

Starke Ämtler am Ironman 70.3

Attraktiver Wettkampf für Publikum und Athleten zum vorläufig letzten Mal

Der vorläufig letzte Ironman 70.3 in Rapperswil war geprägt von moderaten Temperaturen, Wind und – je nach Start- und Endzeit – starkem Regen. Dennoch verfolgten viele Zuschauer den Wettkampf, an dem die Ämtler eine bemerkenswerte Leistungsdichte an der Spitze demonstrierten.

Bei den Männern erzielten Urs Müller (Wettswil) und Oliver Fischer (Bonstetten) die Spitzenresultate aus der Sicht des Bezirks Affoltern, bei den Frauen waren es Claudia Glättli (Ebetswil) und Laurence Lhommel (Mettmenstetten). Einen Rang in den Top Ten ihrer Altersklasse erzielten Urs Müller als Dritter bei M25 und sein Vater Kurt Müller (Stallikon) als 8. bei M55. Nicht weniger als 11 der 16 Ämtler und drei Ämtlerinnen klassierten sich im ersten Drittel der 1980 gestarteten Athletinnen und Athleten.

Beim Ironman 70.3 ist die Hälfte der klassischen Ironman-Distanz zurückzulegen, nämlich 1.9 km Schwimmen, 90.1 km auf dem Rad und ein Halbmarathon (21.1 km). Hier treffen sich deshalb Kurz- und Langstreckenathleten. Am deutlichsten zeigte sich dies bei den Profi-Frauen: Nicola Spirig, Anwärterin auf eine Medaille am olympischen Triathlon in London, gewann das Rennen vor der Langstreckentriathletin Caroline Steffen. Bei den Profi-Männern dagegen gewann mit Michael Raelert der eigentliche Spezialist über diese Distanz, der bereits drei Wochen zuvor auf Mallorca über dieselbe Distanz dominiert hatte.

Der Umbau von Knies Kinderzoo und das Fehlen eines Hauptsponsors führen dazu, dass zumindest im nächsten Jahr kein Ironman 70.3 in Rapperswil stattfindet. Dies ist ausge-



Zeit für ein Lächeln bleibt immer: Laurence Lhommel aus Mettmenstetten wechselt vom Schwimmen aufs Rennrad. (Bild Erika Schmid)

sprochen schade, denn das Schwimmen im Obersee ist – hat man sich erst einmal an das kalte Wasser gewöhnt – attraktiv, die Radstrecke ins Zürcher Oberland ausgesprochen schön und die Laufstrecke, um durch Rapperswil mit der Schlossstrecke, der «stairway to heaven», als Krönung, ist sehr abwechslungsreich mit einem raschen Wechsel von Naturlandschaft und stimmungsvoller Innenstadt. Hinzu kommt eine professionelle Organisation, die Jahr für Jahr an Details feilt, um die Wettkampfbedingungen

zu perfektionieren. Dazu zählt auch die Leistung der Schiedsrichter, die mit dem richtigen Augenmass für ein faires Rennen gesorgt haben. Sowohl aus der Sicht der Athletinnen und Athleten als auch des Publikums ist zu wünschen, dass der Ironman Rapperswil nicht definitiv aus dem Kalender verschwindet. (bs.)

Die Resultate der Ämtler

Männer: Urs Müller, Wettswil, 04:18:35, 3. M25; Oliver Fischer, Bonstetten, 04:32:54, 25. M35; Thomas Zbinden, Ottenbach, 04:41:27, 30. M40; Manuel Schönbächler, Affoltern am Albis, 04:46:37, 31. M25; Koni Schelbert, Knonau, 04:48:51, 46. M40; Adrian Glättli, Ebetswil,

04:54:16, 69. M35; Kurt Müller, Stallikon, 04:59:44, 8. M55; Bernhard Schneider, Ottenbach, 05:02:42, 16. M50; Francesco Maggitti, Hausen am Albis, 05:08:10, 120. M40; Daniel Rubsch, Aeugst am Albis, 05:08:55, 126. M40; Thomas Müller, Stallikon, 05:12:03, 75. M45; Peter Studer, Affoltern am Albis, 05:42:30, 171. M45; Bruno Rigoni, Obfelden, 05:50:23, 250. M40; Clemens Steffan, Stallikon, 05:52:49, 263. M35; Simon Waddington, Ebetswil, 06:13:31, 231. M45; Christian Hausner, Mettmenstetten, 06:19:52, 250. M30.

Frauen: Claudia Glättli, Ebetswil, 05:41:44, 30. F35; Laurence Lhommel, Mettmenstetten, 05:52:21, 28. F40; Danja Klink, Wettswil, 07:52:48, 46. F40.

Neue persönliche Bestzeiten

Auch das Tri MüPa/KM Coaching Team, von Coach Kurt Müller war Half-Ironman 70.3 in Rapperswil mit zehn Athleten gut vertreten.

Für die einen war Rapperswil als Saisonhöhepunkt und für die anderen als Vorbereitungswettkampf für den am 15. Juli stattfindenden Ironman in Zürich geplant. Die Distanz ist ideal für die Triathleten, um ausreichend Wettkampferfahrung zu sammeln, sowie Nahrung und Material nochmals einem Hätetest zu unterziehen.

Das Team traf sich bereits am Samstag beim Start- und Zielgelände, um gemeinsam die Startnummern abzuholen. Auch eine kleine Trainingseinheit mit Velo und anschließendem Koppellauf stand noch auf dem Programm. Diese kleine Einheit wird dazu genutzt, den Körper wieder aus der Erholungs-

phase zu wecken. Die Zeit vor der Wettkampf-Besprechung, an welcher der Veranstalter nochmals auf die wichtigsten Wettkampffregeln und auf allfällige Gefahren auf der Wettkampfstrecke hinweist, nutzte das Team noch zu einem Besuch beim Team Sponsor.

Team-Coach Müller zeigte sich nach dem Wettkampf sehr zufrieden mit den einzelnen Leistungen, konnten doch alle Athleten ihre Bestleistungen um 10 bis 30 Minuten verbessern. Mit Urs Müller und Reto Fröhli platzierten sich zwei Athleten in den Top 50 – inmitten des Profifelds. Manuel Schönbächler erreicht an seinem ersten Half-Ironman ein Topresultat.

Die nächste Herausforderung des Teams wird der Triathlon in Zug am 17. Juni sein, wo wieder einige Athleten am Start stehen.

Weitere Infos und Bilder unter www.kmsportcoaching.ch.



Coach Kurt Müller (rechts) zeigt sich sehr zufrieden mit den Leistungen seiner Teammitglieder. (Bild zvg.)