

# «Teamspirit ist mir wichtiger als die Resultate»

## Erneut ein Podestplatz für das Team Koach in Südafrika

Während sich Team Koach-Athletin Rahel Bättig als 3. der Age Group 25-29 für die Weltmeisterschaft in Hawaii qualifizierte, musste Urs Müller den Ironman South Africa von Port Elisabeth vom vergangenen Sonntag mit Krämpfen in beiden Beinen nach dem Rad aufgeben. «Höhen und Tiefen» titelte Coach Kurt Müller seinen Rennbericht auf [kmsport-coaching.ch](http://kmsport-coaching.ch).

Rahel Bättig teilte ihren Wettkampf bei schwierigen Bedingungen mit viel Wind sehr klug ein. Sie war 3. nach dem Schwimmen, hielt den Platz auf dem Rennrad und traf schliesslich als 3. nach 12:06 im Ziel ein. Der Erfolg ist eine grosse Genugtuung für Rahel Bättig, deren Wettkampffahr 2013 sehr schwierig war. Während des Win-

ters hat sie sorgfältig zusammen mit Coach Kurt Müller aufgebaut. Im Vorfeld habe sie ihn immer wieder gefragt, wie ihre Leistung einzustufen sei. Er habe ihr jeweils geantwortet: «Halte dich an deine Trainingswerte und es wird vieles möglich!»

### Teamsprint ist wichtig

Urs Müller hatte die sportliche Reife, in der Wechselzone zwischen Rennrad und Laufen das Rennen aufzugeben. Er hatte schwere Krämpfe auf den letzten 40 der 180 Radkilometer, fiel auf den 13. Rang zurück und wollte sich einen kräfteraubenden Marathon, der viel Erholungszeit erfordert hätte, ersparen. Trotz der Enttäuschung lobt Kurt Müller: «Mir ist wichtig, dass niemand abhebt, sich aber auch niemand verkriechen muss. Deshalb ist mir der Teamspirit so wichtig. Wir feiern die Erfolge gemeinsam und tragen die



Mit Freude zeigt Rahel Bättig ihre Trophäe, die sie als 3. errungen hat. (Bild km)

Niederlagen ebenso kollegial.» Der Coach unterstützt die Athleten bei der Analyse, hilft ihnen, Lehren zu ziehen und diese im Training umzusetzen: «Urs und ich sind überzeugt, dass er bei seinen nächsten Zielen, dem Ironman 70.3 auf Mallorca und dem Ironman Zürich seine gute Form zeigen kann.»

Auch bei den anderen zwei Athleten, die Kurt Müller trainiert, Petra und Paul Eggen, lagen Höhen und Tiefen nahe bei einander. Paul kollidierte auf dem Rad mit einem anderen Athleten und musste das Rennen aufgeben. Petra konnte dagegen mit der Gewissheit ins Ziel einlaufen, einen der schwersten Ironman erfolgreich bewältigt zu haben.

Das Fazit von Kurt Müller: «Auf dem Weg zum Erfolg müssen alle ihre Krisen überwinden. Der Erfolg gründet meist in der erfolgreichen Auseinandersetzung mit Tiefschlägen.» (tk)