

Entweder Oder



Ruedi Wild
Triathlet aus
Samstagern vor
dem Ironman
70.3 in Rappers-
wil-Jona

Polo Hofer als Jasskollege

Seedamm oder Fähre?

Ruedi Wild: Auf der Fähre kommt Ferienfeeling auf, dort kann ich mich von der Hektik erholen. Der Seedamm hingegen steht für Stress.

Meer oder Berge?

Ich liebe beides, aber die Berge vermisste ich im Ausland extrem. Sie stehen für mich für Heimat.

Stadt oder Land?

Land. Die Zeiten, als ich in den Ausgang ging, sind vorüber.

Bratwurst oder Cervelat?

Bratwurst. Mein Onkel sagte immer: Cervelat gibt einen dicken Ranz und dünne Scheichen.

GC oder FCZ?

Als Jugendlicher habe ich mit dem FCZ mitgefiebert. Heute verfolge ich Fussball kaum noch.

Herz oder Kopf?

Kopf. Im Sport sollte man sich nicht zu fest von Emotionen leiten lassen. So gesehen bin ich ein rationaler Mensch.

«Auf der Fähre kommt Ferienfeeling auf, ich kann mich gut erholen.»

Ruedi Wild

Auto oder ÖV?

Für längere Distanzen wie an die EM nach Rimini nehme ich gerne den Zug. Im Alltag brauche ich oft das Auto, weil ich wegen der Trainings viel Material dabei habe.

Angriff oder Verteidigung?

Angriff ist die beste Verteidigung. Ich präge lieber etwas mit.

Zeitung oder Internet?

Das Internet ist gut für schnelle Infos. Aber es geht nichts über eine entspannte Zeitungslektüre am Sonntag.

Jeans oder Anzug?

Jeans sind viel praktischer, muss ich mich wegen der Trainings doch meist dreimal täglich umziehen.

Winter oder Sommer?

Sommer. Ich geniesse die langen Tage. Der Winter bringt mir für die Trainings einen lästigen Mehraufwand.

Geld oder Glück?

Glück kann man sich nicht kaufen. Es zu finden, ist die eigentliche Lebensaufgabe.

Street-Parade oder Dorffest?

Am Dorffest kann ich Kollegen treffen, die Street-Parade ist mir zu anonym.

Militär oder Zivilschutz?

Ich war Richtstrahlpionier. Heute kann ich über manche Anekdote lachen. Zudem habe ich davon profitiert, einen Teil als Spitzensport-RS absolvieren zu können.

«Bachelor» oder «Rundschau»?

«Rundschau». Neben dem Sport interessiere ich mich für Politik und Wirtschaft.

Kino oder Schauspielhaus?

Kino. Im Schauspielhaus war ich noch nie. Als Student reichte das Budget dafür nicht.

Bligg oder Polo Hofer?

Von der Musik her Bligg. Polo Hofer habe ich aber persönlich kennen gelernt und mit ihm am Hüttnerseeli manch einen Jass geklopft.

Wein oder Bier?

Nach dem Zieleinlauf bevorzuge ich zuerst einen Regenerationsdrink, dann ein alkoholfreies Bier. Zum Znacht dann gerne ein gutes Glas Wein. db

Wild auf den Sieg

TRIATHLON Am Ironman 70.3 in Rapperswil-Jona zählen die in Samstagern wohnhaften Ruedi Wild und Ronnie Schildknecht morgen Sonntag zu den Siegesanwärtern.

Nach der kurzfristigen Absage von Titelverteidiger Boris Stein, der Deutsche hat seine Saisonplanung umgestellt, dürften die Schweizer den Sieg in Rapperswil-Jona unter sich ausmachen: Neben Wild und Schildknecht zählen auch der Zürcher Unterländer Jan van Berkel und der St. Galler Manuel Küng zum (einheimischen) Favoritenkreis. Das Rennen mit Start und Ziel bei der Diners Club Arena in Rapperswil-Jona wird auch als Schweizer Meisterschaft über die Mitteldistanz (1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren, 21,1 km Laufen) gewertet.

Wild mit Wut im Bauch

In guter Form und mit einer gehörigen Portion Wut im Bauch tritt der Vorjahreszweite Ruedi Wild zu seinem Heimrennen an. An der Mitteldistanz-EM vor zwei Wochen in Rimini war er durch die Jury um eine Medaille gebracht worden. «Auf dem Heimweg im Zug habe ich das über 100-seitige Reglement nochmals genau studiert, die aufgebrummte Zeitstrafe war falsch, mein Rekurs ist noch hängig», sagt der 33-Jährige.

Von der Adria habe er immerhin die Gewissheit mitgenommen, mit den Besten mithalten zu können, verrät Wild. «Trotz der misslichen Umstände habe ich meine beste Leistung auf der Mitteldistanz abgeliefert.» Eine solche will der Samstagstager auch in Rapperswil-Jona abrufen. «Wenn ich nach der Radstrecke vorne dabei bin, habe ich gute Siegchancen», sagt Wild.

Schildknecht zurückhaltend

«Meine Erwartungen sind nicht so hoch», lässt Ronnie Schildknecht im Vorfeld des Rennens verlauten. Der 35-Jährige spürt noch die Nachwirkungen seines Podestplatzes am Ironman Texas Mitte Mai. «Ich bin noch nie drei Wochen nach einem Iron-

man bereits wieder über die Mitteldistanz gestartet», sagt Schildknecht. Zudem erkrankte er nach seiner Rückkehr aus Übersee. «Das Training habe ich erst diese Woche wieder aufgenommen.»

Da Schildknecht die nötigen Punkte für die Hawaii-Qualifikation bereits auf sicher hat, kann er dem Rennen am Obersee ruhig entgegensehen. «Ich werde auf meinen Körper hören und nichts erzwingen», sagt der dreifache Sieger in Rapperswil-Jona. Ebenfalls in seinem Rennkalender figurieren die ITU-Langdistanz-WM in drei Wochen in Schweden und der Ironman Switzerland am 19. Juli in Zürich, den er schon siebenmal gewinnen konnte. Schildknechts Fokus gilt aber der Ironman-WM im Oktober auf Hawaii.

David Bruderer

Ironman 70.3 Switzerland. Marschtabelle (L. Mann): Sonntag, Lido Rapperswil-Jona. Schwimmstart: 7.55 Uhr. – Wechsel aufs Rad (45 km Richtung Schmerikon, Goldingen, Eschenbach): 8.21 Uhr. – Start 2. Radrunde (45 km): 9.38 Uhr. – Wechsel zum Laufen (10,5 km Richtung Buskirch, Fischmarkt): 10.30 Uhr. – Start 2. Laufrunde (10,5 km): 11.10 Uhr. – Zieleinlauf (Sieger): 11.48 Uhr.

FRAUEN

Vorjahressiegerin Daniela Ryf

ist die Topfavoritin bei den Frauen. Die 70.3-Welt- und Europameisterin erlebte 2014 am Obersee «das perfekte Rennen». Nun hat sich die Zielsetzung für die 28-jährige Solothurnerin etwas verändert: «Rapperswil ist für mich ein Trainingsrennen, in dem ich meine Beine testen will», erklärt Ryf. Ihre härtesten Konkurrentinnen dürften die beiden Deutschen Sonja Tajsich und Kristin Möller sowie die Britin Emma Pooley sein. Letztere wechselte erst im vergangenen Jahr vom Profiradsport zum Triathlon und musste sich in Rapperswil-Jona nur Ryf geschlagen geben. «Es wäre grossartig, wenn ich Platz 2 wiederholen könnte», sagt Pooley. Die 32-Jährige, die von der Thalwiler Tempo-Sport AG unterstützt wird, dürfte nach einer gerade auskurierten Fussverletzung aber noch nicht in Topform sein. db



Der Flüssigkeitsbedarf wird beim Vorjahreszweiten Ruedi Wild in seinem Heimrennen am Sonntag gross sein. pd

«Eine neue Herausforderung und kein Abstieg»

EISHOCKEY Jeff Tomlinson hat bei den Lakers einen Einjahres-Vertrag als Headcoach unterschrieben. «Ich freue mich darauf, in Rapperswil-Jona etwas aufzubauen», sagt der 45-jährige Kanadier.

Die Schweissperlen standen Jeff Tomlinson gestern Nachmittag auf der Stirn. Allerdings waren es weniger die Fragen der Journalisten, die den neuen Trainer Rapperswil-Jonas in der Lounge der Diners Club Arena ins Schwitzen brachten, als vielmehr die hohen Temperaturen im VIP-Bereich des Eisstadions. Er sei sich das nicht gewohnt, sagt er mit einem Schmunzeln: «Ich bin Kanadier und als solcher liegt meine Schmerzgrenze eigentlich bei 20 Grad. Deshalb bin ich auch Eishockeytrainer geworden.»

Als Eishockeytrainer war Tomlinson bis anhin ausschliesslich in Deutschland tätig, bei der Düsseldorfer EG, bei den Nürnberg Ice Tigers und zuletzt bei den Eisbären Berlin. Rapperswil-Jona wird sein erster Arbeitgeber in der Schweiz sein. «Ich freue mich auf die Herausforderung, mit einer jungen Mannschaft etwas aufzubauen. Obwohl ich erst ein paar Tage hier bin, konnte ich bereits



Sein erster Absteiger nach Rapperswil-Jona hat beim neuen Lakers-Headcoach Jeff Tomlinson einen bleibenden Eindruck hinterlassen. 15

deutlich spüren, dass alle hochmotiviert sind. Die Lakers wollen einen Neustart, sie wollen besser werden», beschreibt er.

«Einfach wunderschön»

Gänzlich Neuland ist Rapperswil-Jona für Tomlinson allerdings nicht. Als Headcoach von Nürnberg gastierte er bereits vor drei Jahren für ein Testspiel am Obersee – und die Region habe es ihm damals gleich angetan. «Ich kann mich noch gut an die Anfahrt nach Rapperswil-Jona erinnern. Ich war im Car in meinen Computer vertieft, als ich plötzlich aufschaute. Was ich sah, war einfach nur wunderschön; die Berge, der See und das Städtchen. Das habe ich nie mehr vergessen», schildert der Kanadier.

Dementsprechend habe er sich gefreut, als er von den Lakers eine Anfrage erhielt. Das war vor drei Wochen. Bereits wenige Tage später durfte er sich persönlich in Rapperswil-Jona vorstellen, wobei er die Verantwortlichen der Lakers zu überzeugen vermochte. Der Lohn war ein Einjahresvertrag beim NLA-Absteiger der vergangenen Saison.

Nicht als Absteiger stuft Tomlinson den Schritt vom mehrfachen Deutschen Meister aus der Welt-

stadt Berlin zum B-Ligisten in der Schweizer Provinz ein: «Für mich ist Rapperswil-Jona ganz einfach eine neue Herausforderung.» Dabei räumt er ein, dass er die NLB noch «deutlich besser kennenlernen» müsse: «Ich weiss noch nicht genug über diese Liga und das Schweizer Eishockey, aber ich bin gewillt, mir dieses Wissen so schnell als möglich anzueignen.»

Assistent noch nicht bekannt

Unter anderem wolle er dafür auch seinen Landsmann Derrick Walser kontaktieren. Zusammen mit dem Verteidiger wurde er 2010 als Assistententrainer der Eisbären Berlin Deutscher Meister. Darauf, ob der langjährige Lakers-Abwehrchef, dessen Zukunft nach wie vor ungewiss ist, eine Option für eine der beiden Ausländerpositionen ist, wollte Tomlinson nicht eingehen. Ebenfalls noch ungewiss ist, wer sein Assistent wird. «Ich muss zuerst die Leute hier kennenlernen, bevor dieser Entscheid fällt», sagt er.

Klar ist hingegen, wie er sich die Lakers in der ersten Saison nach dem Abstieg vorstellt: «Ich möchte ein intensives Lauf-Eishockey spielen lassen. Wenn uns dies gelingt, werden wir auch erfolgreich sein.» Martin Müller