Markus Peter und Yvonne Haefeli nach dem ersten Tag am Gigathlon 2015.



**Der gemeinsame Zieleinlauf**

Speziell am Gigathlon 2015 war, dass die Läufer auf dem letzten Abschnitt von Lenzburg zurück ins Ziel nach Aarau vom Biker begleitet werden durften. Das Duo Haefeli/Peter konnte so den Sieg umso intensiver auskosten.

gendwann auf der Laufstrecke haben wir das langsam realisiert. Und doch fragte Yvonne selbst zwei Kilometer vor Aarau noch einmal nach, wie weit es denn noch sei», schmunzelt der Starrkircher. Ein wichtiger Teil des Gigathlon-Erfolgs ist auch Peters Freundin Sabrina, welche das Duo als Supporterin betreute. «Sie hat sich immer die besten Positionen in der Wechselzone erkämpft, war stets parat mit der Verpflegung und sie unterstützte uns Athleten auch mental.» So steht einem nächsten Gigathlon-Abenteuer eigentlich nichts im Weg. «Wir lassen jetzt erst einmal die Emotionen setzen, dann werden wir das Ganze besprechen», will Peter nichts überstürzen. Aber ja, eigentlich dürfe man sich das Gigathlon-Jahr 2016 mit gleich zwei Events, in der Schweiz und in Tschechien, nicht entgehen lassen. Schliesslich haben die beiden für ihren Sieg einen Grassisstartplatz für die Austragung in der Region Uri gewonnen.

# ONLINE-BERICHTERSTATTUNG

## Vorschau

<http://www.watson.ch/l664973218>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/aarau/originelle-bewerbung-team-darf-gratis-am-gigathlon-teilnehmen-128924022>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/kanton-aargau/5000-sportler-im-einsatz-warum-der-gigathlon-in-den-aargau-kommt-129320212>  
<http://www.tagesanzeiger.ch/sport/rad/Die-Unermüdliche/story/23877408>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/klare-zielsetzung-aargau-gewinnt-den-gigathlon-128872765>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/samuel-kellers-hohe-ziele-am-gigathlon-129311638>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/nach-dem-gigathlon-in-aarau-kommt-die-lust-auf-eis-129281162>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/erneut-braucht-es-einen-steigerungslauf-129259166>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/wenn-schwimmen-selbst-für-die-meisterin-ein-abenteuer-wird-129155679>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/michael-kyburz-der-velorennfahrer-der-auch-segler-ist-129101087>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/kanton-aargau/der-gigathlon-sorgt-für-einen-millionen-umsatz-im-kanton-aargau-129160602>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/aarau/grosser-teamspirit-am-kids-gigathlon-in-aarau-129234864>  
<http://www.bernerzeitung.ch/region/emmental-oberaargau/Sie-wollen-am-Gigathlon-abraeumen/story/20475931>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/aarau/80-helfer-im-einsatz-in-aarau-entsteht-die-gigathlon-stadt-129325059>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/brugg/das-amphitheater-vindonissa-wird-zur-wechselzone-des-gigathlons-129275842>  
<http://www.sbb.ch/sbb-konzern/jobs-karriere/arbeitswelt-sbb/gigathlon2015.html>  
<http://www.telebaern.tv/119-show-checkup/4992-episode-gigathlon-die-richtige-vorbereitung-machts-aus>

## Rückschau

<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/aarau/gigathlon-zum-schluss-gabs-einen-heiratsantrag-129333138>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/aarau/gigathlon-wir-machen-den-anlass-gerne-wieder-mal-129334844>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/von-der-laufstrecke-vor-den-altar-das-ist-das-gigathlon-paar-129337131>  
[http://www.blick.ch/sport/mehr\\_sport/mega-rennen-startet-am-freitag-tausende-gigathleten-entdecken-den-aargau-id3959060.html](http://www.blick.ch/sport/mehr_sport/mega-rennen-startet-am-freitag-tausende-gigathleten-entdecken-den-aargau-id3959060.html)  
<http://www.1815.ch/news/sport/wallis/steigerung-am-zweiten-tag-20150715-0/>  
<http://www.luzernerzeitung.ch/nachrichten/zentralschweiz/nw/abo/Spitzenrang-ist-Balsam-gegen-Schmerzen;art9649,564779>  
[http://www.aarau.ch/xml\\_1/internet/de/application/d125/d3964/f4921.cfm](http://www.aarau.ch/xml_1/internet/de/application/d125/d3964/f4921.cfm)  
[http://www.soaktuell.ch/index.php?page=/news/aarau-gigathlon-switzerland-2015-wurde-zum-hitzespektakel\\_25366](http://www.soaktuell.ch/index.php?page=/news/aarau-gigathlon-switzerland-2015-wurde-zum-hitzespektakel_25366)

## Während des Gigathlon-Weekends

<http://www.watson.ch/l938939844>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/aarau/gigathlon-nicht-jeder-schwimmer-schwimmt-in-die-richtige-richtung-129330628>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/sport/aargau/in-der-wechselzone-lenzburg-keine-zeit-für-die-historische-kulisse-129333812>  
<http://www.aargauerzeitung.ch/aargau/kanton-aargau/19-stunden-gigathlon-für-den-sieg-ging-ramon-krebs-durch-die-hölle-129333309>  
<http://www.telem1.ch/35-show-aktuell/5193-episode-samstag-11-juli-2015/10047-segment-sanitaet-am-gigathlon-im-dauereinsatz>

# DANKE AN UNSERE PARTNER

Main Sponsor



Official Carrier



Co-Sponsoren



Charity Partner



Media Partner



Official Caterer



Catering Partner



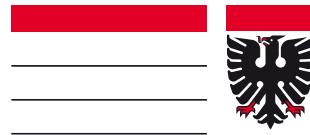
Supplier

Gastgeber



Zentralort

STADT AARAU



Veranstalter



invents.ch AG  
Bolleystrasse 27  
8006 Zürich

Telefon 0848 444 284  
www.invents.ch  
mail@invents.ch