

Hopf will es noch einmal wissen

Triathlon Gabriel Hopf startet heute in der Früh in seinen zweiten Swissman Xtreme Triathlon. Der Bellmunder hat sich minutiös auf die 225,8 Kilometer und 5500 Höhenmeter von Brissago auf die Kleine Scheidegg vorbereitet.

Francisco Rodríguez

Der Swissman Xtreme Triathlon gilt in der Sportwelt als härtester Wettkampf überhaupt. Nach 3,8 km Schwimmen im Lago Maggiore geht es auf dem Rad 180 km von Ascona nach Brienz, wobei Gotthard-, Furka- und Grimselpass gemeistert werden müssen. Schliesslich folgt noch die 42-km-Marathonstrecke auf die Kleine Scheidegg. Insgesamt sind dies 225,8 Kilometer und 5500 Höhenmeter (siehe Grafik).

Gabriel Hopf ist sich in seiner Karriere als Spitzentriathlet schon so einiges gewohnt. «Trotzdem klingt es auch für mich verrückt, eine so lange und anspruchsvolle Strecke zurückzulegen», meint der Bellmunder. «Jedenfalls gibt es heute einen gut ausgefüllten Samstag für mich», sagt er mit einem Lächeln im Gesicht. Bereits um 5 Uhr geht es in Brissago in den See. «Mein Ziel ist es, bis 18 Uhr auf der Kleinen Scheidegg zu sein.» Früh genug, um noch ein wenig die Aussicht geniessen zu können.

Hopf ist locker drauf. Die grossen Strapazen und Schwierigkeiten, die ihn im Verlauf des heutigen Tags erwarten, scheinen den Seeländer nicht gross zu beunruhigen. «An einem solchen Rennen hat jeder mal eine Krise. Entscheidend ist nur, wie er damit umgeht.» Man müsse in solchen Momenten die innere Ruhe bewahren und darauf vertrauen, dass jede Krise wieder vorbeigeht. «Es ist ein ständiges Auf und Ab, bei dem man sich immer am Limit befindet. Man muss die Kräfte gut einteilen, um bis ganz am Schluss durchzuhalten.»

Gesamtzweiter im Vorjahr

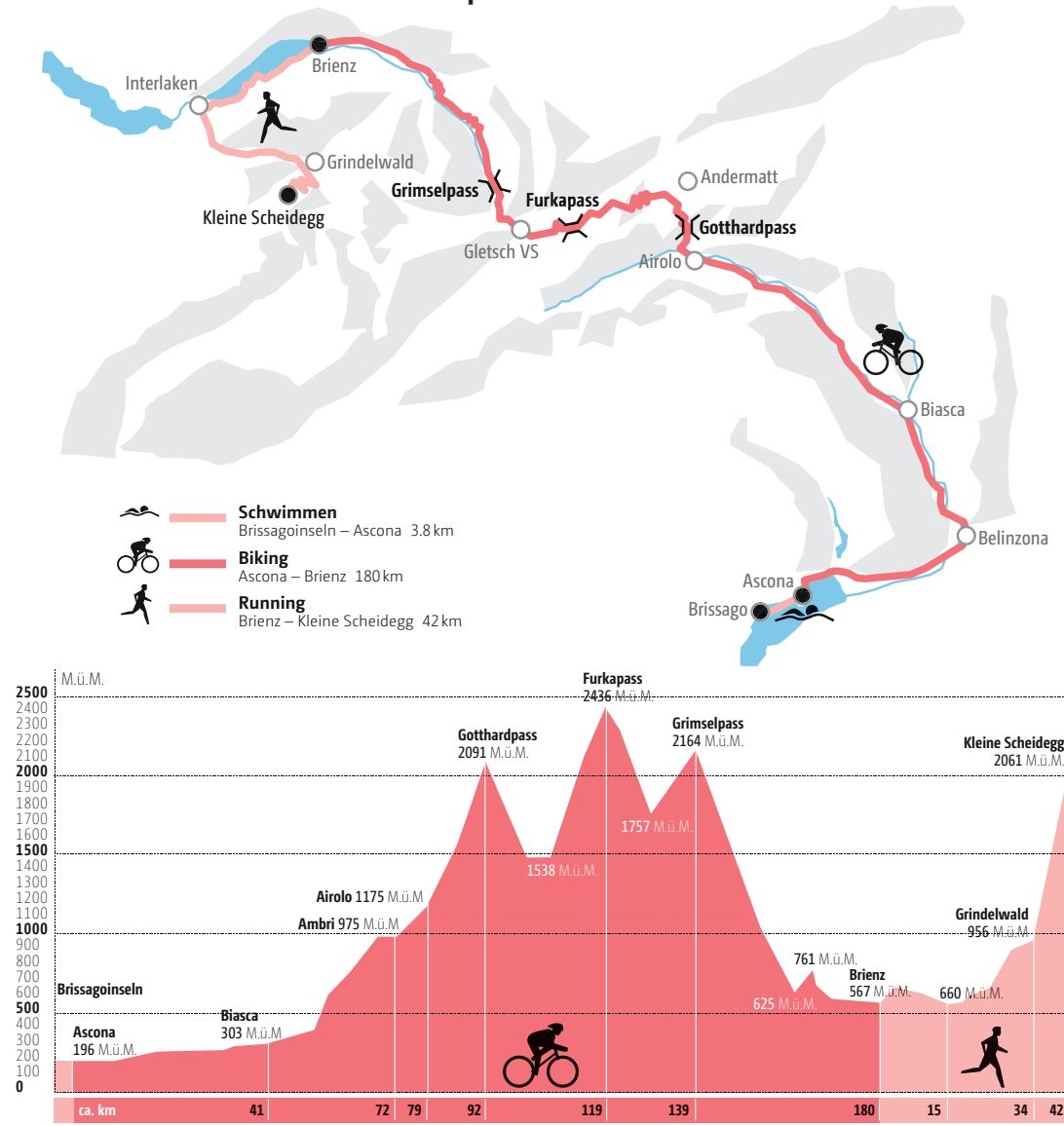
Der Bellmunder spricht aus eigener Erfahrung, denn den Swissman hat er letztes Jahr bereits einmal absolviert. Und erst noch erfolgreich als Gesamtzweiter in einer ausgezeichneten Zeit von 12 Stunden und 39 Minuten, obwohl auch er Krisen durchmachen musste. Im Marathonlauf plagten ihn akute Magenprobleme. Zweimal musste er sich übergeben.

«Für dieses Jahr habe ich nun einige Anpassungen bei der Ernährung vorgenommen», sagt Hopf. Weniger Energiegels, dafür wieder festere Nahrung und nicht zu vielseitig, damit sich der Magen besser anpassen könne. Dazu ein hochdosiertes kohlenhydratreiches Getränk. Allerdings dürfe



Vor der Abfahrt in Bellmund: Der Vorjahreszweite Gabriel Hopf ist für den Swissman bereit. Susanne Goldschmid

Swissman – Strecke und Streckenprofil



Grafik: BT/ml Quelle: Swissman

er auch nicht zu viele Kohlenhydrate zu sich nehmen und hauptsächlich säurefreie Sachen. Wie auch bei der körperlichen Anstrengung selber brauche es bezüglich Kalorienaufnahme eine minutiöse Planung. «Ich muss in regelmässigen Abständen etwas zu mir nehmen.» Er habe mit seinem Begleitteam genau berechnet, wann und wieviel ihm verabreicht werden müsse.

Auf der Radstrecke wird Hopf von einem Begleitfahrzeug mit seiner Freundin am Steuer und seinem Bruder auf dem Beifahrersitz eskortiert. «Meine Freundin kümmert sich um die Verpflegung und mein Bruder als ehemaliger Leistungstriathlet um alle anderen logistischen Dinge. Er kann das Rennen gut lesen, navigiert und gibt mir Rückmeldungen zum genauen Verlauf.»

Nach Brienz, wenn Hopf in der abschliessenden dritten Disziplin den Berg-Marathon läuft, wird er Sami Götz auf dem Rad an seiner Seite wissen. Der 28-jährige erfahrene Spitzentriathlet aus Lengnau hat sich vor vier Wochen am Ironman Lanzarote mit dem 1. Platz in seiner Altersklasse für die Ironman-Weltmeisterschaften Mitte Oktober auf Hawaii qualifiziert. Ab Grindelwald wird Götz neben Hopf herlaufen und ihn auch moralisch unterstützen.

Handgelenkbruch im Schnee

Der am Mittwoch 31 Jahre alt werdende Bellmunder hat alle notwendigen Vorkkehrungen getroffen und ist bereit für die grosse Herausforderung. Der Handgelenkbruch, den er sich im Dezember am Ende seines Lauftrainings wegen eines Ausrutschers auf Schnee zugezogen hatte, behindert ihn nicht mehr, machte aber gewisse Anpassungen bei der Vorbereitung nötig. «Ich habe rund 1000 bis 1500 km zuhause auf der Rolle trainiert», so Hopf, der mit dem virtuellen Radsimulator vor dem Bildschirm gegen Konkurrenten auf der ganzen Welt gefahren war.

Einen kleinen Trainingsrückstand weist er beim Schwimmen auf, was nicht weiter schlimm sei. Denn das Rennen werde nicht in dieser Disziplin, sondern auf dem Rad und dann vor allem im Marathon entschieden, wo Steigungen bis über 20 Prozent die Grenzen der 250 Triathleten ausloten.

Entry List Swissman 2018 unter www.bielertagblatt.ch/swissman

Stucki beginnt gegen Alpiger

Schwinger Morgen wird im Freiburgerland das traditionelle Schwing- und Älplerfest Schwarzsee ausgetragen. Aus dem Seeland mit dabei sind die Aushängeschilder Christian Stucki und Florian Gnägi. Ursprünglich hatten sich auch die Brüder Philipp und Dominik Roth angemeldet, müssen aber aus Verletzungsgründen passen (das BT berichtete). Wettkampfbeginn am Bergkranzfest ist um 8.30 Uhr. Stucki bekommt es zum Auftakt mit dem Eidgenössischen Kranzschwinger Nick Alpiger zu tun. Der 21-jährige Aargauer hat vor drei Wochen in Aarau Rohr das Aargauische Kantonschwingfest mit einem Sieg im Schlussgang gegen Bruno Giger für sich entschieden und liegt in der Jahreswertung unmittelbar vor dem punktgleichen Lysser Stucki auf Platz 11. Gnägi startet am Schwarzsee gegen den Teilverbandskranzschwinger Benjamin Gapany ins Fest. *fr*

Spitzenpaarungen 1. Gang: Matthias Glarner *** (Meiringen/BO) - Lario Kramer ** (Kerzers/FR). Christian Stucki *** (Lyss/SL) - Nick Alpiger *** (Lenzburg/AG). Thomas Sempach *** (Oberdiessbach/ET) - Patrick Rämmerter *** (Zofingen/AG). Florian Gnägi *** (Aarberg/SL) - Benjamin Gapany ** (La Gruyère/FR). Simon Anderegg *** (Meiringen/BO) - Christoph Bieri *** (Baden-Brugg/AG). Curdin Orlik ** (Frutigen/Unterlandquart/BO) - Mario Thürig *** (Lenzburg/AG). Marc Guisolan ** (Estavayer-le-Lac/FR) - Tobias Widmer ** (Aarau/AG). David Schmid *** (Fricktal/AG) - Damian Gehrig *** (Sumiswald/ET).

In der Höhle der Junglöwen

Schwinger Am Nordostschweizer Fest in Herisau werden morgen die besten drei Schwinger der jungen Garde aufeinandertreffen. Der Entlebucher Joel Wicki gastiert bei Armon Orlik und Samuel Giger. Diese Generation – die drei sind zwischen 20 und 23 Jahre alt – hat in der bisherigen Saison deutlich mehr überzeugt als die bestanden Älteren. Im ersten Gang werden Orlik und Wicki zusammenzueilen.

Schwingerkönig Kilian Wenger, der wegen einer Bauchmuskelerzerrung fünf Wochen aussetzen musste und daneben nie in die Nähe eines Festsieges gekommen war, ist morgen nur ein Aussenseiter. Er misst sich zum Auftakt mit dem früheren Unspunnensieger Daniel Bösch. Der zurzeit stärkere in Herisau antretende Berner Trumpfist Matthias Aeschbacher. Der Emmentaler bodigte zuletzt im Schlussgang des Seeländer Christian Stucki. Im Anschwingen wird er Giger herausfordern. *sda*

Standpunkt

Never again Sion 2xxx



Daniel Müller

Der Spruch «Freude herrscht» hat den damaligen Bundesrat Adolf Ogi 1992 bekannt gemacht. Es mag lange her sein, aber irgendwie ist dieses Ereignis immer noch präsent. Zwar nicht im Kontext des Sports ausgesprochen, aber dennoch als Sinnbild für Pioniergeist,

welcher unser Astronaut Claude Nicollier damals an den Tag legte.

Ein gutes Jahrzehnt später profitierte die Olympiakandidatur für Sion 2006 noch immer vom Charisma Ogis. Er legte eine unbändige Passion an den Tag und schürte die Hoffnung, dass sich die Schweiz im besten Lichte der Welt präsentieren könnte. Die Schweizer wie auch die direkt betroffenen Walliser liessen sich mehrheitlich von diesem Virus befallen und stimmten der grossen Herausforderung positiv zu. Erst und durchsichtige Machenschaften im IOC machten dem Vorhaben einen Strich durch die Rechnung. Wer die Olympischen Spiele im nahen Turin besuchte, kann gut einschätzen, dass wir Schweizer diesen Anlass mit grosser Wahrscheinlichkeit wesentlich besser und nachhaltiger als unsere süd-

lichen Nachbarn organisiert hätten. Tempi passati.

Seither machten das IOC, die Fifa und andere Sportverbände vor allem durch Korruption und Filz, Doping und Betrug, Gigantomie, Mediengeilheit und Arroganz von sich reden. Kein Wunder, dass solche Machenschaften von der grossen Öffentlichkeit nicht goutiert werden und das Vertrauen in die Institutionen verloren geht. Das musste die gescheiterte Kandidatur nun schmerzlich verspüren.

Ein grosses Problem ist also von der Sportwelt hausgemacht. Gerade bei der nach Gerechtigkeit und Korrektheit strebenden Schweiz, die ein Grossteil der internationalen Sportverbände beheimatet und durch Vorteile wie Steuerfreiheit gar noch stützt, führte dies zu einer Retourkutsche. Solche Machenschaften sind einfach inakzeptabel.

Dass das Projekt insbesondere durch Bescheidenheit, Ökologie und Nachhaltigkeit geprägt war, konnte nie glaubhaft gemacht werden. Die Kandidatur verlief zahm und unglücklich und liess keinen Fettnapf aussen vor. Erst war es Persona non grata Christian Constantin, der in die Suppe spuckte. Pirmin Zurbriggen liess sich gar zu einer illegalen PR-Aktion auf dem Matterhorn hinreissen und wurde von den eigenen Walliser Behörden kanibalisiert. Viel zu spät und auf die Romandie beschränkt versuchte man das Steuer herumzureissen. Der Bieler Fränk Hofer als umtriebiger Kampagnenleiter wurde stillschweigend abgesetzt, die ersten Ambassadoren im Regen stehen gelassen. Entgegen der Kampagne für 2006 war im Wallis kein Feuer zu verspüren. Ein charismatisches Zugpferd im OK war nicht

auszumachen und Roger Federer liess sich nicht einspannen. Hans Stöckli und Jürg Stahl mochten sich zwar redlich engagieren, als Frontkämpfer fehlt ihnen aber die Strahlkraft.

Wir Schweizer sind offensichtlich fett, trüg und bequem geworden. Lieber verteidigen wir alte Pfunde, als dass wir innovative neue Herausforderungen anpacken. Sehen das Glas eher halb leer als halb voll, priorisieren Gefahren, verteuflern Chancen, schielen neidvoll auf den Nachbarn, anstatt uns selber voranzutreiben. Beherrschbare Nebensächlichkeiten werden hochstilisiert und der Blick auf das grosse Ganze ausgeblendet. Im Hinblick auf die sportliche, gesellschaftliche und wirtschaftliche Zukunft unseres Landes stimmt mich dies überaus nachdenklich.

«Freude herrscht nicht mehr» unter den Schweizer Sport-

freunden. Als faire Wettkämpfer werden wir diese Niederlage selbstverständlich akzeptieren, wenn auch zähneknirschend. Viel mehr als die Ablehnung schmerzt jedoch der Gedanke, dass in der Schweiz wohl kaum je mehr Olympische Spiele oder ähnliche Anlässe opportun sind. Dass man initiative Leute findet, die sich für eine gute Sache engagieren, noch viel weniger. Und dass sich unsere Jugend andere Ziele setzen muss, als einmal in der Heimat nach goldenen Medaillen zu kämpfen. Eine grosse Chance für die Zukunft ist vertan. Einfach nur schade!

Info: Daniel Müller, Curling-Olympiasieger 1998 in Nagano, passionierter Curler, Segler, Biker, Snowboarder, Koch- und Weinliebhaber, als Projektleiter für Kunden in Informatik, Logistik und Industrie tätig.