

Greatest glacier of the alps



Medienmitteilung Aletsch Halbmarathon - Aletsch Arena, 29.6.2025

Ressort: Sport, Marathon, Trail-Running, Freizeit, Schweiz, Wallis, Aletsch Arena

RENNBERICHT 38. «ALETSCH-HALBMARATHON-WOCHENENDE» INKL. SAMSTAGSRENNEN

Bereits zum 38. Mal fand der Aletsch-Halbmarathon in der Aletsch Arena statt. Auch am Samstag gab es Laufsport. Am Aletsch-Halbmarathon-Wochenende am Grossen Aletschgletscher nahmen 2550 Läufer*innen teil. Jerome Furer und Céline Aebi lassen sich als Tagessieger des Aletsch Halbmarathons feiern.

Am Start standen Läufer*innen aus 52 Ländern und allen Schweizer Kantonen.

Das Samstag-Rennen vom 28. Juni 2025 auf der Bettmeralp bereits zum fünften Mal statt. Beim Gletschilauf, Aletsch Minilauf und Aletsch Sprint massen sich rund 200 Einzelkämpfer, Gruppen und Familien. Alle Resultate des Samstagsrennens finden Sie [hier](#).

Jerome Furer und Céline Aebi sind die Sieger des 38. Aletsch Halbmarathons

Bei heissen Temperaturen holte sich die Schweizerin Céline Aebi mit einer Zeit von 1:54.23,1 den Tagessieg vor zwei jungen Läuferinnen. Auf dem zweiten Platz klassierte sich ihre Landsfrau Axelle Genoud (Jahrgang 2005) mit einer Zeit von 1:56.35,7 und auf den dritten Platz lief mit Nadin Wälti (Jahrgang 2007) eine weitere Schweizerin mit einer Zeit von 1:58.00,7.

Auch bei den Herren gab es einen dreifachen Schweizersieg. Jerome Furer gewann in 1:37.45,7. Auf den zweiten Platz lief Nathan Wanner in einer Zeit von 1:38.36,5. Dritter wurde Christian Mathys 1:39.30,2.

Der erste Oberwalliser Alain Lagger kam mit rund drei Minuten Rückstand ins Ziel und klassierte sich als Fünfter. Die beste Oberwalliserin ist die Biathletin Flurina Volken auf Rang 9. Ehrenstarter 2025 war der ehemalige Bergläufer und heutige Nachwuchstrainer Gilbert Studer.

Mit 2350 teilnehmenden Läufer*innen erfreute sich der 38. Aletsch Halbmarathon grosser Beliebtheit. Am Lauf waren erfreulich viele Frauen am Start. Der Anteil lag bei 41%. Dank des hervorragenden Einsatzes der vielen freiwilligen Helfer*innen werten die Organisatoren und die Läufer*innen die diesjährige Austragung des Aletsch Halbmarathons trotz der Hitze als Erfolg. Die Teilnehmenden war Wasser das wertvollste Gut und wurde an den Verpflegungsposten fleissig verteilt. Bei der Moosfluh reichten die zur Verfügung gestellten 1000 Liter Wasser nicht aus – es wurde sofort für Nachschub gesorgt.

PS: Pro Läufer*in spenden die Organisatoren zwei Franken an die Gemeinde Blatten im Lötschental.

Das nächste Aletsch Halbmarathon Weekend findet am **27./28. Juni 2026** statt. Anmeldungen sind ab **Oktober 2025** möglich. www.aletsch-halbmarathon.ch

Greatest glacier of the alps



Impressionen, Bilder und Video:

[2025 06 Aletsch Halbmarathon](#) (Diego Schläppi)

[alphaphoto](#)

Ranglisten Aletsch Halbmarathon 2025: [DS live \(datasport.com\)](#)

Erlebnis-Tipps für Trailrunner Sommer 2025

Stoneman Glaciara Hike

Nach den einschlägigen Erfolgen des Stoneman Glaciara für Mountainbiker folgt der Stoneman Glaciara Hike – das exklusive Abenteuer in der Schweiz für Wanderer und Trailrunner. Der Stoneman Glaciara Hike in der Region Aletsch-Goms ist eine spannende Mischung aus konditioneller Herausforderung und Naturerlebnis. Die Strecke von insgesamt 65 Kilometern mit 3.150 Höhenmetern ist so konzipiert, dass sie als Traillauf an 1 Tag oder als Wanderabenteuer mit 1 oder 3 Tagesetappen absolviert werden kann. Die Stoneman-Bezwinger verewigen sich Stoneman-typisch als Gold-, Silber- oder Bronze-Finisher auf der Stoneman-Finisherliste. aletscharena.ch/stonemanhike

+ + + Wussten Sie schon + + +

Höhentraining: Das Laufen in der Höhe

Der Aletsch Halbmarathon führt von 1.950 Meter bis hinauf zum Bettmerhorn mit stolzen 2.650 Metern. Mit steigender Höhe sinkt der Luftdruck und auch die Funktion der Lunge, das Blut mit Sauerstoff anzureichern. Der Körper versucht, dieses Manko durch Steigerung von Atem- und Herzfrequenz zu kompensieren und diese Anpassung wiederum führt zu höherer Ausdauerleistung. Nach mehreren Tagen in der Höhe vermehren sich zudem die roten Blutkörperchen, die den Sauerstoff im Blut transportieren. Dadurch gelangt mehr Sauerstoff zu den Muskeln, der Sauerstoffspeicher in der Muskulatur wird grösser, die Atemtätigkeit effektiver und der Fettstoffwechsel erhöht sich, da mehr Energie durch die Anpassung benötigt wird.

Von Höhenttraining spricht man ab einer Höhe von 1.800 Metern und es verlangt in der Regel eine Mindestdauer von einer Woche, um merkliche Erfolge zu erzielen.

Bei Rückfragen:

Toni König, Geschäftsführer, Verein Aletsch Halbmarathon, c/o Aletsch Bahnen AG

Hauptstrasse 12, CH-3992 Bettmeralp, +41 79 332 24 82 | info@aletsch-halbmarathon.ch | aletsch-halbmarathon.ch