

Schöne Strecken, gute Stimmung, perfekte Organisation

Ämtler am Saisonhöhepunkt des Schweizer Triathlons in Zürich

Das Zürcher Ironman-Wochenende zog, wie üblich, auch viele Ämtlerinnen und Ämtler an. 15 beendeten am Samstag die olympische Distanz bei wechselhaftem Wetter, acht am Sonntag den Ironman bei Temperaturen von bis zu 35 Grad am Schatten. Dabei resultierten zwei Altersklassensiege und zahlreiche weitere Spitzenleistungen.

VON BERNHARD SCHNEIDER

Der erste Start über die olympische Distanz verzögerte sich am Samstag wegen Gewittergefahr um nahezu eine halbe Stunde. Bald danach trocknete die Sonne die Strassen wieder ab, bevor erneuter Niederschlag in ein paar heiklen Kurven auf dem Rad wieder zur Vorsicht mahnte. Die Organisation des Ironman Switzerland konnte so auch unter erschwerten Bedingungen zeigen, dass sie in der Lage ist, flexibel zu reagieren, um perfekte Rennbedingungen zu schaffen.

Mit der schnellsten Zeit aller Ämtlerinnen und Ämtler auf der olympischen Distanz (1.5 Kilometer Schwimmen, 40 Kilometer Rad, 10 Kilometer laufen) gewann Luca Re Cecconi gleich auch seine Altersklasse. Im Wasser war er zwar eine halbe Minute langsamer als Christian Fässler, dank einer Radzeit von weniger als einer Stunde und einer starken Laufzeit setzte er sich an die Spitze. Noch schneller lief Yevgeniy Ilyin, nämlich in 37:13 Minuten.

Zweitschnellster Ämtler insgesamt war Christian Fässler, gefolgt von Olivier Herbelin und Roman Hofstetter. Schnellste Frau aus dem Bezirk Affoltern war Désirée Huber. Für den zweiten Podestplatz besorgt war – einmal mehr – Werner Ammann.

Zweite Marathonhälfte entscheidet

Beim Ironman sind nach 3.8 im Zürichsee 180 Kilometer auf dem Rad zwischen Zürich, Feldbach, der Forch und Rüslikon zu bewältigen. Je länger der Wettkampf dauerte, desto stärker machte sich die Hitze bemerkbar. Entscheidend war, die Kräfte gut aufzuteilen, auf dem Velo nicht zu schnell zu fahren, um genügend Energie für die zweite Marathonhälfte aufzusparen. Sieht man vom Gesamtsieger, Jan van Berckel, ab, der einen neuen Streckenrekord erzielte, war es für die meisten Athletinnen und Athleten nicht der Tag der persönlichen Bestzeit.

Weniger überraschend war ein Profi schnellster Ämtler: Urs Müller zeigte mit einer Gesamtzeit von 8:55 Stunden und einem Marathon in 3:10 Stunden, dass wieder mit ihm zu rechnen ist. Unter 10 Stunden blieb auch Daniel Rapp, der in allen drei Teildisziplinen die zweitbeste Zeit der Ämtler Finisher hinter Müller erreichte.

Starke Leistungen zeigten auch die einzige Frau aus der Region, Claudia Glättli, und ihr Ehemann Adrian. Für Claudia war es der erste Ironman in Zürich, für Adrian der zweite, wobei er trotz der extremen Hitze eine persönliche Bestzeit aufstellte. «Das Wasser war angenehm, im Neopren wäre es sicher zu heiss gewesen, aber die vier Kilometer kamen mit unendlich lang vor», meinte Adrian Glättli, dem der Parcours im Zürichsee mit einer Runde aber sehr gut gefiel. Claudia Glättli empfand den soge-



Coach Kurt Müller (rechts) mit der Trophäe des stärksten Teams. Neben ihm von links: Martin Welti (2. Altersklasse und Hawaii-Qualifikation), Bernhard Schneider (1., Verzicht auf Hawaii), André Weber (Hawaii-Qualifikation) und Roberto Weichelt. (Bild Erika Schmid)

«Sieg im Heimwettkampf ist ein besonderes Vergnügen»

Team Koach dominiert beim Ironman Switzerland

«Es ist ein besonderes Vergnügen, im Heimwettkampf in Zürich als das stärkste Team ausgezeichnet zu werden», zog Kurt Müller nach dem erfolgreichen Auftritt beim Ironman in Zürich mit insgesamt zwei Dutzend Finishern und fünf Podestplätzen Bilanz.

Während des Ironman-Wettkampfs vom Sonntag verkündete der Speaker beim Fraumünsterplatz nach 17 Uhr, die Luft kühle sich ab, das Thermometer zeige nur noch 33 Grad im Schatten. Die Hitze entsprach den Vorhersagen, weshalb Coach Kurt Müller seine Athleten von Beginn weg aufforderte, so viel wie möglich zu kühlen.

Aufgrund des Neopren-Verbotes angesichts der Wassertemperatur von 24,6 Grad befanden sich die Amateure zwar deutlich länger im Wasser als üblich – die Profi-Triathleten schwammen bereits ab 22 Grad ohne Schwimmanzug –, doch es erwies sich im Lauf des Tages als durchaus sinnvoll, dass sich der Körper nicht bereits im Wasser aufgeheizt hatte. So hiess es ab der ersten Verpflegungsstation auf der

180 Kilometer langen Radstrecke: Trinken und möglichst viel Wasser über Hals und Rücken schütten.

Der eigentliche Abnutzungskampf begann beim Marathon. An jeder Verpflegungsstation wurde neben den üblichen Getränken auch Eis abgegeben, Salz wurde gereicht, die nassen Schwämme waren äusserst begehrt. Vor allem, wer schon länger keine Triathlon-Langdistanz mehr absolviert hatte, bekam dies auf der zweiten Marathonhälfte zu spüren.

Aufbauwettkampf für Urs Müller

Urs Müller hat in den letzten Monaten viel gearbeitet, um sich nach einer langwierigen Knieverletzung und einer Virus-Infektion zurückzukämpfen. Der Ämtler Langdistanz-Profi erbrachte eine solide Leistung mit einer Zeit deutlich unter 9 Stunden. Coach Kurt Müller ist zuversichtlich, dass der Aufbau für die zweite Hälfte der Saison stimmt. Der zweite Ämtler Profi des Teams Koach, Philipp Koutny, befand sich auf dem Weg zum achten Rang, als sich Kurt Müller entschied, ihn nach dem halben Marathon aus taktischen Gründen aus dem Rennen zu nehmen: «Um die Qualifikation für Hawaii auf sicher zu haben,

hätte er sich auf Rang sechs vorkämpfen müssen. Ich erachtete die Chance als grösser, dass er es in einer Woche am Ironman in Tallinn, Estland, mit noch mehr Erholungszeit nach dem Topresultat am Ironman in Frankfurt vor drei Wochen unter die ersten sechs schafft – nach Schwimmen und Radfahren sowie dem halben Marathon ist dies möglich, die zweite Hälfte des Marathons benötigt in ganz anderem Ausmass Erholungszeit.»

Auszeichnung als stärkstes Team

Mit 12 Finishern und zahlreichen starken Einzelleistungen erreichten die Koach-Athleten Rang 1 in der Teamwertung. Bernhard Schneider siegte in seiner Altersklasse, Martin Welti wurde Zweiter und reist zusammen mit André Weber, der Sechster wurde, an die WM in Hawaii. Am Samstag vor dem Ironman fanden die Rennen über die Olympische Distanz statt. Bereits hier glänzte das Team Koach mit 11 Finishern, darunter Edina Jung als Siegerin ihrer Altersklasse und Alfi Caprez und Barbara Grüter auf Rang zwei. (tk)

Weitere Informationen: www.kmsportcoaching.ch.

nannten Rolling Start – alle stehen nach der erwarteten Schwimmzeit ein und gehen in kleinen Gruppen nach einander ins Wasser – sehr positiv, da so viel weniger Hektik entsteht als bei einem Massenstart.

Die erste Radrunde fand noch bei moderaten Temperaturen statt, auf der zweiten wurde es bereits wärmer. Claudia Glättli kämpfte mit Schmerzen am Fussballen, veränderte die Tretposition, worauf sich beim steilsten Aufstieg, dem Heartbreak Hill in Kilchberg, leichte Krämpfe einstellten. Doch die vielen Zuschauer, die gute

Stimmung und insbesondere die motivierenden Zurufe von Kollegen entlang der ganzen Strecke halfen, darüber hinwegzukommen.

Die Resultate der Ämtler

Ironman: Schneider, Bernhard, Ottenbach, 1. M 60–64, 11:14:18; Glättli, Claudia, Ebertswil, 8. W 45–49, 12:01:32; Rapp, Daniel, Hausen, 11. M 30–34, 9:40:06; Müller, Urs, Stallikon, 12. M PRO, 8:55:30; Glättli, Adrian, Ebertswil, 31. M 45–49, 10:46:20; Gómez Montenegro, Víctor, Wettswil, 104. M 40–44, 12:05:25; Von Escher, Andreas, Obfelden, 130. M 30–34, 12:05:10; Baumeler, Patrick, Bonstetten, 183. M 30–34, 13:36:38.

Olympische Distanz: Re Cecconi, Luca, Bonstetten, 1. M30, 2:04:00; Ammann, Werner, Knonau, 3. M65, 2:57:49; Faessler, Christian, Aegst, 4. M35, 2:12:27; Ilyin, Yevgeniy, Stallikon, 5. M40, 2:17:53; Gray, Tim, Wettswil, 7. M50, 2:26:49; Herbelin, Olivier, Bonstetten, 8. M30, 2:13:39; Hofstetter, Roman, Bonstetten, 10. M25, 2:17:03; Brodbeck, Patricia, Hedingen, 14. W35, 2:51:52; Schönbächler, Manuel, Mettmenstetten, 22. M30, 2:23:24; Huber, Désirée, Bonstetten, 24. W30, 2:46:57; Hofer, Andreas, Bonstetten, 31. M50, 2:47:06; Hoffmann, Kathrin, Stallikon, 36. W35, 3:26:12; Schuh, Ronny, Hausen, 80. M35, 2:50:53; Brodbeck, Thomas, Wettswil, 129. M30, 3:00:10; Weidenhaupt, Rainer, Obfelden, 131. M35, 3:27:10.

ANZEIGE

Versicherungs-Ratgeber der Mobiliar

Die Generalagentur Affoltern am Albis der Mobiliar informiert:

So versichern Sie Ihr Auto gegen Parkschäden

Parkplätze bergen viel Frustration: Sie sind schwer zu finden, oft eng und teuer – und wenn da nur nicht diese unauffindbaren Parknachbarn wären, die Kratzspuren oder Beulen am Auto hinterlassen.

Gegen hohe Parkgebühren und kleine Abstellplätze haben auch wir keine Lösung; für Parkschäden allerdings schon. Lesen Sie hier, welche Schäden durch welche Versicherung gedeckt sind.

Ist das Touchieren der Mauer ein Parkschaden?

Nein, versicherungstechnisch nicht. Hier würde man von einer Kollision sprechen, welche über die Vollkasko versichert ist. Die Bezeichnung «Parkschaden» trifft dann zu, wenn Ihr Auto parkiert ist und von unbekanntem Dritten beschädigt wird. Beispielsweise wenn Ihr Parkplatznachbar beim Öffnen seiner Autotür eine Beule an Ihrem Fahrzeug verursacht hatte – und dann, ohne Kontaktangaben zu hinterlassen, davon fuhr. Eine Abwicklung über dessen Haftpflichtversicherung ist somit nicht möglich.

Teil- oder Vollkasko helfen nur bedingt

Um in solchen Situationen nicht auf den Kosten sitzen zu bleiben, empfiehlt sich die Zusatzdeckung «Schäden am parkierten Fahrzeug». Voraussetzung dafür ist eine Vollkaskoversicherung. Bei der Parkschadenversicherung bezahlen Sie – anders als bei der Vollkasko – keinen Selbstbehalt. Und Sie erleiden auch keinen Bonusverlust. Eine Vollkasko und ein Zusatz für Parkschäden eignen sich vor allem für neue Autos. Dies heisst jedoch nicht, dass Halter von älteren Fahrzeugen die Kosten für Beschädigungen unbekannter Dritter in jedem Fall selber übernehmen müssen. In der Teilkasko sind folgende mutwillige Beschädigungen mitversichert: das Abbrechen von Antennen, Rückspiegeln, Scheibenwischern oder Ziervorrichtungen, Zerstreuen der Reifen oder Hineinschütten von schädigenden Stoffen in den Treibstofftank.

Augen auf bei der Parkplatzwahl

Eine Parkschadenversicherung ist aber kein Freipass, um unnötig Risiken einzugehen. Schäden während Demonstrationen sind generell ausgeschlossen. Vom Abstellen des Autos am 1. Mai in der Zürcher Innenstadt ist daher abzuraten. Allgemein ist Vorsicht bei der Parkplatzsuche immer angebracht. Sind Bäume oder andere Objekte in unmittelbarer Nähe, von welchen Gegenstände auf das Fahrzeug fallen könnten? Ist der Parkplatz gut beleuchtet oder liegt er im Dunkeln? In Parkhäusern sollten Sie zudem darauf achten, ob es bei Hochwasser Abflussmöglichkeiten gibt.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen:

Sie erreichen uns unter Telefon 044 762 50 60 oder via E-Mail auf affoltern@mobiliar.ch.
Im Schadenfall: 044 762 50 20



Thomas Naef
Generalagentur Affoltern am Albis
Generalagent

mobiliar.ch

die Mobiliar

dema Liegenschaften
Pflege

Glas-, Stein-, Gebäude-, Unterhalts-,
Fassaden- und Teppichreinigungen
Hauswartungen und Transporte

T 044 761 85 55
www.demaag.ch