



HC Siders

NL-Comeback 2018?

Der HC Siders dürfte auf die übernächste Saison 2018/2019 wiederum in der NLB spielen. Das jedenfalls ist das Ziel von Präsident Alain Bonnet (Bild) und Genf-Servette. Die Mittelwalliser würden dann das Farmteam des Genfer A-Ligisten bilden. | Seite 19

Samstag, 17. Juni 2017

Enorme Nachfrage

Der Aletsch-Halbmarathon am Sonntag (erster Start um 10.00 Uhr) ist auch in diesem Jahr ausverkauft. 2924 sind angemeldet, erfahrungsgemäss gehen rund 10 Prozent nicht an den Start, sodass man bei den 2500 Startenden ist. «Das ist vom Ablauf her die Grenze, mehr geht nicht», so OK-Präsident Adi Imhof.

Viele Frauen

Was die Organisatoren besonders freut: Mit 36 Prozent ist der Frauenanteil so hoch wie wohl bei keinem anderen Berglauf. Was ein bisschen ärgert: Im letzten Jahr waren alle Schweizer Kantone beim Lauf vertreten, diesmal fehlt Glarus.

Weltmeisterin I

Als Favoritin bei den Frauen steigt Martina Strähl ins Rennen. Sie gewann im Juli 2015 mit einem neuen Streckenrekord den Zermatt Marathon und wurde damit Berglauf-Langstrecken-Weltmeisterin. Im Moment bereitet sich die 30-Jährige auf die Marathon-EM in London vor.

Weltmeisterin II

Einiges erwarten darf man auch von Sarah Kistner. Sie ist vor einer Woche Deutsche Berglaufmeisterin geworden. Im Vorjahr wurde sie U20-Weltmeisterin im Berglauf, davor U20-Europameisterin.

Ideales Wetter

Der Lauf findet wegen des Jodlerfests eine Woche früher statt als üblich. «Die Strecke ist trotzdem in sehr gutem Zustand. Wenig Schnee und viel Sonne – das hat geholfen. Letztes Jahr wärs knapp geworden», so Adi Imhof. Deshalb geht man 2018 wieder eine Woche zurück mit dem Start am 1. Juli.

Alle reisen gratis an

Die Organisatoren können mit einer interessanten Neuerung aufwarten. Wie bei allen Swiss-Runners-Läufen profitieren alle Teilnehmenden von einer kostenlosen Fahrt mit dem öffentlichen Verkehr vom Wohnort zum Veranstaltungsort und zurück. **alb**

Die Sieger der letzten fünf Jahre

- Männer**
2016: Jonathan Schmid, Adelsboden 1:37:16.
2015: Petro Mamu, Gb, 1:26:36 (Streckenrekord).
2014: Cesar Costa, Por/Sz, 51:08 (Ersatzstrecke).
2013: Cesar Costa, Por/Sz, 51:28 (Ersatzstrecke).
2012: Cesar Costa, Por/Sz, 1:31.41.
- Frauen**
2016: Yvonne Kägi, Ebikon, 1:57:56.
2015: Sarah Tunstall, Gb, 1:47:12,9 (Streckenrekord).
2014: Conny Berchtold, Sz, 1:06:55 (Ersatzstrecke).
2013: Céline Hauert, Sz, 59:09 (Ersatzstrecke).
2012: Laura Hrebec, Sz, 1:52:12.

Aletsch-Halbmarathon | Viktor Röthlin startet auf der Bettmeralp – (fast) ohne sportliche Ambitionen

«Ich werde vielen Läufern eine Freude machen»



Hoch hinaus. Viktor Röthlin (Mitte, mit OK-Präsident Adi Imhof, rechts, und Geschäftsführer Toni König, links) will aufs Bettmerhorn und irgendwann auch noch aufs Matterhorn. **FOTO WB**

Viktor Röthlin, wie stark sind Sie am Berg?

«Nun, ich war nie ein passionierter Bergläufer. Aber ich komme schon den Berg hoch. 2013 war ich beim Jungfrau-Marathon Dritter, mit einer der schnelleren Zeiten, die dort je gelaufen wurden. Bei 22 der insgesamt 24 Ausgaben hätte meine Zeit zum Sieg gereicht. Das hätten mir viele nicht zugetraut. Aber hier am Sonntag, das ist eine andere Sache, da gehts definitiv nicht darum, dass ich vorne mitlaufen werde. Das Wetter wird stimmen, das Panorama ist unglaublich und anders als damals beim Jungfrau-Marathon werde ich mir die Zeit nehmen, um die Aussicht zu geniessen.»

Sie sind Botschafter von Raiffeisen, Sie hätten es sich einfach machen können und nur als Ehrenstarter den Startschuss geben können. Sie aber wollten laufen, warum?

«Es gibt auf der ganzen Welt nur einen Lauf, den meine Frau absolviert hat, ich aber nicht. Das muss ich natürlich ändern.» (lacht) «Im Ernst: Sie war hier vor zehn Jahren am Start und hat immer geschwärmt davon. Ich freue mich, dass ich den Lauf nun auch selber bestreiten darf.»

Und die sportlichen Ziele?

«Die stehen absolut nicht im Vordergrund. Ich habe keinen Plan, lasse es auf mich zukommen.»

Für die anderen Teilnehmer wird es speziell sein, einen Lauf mit Viktor Röthlin absolvieren zu können.

«Ich denke, ich werde vielen Läufern eine Freude machen. Sie können mich an einem Lauf schlagen. Aber ich bin auch sehr gespannt auf die Begegnungen unterwegs, wie sie auf mich reagieren werden.»

Am Schluss stehen Sie auf dem Bettmerhorn. Eine Annäherung an das Matterhorn, das Sie ja unbedingt mal besteigen wollen?

«Das ist noch ein weiter Weg, aber ja, das Matterhorn ist im Kopf. Ich will da hinauf, das steht fest. Aber ich muss technisch noch ein bisschen besser werden, vor allem beim Klettern im Fels. Schliesslich habe ich keine Lust, dass mich der Bergführer am Schluss quasi hochziehen muss, ich will auch kein unnötiges Risiko darstellen. Ich bin jetzt 42 Jahre alt, ich denke, das geht auch noch mit 50. Ich stehe also absolut nicht unter Druck. Obwohl: Franz Julen (ehemaliger CEO von Intersport – Red.) hat mir den entsprechenden Gutschein geschenkt. Ich muss mal nachfragen, ob der noch gültig ist.»

«Der Körper hat nach dem Karriereende reagiert. Ich hatte Entzugserscheinungen»

Viktor Röthlin

Als Sie 2014 Ihre Karriere beendet haben, haben Sie gesagt, das Wichtigste sei, «dass ich mich an keinen Plan mehr halten muss, dass ich tun und lassen kann, was ich will». Auf wie viel Bewegung haben Sie noch Lust?

«Ich habe nach wie vor extrem Lust auf Bewegung. Wenn ich Zeit habe, dann gehe ich eher nicht laufen, sondern eher aufs Bike, im Winter auf die Langlaufski. Wenn nur über Mittag eine Stunde zur Verfügung steht, dann laufe ich. Ich renne nach wie vor fürs Leben gern. Das Training war

nie ein Müssen, wäre ja komisch, wenn ich es jetzt plötzlich nicht mehr gern machen würde.»

Aber es gibt keinen Plan mehr, keinen Druck.

«Das ist so. In meiner Aktivzeit bin ich zwei Marathons gelaufen pro Jahr. Von den Leistungen war dann abhängig, ob man bessere Verträge bekam, das hat schon für einen gewissen Druck gesorgt. Jetzt kann ich machen, was ich will. Auch mal einen Mojito trinken, wie jetzt hier auf der Bettmeralp.» (lacht)

Wie hat der Körper auf die Umstellung reagiert?

«Nach Marathons habe ich immer drei Wochen überhaupt nicht trainiert und dann drei Wochen alternativ. Von dem her wars am Anfang nichts anderes. Diesmal habe ich dann aber nach sechs Wochen nicht wieder mit den harten Trainings angefangen. Der Körper hat schon reagiert, ich hatte Entzugserscheinungen.»

Inwiefern?

«Ich bin am Morgen aufgewacht und hatte Beine wie nach einem harten Training, obwohl ich nichts gemacht hatte. In der Zwischenzeit sendet der Körper aber nur mehr ganz vereinzelt solche Zeichen aus.»

Und wie war der Einstieg ins Berufsleben?

«Ich habe schon 2008 eine Firma gegründet (Vikmotion – Red.), am Schluss hatte ich dort ein Pensum von 30 bis 40 Prozent. Ich war also sehr gut vorbereitet.»

Sie wollen den Leuten Ihren Spass an der Bewegung weitergeben.

«Das kann man so sagen, ja. Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper. Ich habe das geschafft, trotz Spit-

zensport, und will nun die Leute motivieren, sich mehr zu bewegen, sie überzeugen, dass sie mit mehr Bewegung auch mehr vom Leben haben.»

Sie haben auch Ihren eigenen Lauf. Warum treten Sie auch als Organisator auf?

«Wichtig ist mir, dass ich bei diesem Lauf kreativ sein kann. Ich habe sehr viele Läufe auf der ganzen Welt gesehen und versuche, das Beste herauszupicken und in den Lauf einfließen zu lassen.»

Zum Beispiel?

«Wichtig ist der erste und der letzte Eindruck. Oft gibts beim Eintreffen am Bahnhof Lautsprecherdurchsagen, bei uns hingegen weisen Pantomimen ganz ohne Worte den Weg zum Startgelände. Im Ziel läuft man durch ein Chalet, dahinter befindet sich eine Zone, wo die Läuferinnen und Läufer gemeinsam etwas trinken sollen, an vielen Läufen werden die Läufer im Ziel ja richtiggehend weggeschickt. Weiter stehen bei uns lebendige Kilometertafeln am Streckenrand, die die Läuferinnen und Läufer ermuntern. Das sind kleine Dinge, aber sie sind wichtig für die Atmosphäre eines Laufs.»

Der Switzerland Marathon light rund um den idyllischen Sarnersee gilt als der schnellste Halbmarathon der Schweiz.

«Das ist so und ich denke, es ist auch der schönste.»

Das zu sagen, ist ein bisschen heikel. Diesen Titel nimmt schon der Aletsch-Halbmarathon für sich in Anspruch.

«Okay, wir lassen das offen. Vielleicht werde ich ja am Sonntag tatsächlich eines Besseren belehrt.» (lacht)

Interview: Alban Albrecht