

Der Schaaner Walter Eberle wagt in Buchs den fünffachen Ultratriathlon

Herausforderung Im August findet zum zweiten Mal ein Ultratriathlon im St. Galler Rheintal statt. Zum ersten Mal ist ein handicapierter Athlet mit dabei: Walter Eberle aus Schaan wagt den sogenannten Quintuple Ultratriathlon - jeden Tag einen Ironman, für fünf Tage in Folge.

Für zwei Wochen wird Buchs im August wieder zum Mittelpunkt der Ultratriathlon-Szene: Knapp vierzig Athleten aus aller Welt reisen ins St. Galler Rheintal und wagen einen fünf-, oder gar zehnfachen Langdistanz-Triathlon. Am «swissultra» mit dabei ist mit Walter Eberle aus Schaan zum ersten Mal auch ein Athlet aus der Gegend. Der 55-Jährige wird den Quintuple wagen. Das heisst, er schwimmt jeden Tag 3,8 km im Freibad Buchs, wechselt dann aufs Velo und absolviert in 9-km-Runden, insgesamt 180 Kilometer auf dem Rheindamm, bis er dann auf den finalen Marathon wechselt (42,2 km). Dieses Pensum gilt es jeden Tag zu bewältigen, für insgesamt fünf Tage in Folge. Los gehts am 26. August um 7 Uhr morgens.

Schweizer Meister im Handbike

Diese Distanzen sind für jeden Athleten eine Herausforderung - für Eberle kommt noch eine Dimension hinzu: Als handicapierter Athlet wird er die Radstrecke mit dem Kniebicycle absolvieren und den Marathon im Rennrollstuhl. «Die Velostrecke wird das kleinste Problem», sagt Eberle. Seit über zehn



Im Februar hat Walter Eberle die Radstrecke getestet. Enge Kurven sind für ihn dabei kein Problem. (Foto: Swissultra/Katrin Meier)

Jahren ist er im Para-Cycling erfolgreich unterwegs, war unter anderem 2005 Schweizer Meister im Handbike und gewann 2010 die Europacup-Gesamtwertung. Viermal absolvierte er mit Teamkollegen das Radrennen «Tortour» und schnupperte 2011 zum ersten Mal Ultratriathlon-Luft. Damals fand in Neftenbach (ZH) der erste Ultratriathlon in der Schweiz statt. Eberle nahm in der Stafette zusammen mit anderen Athleten teil und absolvierte 360 Kilometer mit dem Handbike.

Schwimmen als Herausforderung

In Buchs erwartet den Top-Handbiker aber noch eine eher ungewohnte Disziplin: Schwimmen. «Bis jetzt

war ich noch nie länger als eine Stunde im Wasser», gesteht Eberle. «Nun muss ich üben, technisch sauber zu schwimmen.» Kurz nach seiner Anmeldung zum «swissultra» traf sich Eberle deshalb mit Ultratriathlon Daniel Meier, Initiator der Schweizer Ultratriathlon-Wettkämpfe und selbst Teilnehmer am «swissultra» (Deca Continuous). Im Hallenbad Buchs übten sie zusammen das Schwimmen mit Neopren, ein weiteres Novum für Eberle. «Da die ganze Kraft allein aus dem Oberkörper kommt, braucht Walter entsprechend Stabilität im Becken, damit die gelähmten Beine der idealen Wasserposition nahekommen», erklärt Meier.

Mindestens einmal pro Woche plant Eberle nun eine Einheit im Wasser. Rund zwei Stunden wird er für die 3,8 Kilometer benötigen, schätzt der Liechtensteiner. Das Radfahren muss er dafür nicht speziell trainieren. «Wenn das Wetter schön ist, zieht es mich automatisch nach draussen. Ich sage auch mal einen Termin ab und gehe stattdessen trainieren, da kenn ich nichts.»

Fünf statt nur einer

Walter Eberle träumt schon lang davon, einen Ironman zu finishen. «Eigentlich wollte ich ja nur mal einen machen», schmunzelt er, «nun sind es halt gleich fünf.» Schon am Double Deca Ultratriathlon letztes Jahr

war er ab und zu als Zuschauer vor Ort und beobachtete die Athleten. «Es hat mich fasziniert zu sehen, was körperlich und mit mentaler Stärke möglich ist. Und der Wettkampf ist praktisch vor meiner Haustür - da muss ich ja mitmachen.» Die grösste Herausforderung werde sein, den Rhythmus zu finden und verletzungsfrei zu bleiben. «Ob handicapiert oder nicht - jeder Athlet muss herausfinden, mit wie wenig Schlaf er zurechtkommt, damit Konzentration und Kreislauf stabil bleiben», bestätigt Daniel Meier. (pd)

«SWISSULTRA»

Vom 14. bis 31. August 2017 findet in Buchs (SG) zum zweiten Mal ein Ultratriathlon statt. Unter dem Namen «swissultra» werden dieses Jahr zwei verschiedene Distanzen angeboten: ein Quintuple (5-fach-Ultratriathlon) und ein Deca (10-facher). Beide Distanzen können jeweils im Modus «one per day» (ein Ultratriathlon pro Tag) oder «continuous» (alles am Stück) absolviert werden. Bisher haben sich insgesamt 37 Athleten aus aller Welt angemeldet. Organisiert wird der «swissultra» vom Verein Swiss Ultratriathlon. Präsident Jeff Lüscher und sein Team werden unterstützt von zahlreichen Helfern von Swiss Volunteers. Auch Sponsoren aus der Region wie Merck (Sigma Aldrich), LG Bau oder die Tamina Therme sowie die Stadt Buchs tragen wesentlich zum Gelingen des Wettkampfs bei. Der Ultratriathlon Schweiz zählt zur IUTA World Cup Series 2017. Weitere Informationen gibt es auf www.iutasport.com, www.swissultra.ch und www.facebook.com/swissultra. (pd)

Torball

Schweizer Meisterschaft

BAD RAGAZ Heute Samstag wird in Bad Ragaz um den Schweizer Meistertitel im Torball gekämpft. Dieses Jahr sind acht Herrenteams am Start. In der Sporthalle Badrieb in Bad Ragaz werden die Spiele um 10 Uhr beginnen und bis etwa 18 Uhr andauern. Eine Festwirtschaft vor Ort sorgt für das leibliche Wohl. Der in Bad Ragaz trainierende Torballclub Heidiland gehört zu Procap Sarganserland-Werdenberg. Die Heidländler liegen nach der Vorrunde, die Ende März in Glarus gespielt wurde, knapp hinter Basel und vor dem noch amtierenden Schweizer Meister Amriswil auf Platz zwei. Nutzen Sie die Chance, diese interessante und abwechslungsreiche Ballsportart für Sehbehinderte und Blinde hautnah miterleben zu können. Der Veranstalter und die Sportler freuen sich heute Samstag auf viele sportinteressierte Besucher. (pd)

Minigolf

Wildmandliturnier steigt morgen

VADUZ Im Kalender der Minigolfer aus der Region ist es längst zum Fixpunkt geworden: Das traditionelle Wildmandliturnier. Die 13. Auflage wird in diesem Jahr morgen Sonntag (ab 8 Uhr) durchgeführt. Gespielt wird erneut auf den Betonkursen der Minigolfanlage Vaduz. 2017 zählt das Turnier zum Grenzcup (bestehend aus diversen Clubs aus dem St. Galler Rheintal, Vorarlberg und auch Liechtenstein). Teilnahmeberechtigt sind beim vom Minigolfclub Triesenberg organisierten Bewerb alle lizenzierten Spieler. Gespielt werden jeweils drei Runden. Der Tagessieger erhält einen Wanderpreis, zudem dürfen sich alle Teilnehmer über einen Sachpreis freuen. (mp/pd)

Städtlelauf vor neuem Teilnehmerrekord

Leichtathletik Zum 33. Mal laufen Laufsportbegeisterte aus nah und fern beim heutigen Städtlelauf im Zentrum von Vaduz. Noch nie gab es mehr Voranmeldungen als in diesem Jahr. Bei optimalem Wetter könnte sich ein neuer Rekord ausgeben.

VON FLORIAN HEPBERGER

Bis zum Donnerstagabend haben 640 Personen die Möglichkeit der Voranmeldung genutzt. Die meisten dieser freuen sich bereits auf ihre personalisierte Startnummer, die es für alle Anmeldungen bis zum vergangenen Mittwochabend gab. Dennoch gibt es auch für Kurzschnellere weiterhin die Gelegenheit, bei der traditionellen Laufveranstaltung durch das Vaduzer Städtle dabei zu sein. Bis eine Stunde vor dem Start werden Nachmeldungen entgegen genommen. Und genau diese könnten den Teilnehmerrekord brechen lassen. Dieser liegt gemäss OK-Chef Markus Verling bei 750 Teilnehmern. «Wir haben im Schnitt 100 bis 150 Nachmeldungen zu verzeichnen, damit könnte die Rekordmarke in diesem Jahr fallen», erläutert Verling. Sollte das Wetter am heutigen Nachmittag passen, so könnten gemäss Verling bis zu 800 Teilnehmer die verschiedenen Distanzen von 100 Meter bis zum 10-Kilometer-Lauf in Angriff nehmen.

Definitiver Startort noch offen

Trotz der umfangreichen Bauarbeiten, die derzeit im Vaduzer Städtle durchgeführt werden, kann der traditionelle Lauf auf den gewohnten Strecken über die Bühne gehen. «Wir werden möglicherweise den Start etwas verschieben, da sich dieser genau bei der Baustelle vom ehemaligen Hotel Real befinden würde», lässt Verling diese Option noch offen. Und auch beim grossen Verpflegungszelt beim Rathausplatz mussten die Verantwortlichen etwas improvisieren. Aufgrund der Schneelage konnten die Bauarbeiten nicht im geplanten Zeitrahmen durchgeführt werden und bis zur



Um 14.30 Uhr wird heute der Vaduzer Städtlelauf 2017 eröffnet (Foto: Nils Vollmar)

VADUZER STÄDTLELAUF 2017

Programm für den heutigen Lauftag

Kategorie	Distanz	Zeit
Bambinis	200m	14.30
Piccolos	200m	14.35
Kids	200m	14.40
Zwergle	100m	14.50
U10-Kategorie	750m	15.00
U12-Kategorie	1400m	15.10
U14-Kategorie	1400m	15.10
Städtlejonger	2200m	15.25
Special Olympics	mind. 1200m	15.25
U16 Frauen/Herren	2200m	16.30
U18 Frauen/Herren	2200m	16.30
Junioren	10 000m	16.45
Frauen/Herren 20	10 000m	16.45

Frauen/Herren 30	10 000m	16.45
Frauen/Herren 40	10 000m	16.45
Frauen/Herren 50	10 000m	16.45
Frauen/Herren 60	10 000m	16.45
Frauen/Herren 70	10 000m	16.45

Nachmeldungen sind noch bis eine Stunde vor dem jeweiligen Start möglich (Zuschlag von 5 Franken). Teilnehmer bis 18 Jahre nehmen auch dieses Jahr gratis am Städtlelauf teil.

Anmeldungen und mehr Informationen zum Vaduzer Städtlelauf 2017 auf Facebook sowie unter www.vaduzer-staedtlelauf.li

endgültigen Fertigstellung dauert es wohl noch bis Mitte Mai. «Wir können dennoch unsere Bewirtung auf dem Rathausplatz durchführen. Wir haben ein provisorisches Zelt aufgebaut und können die Verpflegung wie geplant auf dem Rathausplatz durchführen», ist Markus Verling froh, keine grösseren Einschränkungen zu haben.

Nach dem Start in der Nähe des ehemaligen Hotel Real absolvieren die Teilnehmer je nach Kategorie entweder die kleinste Distanz vom Real bis zum Ziel beim Rathaus, die kleine Runde über 650 Meter oder die Städtle-Runde über 1050 Meter. Und je nach Kategorie gibt es ein oder mehrere Runden zu absolvieren. Im Hauptlauf über die 10-km-Distanz werden die Teilnehmer zunächst zwei Städtle-Runden und anschliessend drei grosse Runden in Angriff nehmen. Die 2,6 Kilometer lange grosse Runde führt hinauf zur Hofkellerei und unterhalb dieser vorbei wieder auf die Städtle-Runde.

2500 bis 3000 Fans an der Strecke

Ein wichtiger Bestandteil ist der Städtlelauf auch für die Athleten von Special Olympics Liechtenstein (SOLie), die Jahr für Jahr mit rund 50 Vertretern mitwirken. «Diese Sportler bringen eine tolle Atmosphäre mit, die sich auch auf die Zuschauer überträgt», führte OK-Chef Markus Verling aus. Und bei den SOLie-Teilnehmern geht es nicht um eine gute Zeit, sondern darum, mit grosser Freude die Ziellinie zu überqueren.

Angefeuert werden die laufbegeisterten Athleten übrigens jährlich von etwa 2500 bis 3000 Besuchern am Streckenrand, die alle Teilnehmer lautstark unterstützen. Das wird auch heute so sein.