

«Die Leistungsdichte wird ständig grösser»

Zwei Ämtler Koach-Profis in den Top 10

Erstmals schafften es am Samstag in Italien zwei Koach-Profis in die Top 10 eines Ironman: Philipp Koutny, Aeugst, wurde in Cervia Achter, Urs Müller, Stallikon, Zehnter. Im Rennen um die Hawaii-Teilnahme 2018 ist Koutny auf Rang 33 vorgestossen – die ersten 50 sind startberechtigt.

Philipp Koutny stieg nach 47 Minuten für 3.8 Kilometer als Neunter innerhalb der ersten Verfolgergruppe aus dem Wasser, wechselte schnell und hielt sich während des ganzen Radrennens in der ersten Gruppe. Urs Müller benötigte drei Minuten länger für das Schwimmen, konnte aber auf dem Rad Terrain gut machen und mit der drittbesten Radzeit overall die zweite Gruppe näher an die erste heranführen. Die beiden Teamkollegen erreichten die Wechselzone als Siebenter und Achter.

Philipp Koutny ging den Marathon sehr schnell an. Nach zwei Dritteln der Strecke lag er auf Platz drei. Urs Müller lief gleichzeitig als Neunter. Nun begann für beide der harte Kampf mit sich selbst. Coach Kurt Müller bilanziert: «Beim ausgezeichnet besetzten Rennen wurde man bei kleinen Fehlern schnell nach hinten durchgereicht. Der Fehler meiner Athleten lag bei der Verpflegung. Ihnen fehlten die Kohlenhydrate, da Cola sehr stark mit Wasser verdünnt gereicht wurde. Zum Zeitpunkt, da man dies bemerkt, ist es jeweils bereits zu spät.»

Zusammen mit den Athleten überprüft Kurt Müller für die künftigen Wettkämpfe das Verpflegungskonzept, um die Abhängigkeit von der offiziellen Verpflegung zu reduzieren. Trotz diesem Lehrgeld ist Kurt Müller positiv überrascht vom Resultat: «Wir haben erstmals bei einem Ironman zwei Profis unseres Teams in den Top 10 platzieren können. Auf diesem Erfolg können wir aufbauen.»

Spitzenplatz nach zwei Unfällen

Am auch bei den Amateuren stark besetzten Rennen in Italien starteten ausser den beiden Profi-Athleten fünf



Philipp Koutny in Cervia: Im Rennen um Hawaii 2018 ist er gut positioniert, aber der Weg ist noch lang.

(Bilder Kurt Müller)

Agegroup-Triathleten des Teams Koach. Ein herausragendes Resultat brachte der Langnauer Sandro Angelastri zustande. Nach dem zweiten AK-Platz beim Ironman Hawaii 2013 hatte er einen schweren Snowboard-Unfall erlitten. Als er sich auf dem Weg zurück zum Leistungssport befand, folgte ein schwerer Radunfall. Nun ist er in Italien erstmals nach vier Jahren wieder an einen Ironman gestartet und hat dank einer hervorragenden Radzeit gleich den fünften Rang erreicht.

«Sandro Angelastri hat an sein Comeback geglaubt und systematisch daran gearbeitet», stellt Kurt Müller fest, «dass er nach zwei schweren Unfällen in so kurzer Zeit wieder zurückgekommen ist und gleich auf Anhieb ein Spitzenresultat gezeigt hat, macht auch anderen Mut, gesundheitliche Rückschläge selbst dann zu überwinden, wenn die Ärzte nicht mehr daran glauben.» (tk)

Weitere Infos: www.kmsportcoaching.ch.