

Nidwalden

Obwalden

Baugesuch

Beim Berggasthaus Haldigrat soll ein Hochsitz für Naturbeobachter entstehen. 21

Sie kommen garantiert ins Schwitzen

Ob-/Nidwalden Am Freitag startet der Gigathlon. Mit Sarnen startet und endet der Anlass erstmals an einem Innerschweizer Hauptort. Rund 2100 Teilnehmer geben in sechs Disziplinen alles – und dies bei voraussichtlich über 30 Grad.

Matthias Piazza

matthias.piazza@nidwaldnerzeitung.ch

Laufend, schwimmend und fahrend be-zwingen die rund 2100 Teilnehmer dieses Wochenende die 349 Kilometer lange Strecke des Gigathlon Switzerland, der erstmals durch Ob- und Nidwalden führt und mit Sarnen erstmals von einem Hauptort der Zentralschweiz aus startet. Sarnen ist damit während dreier Tage fest in der Hand der Gigathleten. Das Start- und Zielgelände, das Festgelände mit Festwirtschaft und Sponsoren-Village sowie die temporäre Zeltstadt werden rund um die Kantonsschule in Sarnen errichtet. Der Flugplatz in Kägiswil wird zum Parkplatz umfunktioniert, gepflegt werden die Athleten in der Dreifachturnhalle von Sarnen.

«Mit den Vorbereitungen sind wir auf Kurs, die benötigten rund 350 Helfer haben wir grösstenteils zusammen. Ganze Vereine wie auch Einzelpersonen liessen sich für ein Ämtli einspannen. In der Festwirtschaft, wo ein paar Chargen noch unbesetzt waren, konnten wir in der Zwischenzeit Lösungen finden», meint Gemeindepräsident Jürg Berlinger erleichtert, der als Präsident des lokalen Organisationskomitees seit rund einem Jahr mit den Vorbereitungen beschäftigt ist.

Helfersuche waren auch an anderen Anlässen gefragt

Dabei sah es nicht immer so gut aus. Ein Kraftakt war nötig, um das Personal zu rekrutieren. «Die vielen Anlässe in Ob- und Nidwalden und im benachbarten Luzern erschwerten unsere Arbeit. Viele Leute waren schon an einem anderen Grossanlass beschäftigt und liessen sich für ein weiteres Engagement verständlicherweise nicht mehr begeistern», erläutert Jürg Berlinger.

Die angekündigte Hitze mit Temperaturen über 30 Grad macht ihm kein Bauchweh. «Wir und vor allem die Gigathleten sind darauf vorbereitet. Zudem werden mehr Wasserstellen als geplant eingerichtet und es wurden mehr Getränke bestellt.» Zudem käme den Läufern zugute, dass sie am Samstag- und Sonntagmorgen zwischen 5.30 Uhr und 7 Uhr starten und sich so an die steigenden Temperaturen im Verlauf des Tages gewöhnen könnten.

Gigathleten haben die Umgebung schon erkundet

Dass Sarnen für ein Wochenende zum Hauptort der Schweizer Gigathlonszene wird, sei für die Region eine einmalige Chance, wofür man gerne die umfangreichen Vorbereitungen in Kauf genommen habe. «Der Anlass generiert Wertschöpfung und macht unsere wunderschöne Region mit der hervorragenden Infrastruktur wie dem Camping und der Leichtathletik-Anlage, welche die Athleten auch nutzen werden, in der ganzen Schweiz bekannt. Gut möglich, dass viele von ihnen ihre nächsten Camping-Ferien in Sarnen verbringen.» Er sei überzeugt, dass die Bevölkerung solchen Anlässen positiv gegenüberstehe und allfällige Unannehmlichkeiten gerne in Kauf nehmen würde, auch wenn der Gigathlon einer von mehreren Anlässen in diesem Jahr in Sarnen und Umgebung sei.

Der sportliche Grossevent warf schon Wochen davor seine Schatten voraus – nicht nur auf OK-Seite. «Schon seit längerem sind Gigathlon-Teilnehmer in der Umgebung unterwegs, um sich mit



Der Gigathlon führt mit dem Velo auch über den Glaubenbielenpass.

Bild: PD



7150 Höhenmeter in 3 Tagen

Insgesamt 349 Kilometer werden die Teilnehmer an den drei Tagen in den Disziplinen Schwimmen, Trailrun, Rennvelo, Mountainbike und Laufen oder Inline zurücklegen und dabei über 7000 Höhenmeter machen. Gestartet wird als Single, Couple (Paar) oder im Fünferteam.

– **Freitag:** Swim-Run-Prolog mit 1,5 Kilometer Schwimmen und 4,5 Kilometern Laufen, 80 Höhenmeter.

– **Samstag:** Es geht per Velo um den Vierwaldstättersee samt Seelisberg. Es gibt zwei Schwimmrunden im See in Ennetbürgen, im Läuferturnee geht es durch Stansstad, Stans, Oberdorf, Buochs und Ennetbürgen oder per Inline zweimal um den Flugplatz Buochs, es folgt ein Trailrun die Engelbergeraa hinauf nach Engelberg, eine Biketour auf den Jochpass und von da durchs Melchtal bis zum Sarnersee: Velo, 89 Kilometer, 900 Höhenmeter; Schwimmen, 2 Runden à 2 Kilometer; Laufen, 15 Kilometer, 200 Höhenmeter oder Inline 33 Kilometer, 100 Höhenmeter; Berglauf, 25 Kilometer, 600 Höhenmeter; Bike, 45 Kilometer, 1300 Höhenmeter.

– **Sonntag:** Der dritte Tag bringt einen Halbmarathon rund um den Sarnersee und zwei Runden Schwimmen darin und einen Aufstieg via Bike ins Grossschlierental in Alpnach sowie eine Passfahrt über den Glaubenberg mit dem Velo und via Sörenberg und Panoramastrasse bis nach Sarnen. Zum Abschluss steht ein Trailrun nach Flüeli-Ranft auf dem Programm: Laufen, 18 Kilometer, 130 Höhenmeter (Halbmarathon um den Sarnersee) oder Inline, 42 Kilometer, 300 Höhenmeter (zwei Runden); Schwimmen, 3 Kilometer, Sarnersee; Bike, 44 Kilometer, 1400 Höhenmeter; Velo, 84 Kilometer, 2100 Höhenmeter; Berglauf, 16 Kilometer, 440 Höhenmeter. (pd/map)

der Strecke vertraut zu machen», stellt Jürg Berlinger erfreut fest.

Eine weitere Schlüsselstelle ist das Seefeld an der Gemeindegrenze Buochs/Ennetbürgen. In der «Wechselzone» wechseln die Gigathleten mehrfach die Disziplin und damit die Ausrüstung. Rund 100 Helfer unter der Leitung des lokalen OK-Präsidenten und Ennetbürger Vizegemeindepräsidenten Peter von Flüeli sind für die Logistik und das Bereitstellen der Ressourcen verantwortlich. Dazu gehört auch die Infrastruktur für die Installation von Wasser und Elektrizität.

Wunderschöne Landschaft als perfekte Kulisse

Einen äusserst positiven Eindruck vom neuen Austragungsort hat Severin Further, Projektleiter der Zürcher Firma in-vents.ch, welche den jährlichen Gigathlon organisiert. «Die wunderschöne Landschaft ist eine perfekte Kulisse für den Gigathlon. Die Athleten entdecken so auch Geheimtipps.» Dankbar sei er den lokalen Organisationskomitees, welche mit den Örtlichkeiten und Leuten vertraut seien und so viel zum guten Gelingen beitragen würden.

Dass das Ziel von 2500 Teilnehmern nicht erreicht worden sei, tue der Freude keinen Abbruch. «Mit 2100 Teilnehmern haben wir die 2000er-Marke wieder erreicht, das ist immer noch eine stattliche Anzahl», sagt ein zufriedener Severin Further.

Nachgefragt

Wie wirkt sich die Hitze aus?

Wer als Gigathlon-Teilnehmer ein medizinisches Problem hat, ist in guten Händen. Samariter, Mitarbeiter des Rettungsdienstes und Ärzte stehen an diesem Wochenende bereit. Walter Kistler, Chefarzt Innere Medizin und Leiter Sportmedizin am Spital Davos, leitet das 30-köpfige medizinische Team am Gigathlon. Besondere Bedenken wegen der Hitze hat Walter Kistler nicht, er appelliert aber an ein vernünftiges Verhalten der Sportler.



Walter Kistler, Leiter Sportmedizin am Spital Davos.

Bild: PD

Am Wochenende werden Temperaturen zwischen 30 und 35 Grad erwartet. Stellen Sie sich auf viel Arbeit ein?

Ich betreue den Gigathlon schon seit über 10 Jahren. Am häufigsten sind wir mit Problemen mit dem Bewegungsapparat wie etwa mit Verstauchungen konfrontiert. Auch Stürze, vor allem mit dem Mountainbike, sind nicht selten. Bei Hitze kommen noch hitzespezifische Zwischenfälle dazu.

Wie wirkt sich die Hitze auf die Athleten aus?

Das kommt sehr darauf an. Bei trockener Luft kann der Körper schwitzen und besser mit der Luft umgehen als bei hoher Luftfeuchtigkeit, wenn die Luft schon feuchtigkeitsgeschwängert ist.

Was raten Sie den Sportlern, um einen hitzigen Gigathlon-Tag zu überstehen?

Am wichtigsten ist, viel zu trinken und auch immer genug Wasser dabei zu haben. Das Organisationskomitee ist für ausreichend Nachschub besorgt. Auch grosse mit Wasser gefüllte Becken stehen bereit, damit man sich erfrischen und waschen kann. Ganz wichtig ist dabei auch, dass man im Adrenalinrausch seine inneren Warnsignale nicht überhört.

Welches sind die Warnsignale, die Alarmzeichen, die einem zum Abbruch des Gigathlons bewegen sollen?

Wenn man lange der Hitze ausgesetzt ist, könnte der Körper Probleme mit der Temperaturregulation bekommen. Man wird müde, es wird einem übel, man bekommt Muskelkrämpfe und Konzentrationsprobleme, was problematisch bei einem Gigathlon ist, wo es ja auch Konzentration braucht. Besonders mit einem Hitzeschlag ist nicht zu spassen. Der Patient müsste in diesem Fall hospitalisiert werden. (map)