

Marano siegt in Frankreich

Pferderennen Im französischen Nancy hat Marano ein über die klassische Distanz von 2400 Metern führendes und mit 17 000 Euro dotiertes Flachrennen gewonnen. Der fünfjährige Wallach trägt die Farben des Stalls Alpenland von Jörg und Sonja Meier aus Rüti. Marano begann im Schlussbogen seine Position aus dem hinteren Mittelfeld zu verbessern und kam gerade noch rechtzeitig, um auf den letzten Metern der relativ kurzen Zielgeraden das führende Pferd mit einer Halslänge Abstand auf den zweiten Rang zu verweisen.

Nachdem Marano beim Start zuvor in Strassburg trotz einem wenig vorteilhaften Rennverlauf Rang zwei belegt hatte, war er in Nancy als Favorit ins Rennen gegangen. So zahlte er am Toto auf Sieg 4,20:1. Geritten wurde der braune Vollblüter, der aus der Zucht des Solothurner Gestüts Söhrenhof stammt, vom erst 18-jährigen Nachwuchsjockey Thomas Trullier. (wib)

Früh holt Silber an Zeitfahr-SM

Behindertensport An den Schweizer Meisterschaften im Zeitfahren in Weinfelden hat Handbiker Benjamin Früh (Grüt) sich die Silbermedaille gesichert. Früh war in der Kategorie MH1 zwar deutlich der Schnellste, musste sich im Kampf um den Titel aber dem 61-jährigen Routinier Heinz Frei geschlagen geben. Die gefahrenen Zeiten wurden kategorienübergreifend um vom Weltverband UCI vorgegebene Faktoren umgerechnet. Früh wies einen Rückstand von etwas mehr als einer Minute auf Frei auf. Der Russiker Felix Frohofer fuhr in der Kategorie MH4 die schnellste Zeit, in der Gesamtrangliste bedeutete dies den vierten Rang mit nur 9 Sekunden Rückstand auf das Podest.

Frühs Silbermedaille blieb das einzige Oberländer Edelmetall im Zeitfahren. In der Elite der Männer wurde der Egger Raphael Krähemann mit 2:20 Minuten Rückstand auf Sieger Stefan Küng Fünfter. Bei den Frauen verpasste Vorjahressiegerin Nicole Hanselmann (Fehraltorf) die Titelverteidigung mit 57 Sekunden Rückstand auf die neue Meisterin Marlen Reusser deutlich und die Bronzemedaille als Vierte um 9 Sekunden. (zo)

Alle Zweitligisten in derselben Gruppe

Fussball Knapp zwei Wochen nach der letzten Meisterschaftsrunde ist bekannt, gegen wen die Zweit- und die Drittliga-Teams aus der Region in der am 17. August beginnenden Saison 2019/2020 spielen werden.

In der 2. Liga stehen so viele regionale Derbys an wie schon lange nicht mehr. Die beiden Interregio-Absteiger Uster und Dübendorf wurden wie die beiden Drittliga-Aufsteiger Effretikon und Wetzikon in die Gruppe 2 eingeteilt, in der auch Brüttsellen-Dietlikon, Gossau und Greifensee figurieren. Das regionale Septett stellt damit die Hälfte der Gruppe. Komplettiert wird sie mit fünf bisherigen Teams sowie mit Drittliga-Aufsteiger SV Schaffhausen.

In der 3. Liga sind die Oberländer Teams wie bisher auf drei Gruppen verteilt – allerdings gab

Fest in Oberländer Hand

Gigathlon Nur 18 Frauen bestreiten das Multisport-Rennen als «Single» – ein Grossteil davon kommt aus der Region.

David Schweizer

Von einem Aufwärmen spricht die Bäretswilerin Samira Holdener im Zusammenhang mit dem SwimRun-Prolog von gestern Freitag. Gerade mal 1,5 km Schwimmen und 4,5 km Laufen standen am Eröffnungstag des Multisport-Abenteuers Gigathlon durch die Kantone Ob- und Nidwalden auf dem Programm.

Es ist tatsächlich nur ein kleiner Vorgeschmack davon, was auf die rund 2100 Gigathleten rund um den Zentralort Sarnen an diesem Wochenende wartet – nämlich total 390 Kilometer mit rund 7000 Höhenmetern, zu Fuss, im Wasser, auf dem Rad respektive Bike sowie auf Inlineskates. Während die meisten Teilnehmer das happe Programm in den Kategorien «Couple» oder «Team of Five» bestreitet, gibt es ein paar wenige Ausdauerathletinnen und -athleten, die sich als «Single» in den fünf Disziplinen auf die Strecke wagen.

Holdener ist eine von nur 18 Frauen und 72 Männern. Die Oberländerin weiss genau, was sie erwartet. Für die 26-Jährige ist es bereits der vierte Start als Gigathlon-«Single». Zudem hatte sie davor schon im Team als Schwimmerin mehrfach Erfahrungen sammeln können. «Ich probiere es einmal allein», sagte sie sich 2015 vor ihrem ersten Einzelstart. Ihre Erwartungen waren mit «ins Ziel kommen» eher bescheiden.

Als der Magen rebellierte

Tatsächlich erfüllten sich ihre Hoffnungen hernach – bis zur letzten Austragung im Vorjahr, als sie aufgrund von Magenproblemen am letzten Tag aufgeben musste. «Ich konnte nichts mehr trinken. Das ist bei 12 bis 14 Stunden Wettkampfzeit nicht gerade ideal», sagt Holdener. Lange darüber aufgehalten hat sie sich aber nicht. «Ich habe viel gelernt», betont sie.

Die Konsequenz daraus: Holdener passte ihr Training an. Kürzere, dafür umso intensivere Einheiten bestreitet sie seither. Und die Bäretswilerin stellte ihre Ernährung um. «Ich hatte bisher zu wenige Kalorien zu mir genommen», sagt sie. In den Wettkämpfen behilft sich Holdener



Die Fehraltorferin Nina Brenn war im Vorjahr hoch überlegen – die Zweitklassierte Daniela Schwarz kam 1:51 Stunden später ins Ziel. Foto: Swiss-Image

ausserdem mit Salztäbchen. Entsprechend zuversichtlich blickt sie auf die kommenden Tage. «Ich fühle mich sehr fit.»

Wie die meisten Sportler war Holdener auch im Vorfeld in der Wettkampfregeion, um sich die Strecken anzuschauen oder sogar abzufahren. Zu ihrer Verwunderung lag auf den Bike-Strecken zum Teil noch viel Schnee. «Ich hoffe, er ist mit den gestiegenen Temperaturen nun weg», sagt sie. Überhaupt ist das heisse Wetter unter den Beteiligten allgegenwärtig. «Doch da geht es ja allen gleich», so Holdener.

Brenn in der eigenen Liga

Im Teilnehmerfeld fällt ausserdem der verhältnismässig hohe Anteil an «Single»-Gigathletinnen aus der Region auf. Neben Holdener gehen auch Dorothee Hoffmann (Grüt), Anita Wiesli (Egg), die ehemalige Schwerzenbacher NLA-Fussballerin Daniela Schwarz sowie die gebürtige Fehraltorferin Nina Brenn allein

«Im Grundsatz sind wir doch alles Einzelkämpferinnen.»



Samira Holdener
Gigathletin aus Bäretswil, vor ihrer vierten «Single»-Teilnahme

auf die Strecke. Die mittlerweile in Flims lebende achtfache Siegerin Brenn gilt dabei erneut als die grosse Favoritin. «Sie läuft in einer eigenen Liga», sagt Holdener. Im Vorjahr knüpfte sie allein der Zweitplatzierten Schwarz 1:51 Stunden ab. Weshalb aber sich ausgerechnet so viele Oberländerinnen diese Grenzerfah-

rung antun, kann sich auch Holdener nicht erklären. «Ich kenne einige vom Sehen. Im Grundsatz sind wir aber alles Einzelkämpferinnen», sagt sie.

Von den Teilnehmerinnen aus der Region ist neben Brenn insbesondere mit Schwarz zu rechnen. In der Informationsbrochure der Veranstalter wird sie vor ihrer erst zweiten Teilnahme als «Single» bereits als Favoritin mit Bild und persönlichen Motivationsworten herausgehoben.

Die Quereinsteigerin

Tatsächlich fällt die rasante Entwicklung der Quereinsteigerin sogleich ins Auge. Denn noch 2015 zählte Schwarz zum Abschluss ihrer Fussball-Laufbahn zum Kader des Frauen-Nationalteams bei der ersten Schweizer Teilnahme an einer Weltmeisterschaft in Kanada. Schwarz hatte Lust «auf anderes als Fussball» und fand die neue Herausforderung im Ausdauersport. Über Duathlon fand sie zum Triath-

lon. Die Defizite im Schwimmen korrigierte sie in Kursen. Wie schnell die 33-Jährige schon ist, zeigte sie bei ihrer Gigathlon-Hauptprobe am Ironman 70.3 in Rapperswil-Jona von Anfang Juni, als sie in ihrer Altersklasse obenaus schwang. «Ich erhole mich schnell. Vielleicht kommt es auch vom Fussball her», nennt Schwarz einen Grund der Erfolgsgeschichte. Und hilfreich auf ihrem Weg war sicher auch ihre ältere Schwester Barbara, die 2012 und 2015 Gigathlon-Zweite wurde und sie mit ihrem Erfahrungsschatz unterstützte.

Für ihren zweiten Gigathlon als «Single» hat sich Daniela Schwarz («Meine Form ist noch besser») aber trotz den vielversprechenden Perspektiven keine Rangzelle gesetzt. Zu viele Unwägbarkeiten lauern da auf der langen Reise: das doch weitgehend unbekannte Terrain, die für sie neue Disziplin Inline und vor allem die Hitze. «Da habe ich schon Respekt davor», sagt Schwarz.

Genfer Gegner für Uster und Wetzikon

Fussball Die Hoffnung auf das grosse Los im Cup war vergeblich: Der FC Uster und der FC Wetzikon treffen in der ersten Hauptrunde des Schweizer Cups jeweils auf einen Erstligisten aus dem Kanton Genf.

Als die Kugeln mit den Losen der Klubs aus der Super League und der Challenge League ins Spiel kamen, war die Spannung für die beiden Oberländer Vereine schon vorbei. Sie wurden verhältnismässig früh gezogen – und mit ihnen jeweils Teams, die nicht eben das Prädikat «Traumlos» verdienen.

Die soeben aus der 2. Liga interregional abgestiegenen Usterer treffen auf Erstligist Lancy. Der aus der 3. Liga aufgestiegene FC Wetzikon spielt gegen den ebenfalls im Kanton Genf beheimateten Erstligisten FC Meyrin. Die beiden Oberländer Geg-

ner waren in der vergangenen Saison Tabellennachbarn in der Erstliga-Gruppe 3; Meyrin wurde mit 46 Punkten Vierter, Lancy einen Zähler dahinter Fünfter.

Für die Usterer und die Wetziker verheisst dieses Los eine sportlich schwierige Aufgabe – und wohl kein grosser Publikumsaufmarsch. Für 1'100 Zuschauer, wie sie der FC Greifensee im letzten Herbst bei seiner Cup-Partie gegen den FC Winterthur anlockte, dürften die beiden Genfer Equipen nicht sorgen. Es bräuchte am Wochenende vom 17./18. August von den Usterern, die sich in der Interregio-Cup-Qualifikation durchsetzten, und von FVRZ-Cupsieger Wetzikon einen sportlichen Exploit grösseren Ausmasses, wenn die Hoffnung auf das Traumlos in der 2. Runde wieder aufleben soll. (zo)

Selenati und Rüegg holen Bronze

Rad An den Europa-Spielen in Minsk gewann der Schweizer Bahnvierer die Bronzemedaille und sorgte für einen Schweizer Rekord.

Der Madetswiler Lukas Rüegg und seine Teamkollegen Théry Schir, Claudio Imhof, Robin Froidevaux hatten im Duell um Bronze keine leichte Aufgabe. Einerseits war da das Publikum, das keinen Hehl daraus machte, wen es als Sieger sehen wollte: Gastgeber Weissrussland und nicht die Schweiz. Andererseits waren da die Erkenntnisse aus der Qualifikation, die den Vorteil wie schon in Sachen Publikumsgeist bei den Weissrussen verorten liessen.

In 3:59,286 hatte die Schweiz die Qualifikation im 4. Rang hinter Weissrussland abgeschlossen, allerdings noch nicht in der finalen Formation. Für die Entschei-

dungsläufe rückte Claudio Imhof anstelle des Wolfhausers Nico Selenati nach.

Harmonisierte die neue Formation in der ersten Runde gegen Russland noch nicht wie gewünscht, klappte die Zusammenarbeit im Kampf um Rang 3 tadellos. Mit Fortdauer des Verfolgungsrennens verstummten ob der souveränen Schweizer Leistung nicht nur die Anfeuerungsrufe für den Gastgeber allmählich, auch wurde konkreter, dass der Bahnvierer den Schweizer Rekord anvisierte. Letztlich senkten Schir, Imhof, Froidevaux und Rüegg die alte Bestmarke um mehr als eine halbe Sekunde auf 3:54,210.

Selenati, der im Final nicht fuhr, aber ebenfalls eine Medaille erhielt, stand danach noch im Punktefahren im Einsatz und belegte Rang 13. (sda/zo)