

er ist er danach. Ronnie Schildknecht vor dem Ironman 70.3 in Rapperswil.

Rap 5.6.99

Vom Zuschauer zum Wettkämpfer

Der Samstagerer Ruedi Wild startet erstmals beim Halb-Ironman in Rapperswil.

Triathlon. - Das Kribbeln hat Ruedi Wild bereits vor einem Jahr gespürt: Damals hat der Triathlet aus Samstagern den 70.3 in Rapperswil als Zuschauer mitverfolgt. «Die Stimmung ist sehr gut», sagt der 27-Jährige. Er sah zu, wie die Triathleten in den Zürichsee sprangen. Er frühstückte, während die Athleten 1,9 Kilometer crawlten. Gleichzeitig mit den ersten Athleten kam Wild zurück in die Wechselzone. Dann spulten sie auf dem Rad 90 Kilometer ab, er badete. Zum Abschluss litten sie auf der Laufstrecke (21,1 km) durch die Altstadt, und er schlemmte am Streckenrand einen Eiskaffee.

So gemütlich wird es für den 27-Jährigen dieses Jahr nicht. Der Triathlet, spezialisiert auf die olympische Distanz (1,5 km/40 km/10 km), startet am Sonntag erstmals selbst am Halb-Ironman in Rapperswil. Seine Vorbereitung ist nicht optimal gewesen: Ruedi Wild ge-



Ruedi Wild.

riet mit seiner Abschlussarbeit für sein Wirtschaftsstudium an der Universität Zürich in Verzug: «Ich musste ein paar Nachtschichten einlegen.» Er hat zudem eine 50-Prozent-Stelle angenommen. Nach der Schweizer Duathlon-Meisterschaft ist er dann auch noch krank geworden. «Es war alles ein bisschen viel», sagt er. Inzwischen fühle er sich aber wieder fit und bereit für eine intensive Wettkampfphase. Wild bestreitet in den nächsten drei Wochen fünf Wettkämpfe: 70.3 in Rapperswil, Sprinttriathlon in Zug, in Übersee die Weltcuprennen in Washington und in Des Moines sowie tags darauf die Team-WM am selben Ort. «Ich bin gespannt, wie mein Körper auf diese Belastung

reagiert.» Aber zuerst freue er sich auf das Heimrennen vom Sonntag. Der Samstagerer kennt die Strecken vom Training. «Das ist ein Vorteil.» Der Ironman 70.3 in Rapperswil hat für Ruedi Wild einen weiteren Vorteil: Er kann sich nach bekannten Gesichtern umsehen. «Wenn du nach drei Stunden langsam müde bist, können dich Familie und Freunde antreiben.» (at)

Inlineh

NLA M
U19/Espo
tag: Rüscl

Kunstl

Schweiz
Am Sams
Wädensw

Squas

Schweiz
Am Sams
Mit Squa

Tennis

1. Aufst
tag: Sch
Am Sonn

1. Abst
tag: Rüscl

1. Aufs
tag: Rüscl

Triatl

Ironma
Ronnie
aus Sam

Wass

NLA M
(Käpfna