

Wild zwischen Hader und Stolz

TRIATHLON An der Ironman-WM auf Hawaii klassierte sich Ruedi Wild aus Samstagn als bester Schweizer auf Platz 16. Ronnie Schildknecht, ebenfalls in Samstagn wohnhaft, belegte Rang 30.

Es waren zwiespältige Gefühle, welche sich bei Ruedi Wild nach den 3,8 km Schwimmen im Pazifischen Ozean, den 180 km Velofahren durch die Lavawüste und den 42,2 km Laufen bei Bruthitze zeigten. Er sagte nach den langen 8:28:17 Wettkampfstunden: «Dieser 16. Rang entspricht keineswegs dem, was ich mir vorgenommen hatte. Aber so wie sich das Rennen entwickelte, bin ich trotzdem einigermaßen zufrieden.»

Der 35-Jährige, in diesem Jahr Sieger des Ironman Switzerland sowie des Ironman 70.3 Rapperswil-Jona, hatte die Hawaii-Premiere vor einem Jahr (21.) analysiert und sich nun viel vorgenommen für diese Ironman-Weltmeisterschaft. Der Ernährung sowie dem Umgang mit der Hitze und der Luftfeuchtigkeit schenkte er zusätzliche Aufmerksamkeit. Und diese Massnahmen erwiesen sich alle als richtig. Dennoch konnte er nicht jene Leistung abrufen, die er sich vorgenommen hatte und die wohl «zu einer Top-Ten-Klassierung im Minimum» geführt hätte.

Früher Dämpfer

Grund dafür war jene Rennphase, mit der er sich im Vorfeld am wenigsten beschäftigt hatte: dem Schwimmen. Nachdem er etwas zu wenig forsch angegangen war und dadurch weiter hinten positioniert war als erwartet, stellte er kurz vor Abschnitthälfte fest, dass sein Vordermann eine Lücke hatte aufreissen lassen. Wild reagierte. Er verliess den Wasserschatten und versuchte während einiger Minuten, die fünf Meter wettzumachen. Der «extreme Effort» zeigte jedoch nicht das gewünschte Resultat. Wild kam nicht mehr heran. Folge davon: Die Spitzenpositionen musste er abschreiben. Auf dem



Ruedi Wild machte nach verpatztem Schwimmen das Beste aus der Situation und erreichte das Ziel als 16. Keystone

Velo fuhr er deshalb in der Verfolgergruppe. Und als von hinten Lionel Sanders (am Ende 2.) und Sebastian Kienle (4.) vorbeibrausten, hängte er sich nicht an – in der Überzeugung: «Das wäre der Todesstoss für mich gewesen.»

Mental schwierige Stunden hatte Wild nun zu bewältigen. Seine Position entsprach nicht dem Gewünschten. Vor allem auf der Laufstrecke bekam er dies zu spüren. Er meisterte die Aufgabe mit Bravour, indem er es verstand, «positiv zu bleiben und das Beste aus der Situation herauszuholen». Zahlreiche Positionen machte er auf der Marathonstrecke gut. Schliesslich fehlten ihm nur gerade 1:49 Minuten auf Platz 12 (Bart Aernouts) – aber 5:53 auf Platz 10 (Boris Stein).

Schildknechts Abschreiber

Ruedi Wild war klar bester Schweizer. Jan van Berkel folgte auf Position 21, Trainingspartner, Quasinachbar und Freund Ronnie Schildknecht schaffte es auf Platz 30. Noch beim Wechsel auf die Laufstrecke hatten alle drei eng beieinander gelegen. Für Schildknecht, 2008 Vierter auf Hawaii, war es ein bitteres Ende. «Gerade hier auf Hawaii liegen Sieg und Niederlage nahe beieinander», twitterte er nach dem Rennen.

Nachdem er feststellen musste, dass es «nicht mein Tag» war, konzentrierte er sich einzig aufs Finishen – und das mit einem Lächeln im Gesicht.

Neuer Streckenrekord

Auf einem anderen Level spielte sich hingegen der Kampf um die Toppositionen ab. Zum vierten Mal nacheinander ging der Sieg nach Deutschland, nicht aber an Jan Frodeno (2015 und 16) – er wurde durch eine Verletzung gebremst, finishte aber trotzdem, als 35. – oder Sebastian Kienle (14), sondern an Patrick Lange. Dank starken Schlusskilometern und einem Marathon in 2:39:59 Minuten zog Letzterer noch an Sanders vorbei und siegte nach 8:01:40 Stunden mit Streckenrekord. Jörg Greb

Jona missrät Saisonstart

VOLLEYBALL Zum Auftakt der NLA-Meisterschaft setzte es für Jona gestern gegen Luzern eine klare Heimmiederlage ab.

Das von Trainer Urs Winteler auf diese Saison hin neu formierte Jonaer Team konnte zu keinem Zeitpunkt sein Leistungsmaximum abrufen. «Wir haben acht neue Spieler im Kader», erklärte der sichtlich frustrierte Captain Gian-Reto Riedi nach dem Spiel: «Klar, dass da viele Automatismen noch nicht funktionieren.»

Beide Mannschaften versuchten von Beginn an mit druckvollen Services den Gegner unter Druck zu setzen. Im Spielverlauf zeigte sich dann, dass die Zentralschweizer diese Taktik besser umsetzen konnten. Im ersten Satz hielten die Gastgeber zwar bis zum Ende mit, scheiterten dann aber in der entscheidenden Phase am guten Luzerner Block und zogen mit 22:25 den Kürzeren.

Im zweiten Durchgang, der schlussendlich klar mit 19:25 an Luzern ging, geriet Jona gegen bisweilen stark aufspielende Gäste früh in Rückstand. Es gelang kein solides Aufbauspiel, zu unpräzise agierten die Akteure des Heimteams. Der schlechte Start in den dritten Satz – beim ersten technischen Time-out stand es bereits 3:8 für Luzern – konnte vorerst noch korrigiert werden. Das Team vom Obersee kam auf 11:13 heran, konnte diese Druckphase aber nicht bis zum Ende aufrechterhalten. So ging letztlich auch der dritte Umgang klar an die Gäste (16:25).

Für die Jonaer gilt es nun, die Lehren aus dieser klaren 0:3-Auftaktniederlage zu ziehen. Nächstes Wochenende steht dann bereits die erste Doppelrunde an. Am Samstag ist Winteler's Mannschaft zu Gast in Näfels, am Sonntag folgt das Heimspiel gegen Einsiedeln. bom

NATIONALLIGA A

Jona – Luzern 0:3 (22:25, 19:25, 16:25)
Grünfeld. 175 Zuschauer. SR Heftli/Rüegg. – Jona: Milanez, Beeler, Heidrich, Zahorsky, Maag, Beal; Rohr (Libero); Bolli, Bischof, Riedi, Kaspar, Tomasetti. – Luzern: Müller, Brzakovic, Frame, Häfliger, P. Harksen, Perezic; Gautschi (Libero); Amstutz, E. Harksen, Stadelmann, Ulrich, Wicki, Widmer, Willi-mann.

Ryf erkämpft sich Legenden-Status

TRIATHLON Daniela Ryf feierte an der Ironman-WM auf Hawaii den dritten Sieg in Folge und erkämpfte sich damit Legenden-Status. Die 30-Jährige siegte in 8:50:47 Stunden.

Daniela Ryf schaltete erst auf den letzten 30 Radkilometern buchstäblich zwei Gänge höher. Dadurch machte sie den Rückstand auf die lange Zeit führende Engländerin Lucy Charles von zuvor 5:44 Minuten wett und übernahm drei Kilometer vor dem zweiten Wechsel die Führung.

Mit 40 Sekunden Vorsprung ging Ryf aufs abschliessende Laufen. Und dort baute sie ihren Vorsprung kontinuierlich aus. Im Ziel lag die 30-jährige Solothurnerin komfortable 8:51 Minuten vor Charles. Dritte wurde die Australierin Sarah Crowley mit weiteren zwei Minuten Rückstand.

Härter denn je gekämpft

Ryf zeigte sich nach dem Zieleinlauf im «Dreikampf der Schmerzen» erleichtert wie nie: «Es war der wohl härteste Sieg, den ich mir je erkämpft habe. Denn meine Beine zu Beginn des Radfahrens waren wirklich nicht gut. Ich versuchte einfach, so viel Nahrung wie möglich runterzubringen.»

Schliesslich trat Ryf die Flucht nach vorne an. «Gegen Ende der

Radstrecke presste ich ohne Rücksicht auf den Marathon alles aus mir heraus und fuhr quasi um mein Leben. Es war mir dann klar, dass der Marathon hart werden würde. So verhielt es sich dann auch. Ich musste kämpfen wie noch nie, weil ich von Charles so hart gefordert wurde.»

Die erst 24-jährige Engländerin Charles zählte als Siegerin der Challenge-Meisterschaft über die halbe Ironman-Distanz von Anfang Juni in der Slowakei zum erweiterten Favoritenkreis. Auf der Langdistanz hatte sie ihr Potenzial bereits vor zwei Jahren als Altersklassen-Weltmeisterin der jüngsten Amateur-Kategorie (18 bis 24) auf Hawaii angedeutet. Als Profi gewann sie heuer den anforderungsreichen Ironman Lanzarote und belegte den 2. Rang an der Ironman-EM in Frankfurt.

Doch vor allem hatte Charles heuer Ryf schon geschlagen. Im April belegte die Engländerin beim enorm anspruchsvollen Challenge-Triathlon über die halbe Halb-Ironman-Distanz auf Gran Canaria den 2. Rang und war damit um einen Platz besser klassiert als die Schweizerin.

Noch keine Frau war jünger

Doch auf Big Island (Hawaii) über 3,8 km Schwimmen, 180 km Rad-

fahren und 42,195 km Laufen, war Daniela Ryf erneut nicht zu schlagen. Mit erst 30 realisierte sie nun einen weiteren Meilenstein. Denn noch keine Frau vor Ryf war jünger als die Schweizerin beim Hattrick am prestigeträchtigsten Triathlon der Welt.

Einen Hattrick auf beim legendären Wettkampf auf Hawaii hatte zuletzt die vierfache Ironman-Weltmeisterin Chrissie Wellington (2007 bis 2009) realisiert. Vor der Britin gelang dies der sechsfachen Schweizer Ironman-Weltmeisterin Nata-

scha Badmann (2000 bis 2002) bei ihren Erfolgen 2 bis 4.

Ansonsten schafften dies in der knapp 40-jährigen Geschichte des legendären Events nur noch Rekordsiegerin Paula Newby-Fraser (ZIM/acht Hawaii-Siege) sowie die beiden sechsfachen amerikanischen Champions Dave Scott und Mark Allen. Von den Frauen war einzig Newby-Fraser noch jünger bei ihrem dritten Triumph auf Hawaii als aktuell Ryf, schaffte aber den Hattrick erst nach Ryf im Alter von 32 Jahren (1994).

Achter WM-Titel

Ryf realisierte neben dem Hattrick zum zweiten Mal nach 2015 auch das Double aus Ironman-WM-Titel und 70.3-Ironman-WM-Titel. Zweimal hat dieses Double noch kein Athlet weder bei den Männern noch bei den Frauen realisiert.

Für Daniela Ryf ist es zudem der insgesamt achte WM-Titelgewinn. Je dreimal triumphierte sie über die halbe (2014, 2015 und 2017) und komplette Ironman-Distanz. Vor Beginn ihrer Mittel- und Langdistanz-Karriere (ab Ende 2013 beziehungsweise 2014) war sie im Kurzstrecken-Bereich schon U23-Weltmeisterin (2008) sowie Mixed-Team-Weltmeisterin (2009). sda



Eine Klasse für sich: Trotz langer Verletzungspause im Frühjahr sicherte sich die Solothurnerin Daniela Ryf ihren dritten Hawaii-Sieg in Folge. Keystone

Resultate

FUSSBALL

1. LIGA, GRUPPE 3
Thalwil – St. Gallen 2 1:1. Tuggen – Seuzach 1:2. Höngg – Bellinzona 0:1. Wettswil-Bonstetten – Eschen/Mauren 2:0. Balzers – Red Star ZH 3:1. Gossau – Winterthur 2 2:0. Kosova – Mendrisio 2:0.

1. Bellinzona	10	7	2	1	23:12	23
2. Gossau	10	6	1	3	23:15	19
3. Thalwil	10	5	3	2	18:14	18
4. Mendrisio	10	4	4	2	13:10	16
5. Tuggen	10	4	3	3	16:12	15
6. SV Höngg	10	4	2	4	17:17	14
7. Kosova	10	4	2	4	11:14	14
8. Seuzach	10	3	4	3	17:17	13
9. Red Star ZH	10	3	4	3	19:22	13
10. Wettswil-Bonst.	10	3	2	5	11:12	11
11. Winterthur 2	10	2	4	4	20:25	10
12. St. Gallen 2	10	2	3	5	17:20	9
13. Balzers	10	2	2	6	8:18	8
14. Eschen/Mauren	10	1	4	5	9:14	7

HANDBALL

NATIONALLIGA B
Lakers Stäfa – Horgen 37:32. Siggenthal/Vom Stein Baden – SG Yellow/Pfadi Espoirs 24:26. Biel – TV Solothurn 18:29. TV Möhlin – TV Steffisburg 26:30. Kadetten Espoirs SH – Baden 31:31. TV Birsfelden – Stans 28:22.

1. RTV Basel	6	6	0	0	183:144	12
2. TV Möhlin	6	6	0	0	150:117	12
3. TV Solothurn	6	4	2	0	167:137	10
4. STV Baden	6	4	2	0	188:163	10
5. Kad. Espoirs SH	6	4	1	1	183:168	9
6. Lakers Stäfa	6	4	0	2	191:178	8
7. SG Yellow/Pfadi	6	3	0	3	148:170	6
8. Biel	6	2	0	4	165:159	4
9. Siggenthal/V. St.	6	2	0	4	136:143	4
10. TV Birsfelden	6	2	0	4	165:179	4
11. Horgen	6	1	0	5	164:189	2
12. TV Steffisburg	6	1	0	5	133:173	2
13. Altdorf	6	0	1	5	152:176	1
14. Stans	6	0	0	6	142:171	0