

## Nachlese

Ausführliche Berichte zu allen Sportthemen der «Südostschweiz am Sonntag» können jeweils kostenlos nachgelesen werden auf:

[www.suedostschweiz.ch/Nachlese](http://www.suedostschweiz.ch/Nachlese)

## Tibolla entschied sich gegen den FC Glarus

Diego Tibolla wird nicht zum FC Glarus zurückkehren, sondern zum FC Freienbach wechseln. Damit wird er direkter Konkurrent des FCG.

**Fussball.** – Der 26-jährige Mittelfeldspieler verlässt den 1.-Ligisten FC Tuggen nach vier Saisons. Er wechselt zum FC Freienbach in die 2. Liga interregional und wird damit direkter Konkurrent der Glarner. «Ich bedaure seinen Entscheid, wenngleich ich ihn aus sportlicher Sicht nachvollziehen kann», meinte FCG-Trainer Alessandro Cescato gestern Abend, nachdem er nachmittags mit Tibolla gesprochen hatte. Freienbach beendete die Saison in der 2. Liga interregional auf dem 3. Rang und dürfte auch in der bevorstehenden Meisterschaft zu den Favoriten zählen. Für den FC Glarus gehe durch den negativen Entscheid keine Welt unter, versicherte das Glarner Trainerduo Alessandro Cescato/Mario Langer. «Der Zuzug von Tibolla wäre ein sehr begrüssenswertes Zückerchen gewesen. Es ist aber nicht so, dass jetzt deshalb dringender Handlungsbedarf bestehen würde», so Cescato. (su)

## EIDG. TURNFEST

## Vereinswettkämpfe

## Aktive, 3-teilig, Stärkeklasse 3

1. DTV Oberrüti 29.50. 2. TV Boswil 28.91. 3. TV Reichenburg 28.83. Ferner: 72. TV/TnV Netstal 25.51.

## Aktive, 3-teilig, Stärkeklasse 4

1. GG Kreuzlingen 29.16. 2. TV Buchthalen 29.14. 3. STV Lenzburg 28.69. Ferner: 121. TV Niederurnen 25.64. 190. TV/TnV Mollis 24.27. 207. TV Glarus a.S. 23.83.

## Aktive, 3-teilig, Stärkeklasse 5

1. TV/DV Weite 28.99. 2. STV Langendorf 28.97. 3. SV Lengnau 28.78. Ferner: 88. TV Oberurnen 25.33. 189. TV/TnV Näfels 23.42. 197. TV Mühlehorn 23.23. 226. TV Ennenda 22.24. 228. TV Haslen GL 22.19.

## Aktive, 3-teilig, Stärkeklasse 6

1. DR Tuggen 29.42. 2. SC Diegten Sportclub 28.52. 3. FSG Alle 28.51. Ferner: 34. TV Bilten 25.49. 81. TV Engi 23.88. 103. TV Elm 23.41.

## Aktive, 1-teilig, Fachtest

1. TV Zwingen 9.54. 2. TV Gampelen 9.41. 3. TV Eptingen 9.33. Ferner: 30. DTV Kerenzen 7.93. 41. TnV Ennenda 7.71.

## Aktive, 1-teilig, Team Aerobic

1. KV/LC/TA Frauenfeld 9.85. 2. TV Illnau Damen 9.81. 3. STV Eien-Kleindöttingen 9.58. Ferner: 44. TnV Ennenda 7.70.

## Fr/Mä, 3-teilig, Stärkeklasse 4

1. MR Stein 29.84. 2. MR Wittnau 27.99. 3. TV Brienz 27.97. Ferner: 22. FTV/MTV Bilten 25.33. 23. MTV Mollis 25.28.

## Fr/Mä, 3-teilig, Stärkeklasse 6

1. TV Rhazüns 29.95. 2. STV Unterberg 29.53. 3. TV Reutigen 29.49. Ferner: 11. TV Mühlehorn 28.62. 94. TV/TnV Netstal 24.45.

## Viktor Röthlin: «Der Weg zum Marathon verlängert das Leben»

Der Schweizer Rekordhalter über die Marathondistanz, Viktor Röthlin, stattete der Sportschule in Netstal einen Besuch ab, war interessierter Zuhörer eines Vortrages und sympathischer Beantworter vieler interessanter Fragen.

Von Ruedi Gubser

**Leichtathletik.** – Beim Stadtlauf Ende April hatte Sportschülerin Santina Malacarne ein erstes Aha-Erlebnis, als sie im Ziel des Luzerner Stadtlaufes von Platzspeaker Viktor Röthlin um ein Statement zum Lauf gebeten wurde. Der Viktor Röthlin, der am 1. April beim fünften Zürich-Marathon den Schweizer Rekord auf 2:08,19,2 verbesserte, der Viktor Röthlin, der zum Leichtathleten des Jahres 2006 ausgezeichnet wurde, der Viktor Röthlin, der Mitte Mai vom europäischen Verband zum Leichtathleten des Monats April gewählt worden ist, und der Viktor Röthlin, der Santina Malacarne grosses Vorbild ist.

Diesen Viktor Röthlin lud die 16-Jährige in die Sportschule Netstal zu ihrem Referat «Zürich- und New-York-Marathon im Vergleich» ein, das sie im Rahmen der individuellen Präsentationen der Diplom- oder Abschlussarbeiten der austretenden 3.-Klässler zu halten hatte. Und dieser Viktor Röthlin kam. «Solchen Einladungen leiste ich gerne Folge», betonte der Marathonläufer in Netstal.

Interessiert folgte er auch den Ausführungen von Santina Malacarne, für die die ohnehin nicht einfache Aufgabe, vor der ganzen Klasse zu referieren, durch die Anwesenheit von Viktor Röthlin und Journalisten noch schwieriger wurde. Aber sie meisterte diese Aufgabe wie einen 1500-m-Lauf: Schneller Start und dann möglichst rasch ins Ziel.

## Ist Marathon überhaupt gesund?

Als Malacarne ihre Präsentation beendet hatte, trat Röthlin ins Rampenlicht. Anhand der zahlreichen und interessanten Fragen der Schüler an den Laufsportler war erkennbar, dass es sich um lauter Sportler im Schulzimmer handelte. «Was essen Sie vor dem Wettkampf?» «Wird der Marathon einmal unter zwei Stunden gelaufen?» «Welche Rituale haben Sie?» «Würden Sie auch schon mit Doping konfrontiert?» «Wieviel trainieren Sie?» «Ist Marathon überhaupt gesund?»

Sympathisch, kompetent und unterhaltsam beantwortete Viktor Röth-



Treffen mit dem grossen Vorbild: Stolz präsentiert die Sportschülerin Santina Malacarne ihrem berühmten Gast Viktor Röthlin das Resultat ihrer Abschlussarbeit.

Bild Ruedi Gubser

lin die Fragen. Unmittelbar vor dem Rennen esse er nichts mehr. Am Vorabend habe er jedoch gerne eine Rösti, und etwa vier Stunden vor dem Start nehme er noch Pasta zu sich. «Den Marathon unter zwei Stunden zu laufen ist sehr schwierig und derzeit nicht wahrscheinlich. Betrachtet man jedoch die Halbmarathonzeit, die unter einer Stunde liegt, kann ich mir vorstellen, dass in zehn Jahren der Marathon unter zwei Stunden zurückgelegt wird.»

Auch er habe Rituale, allerdings nicht solche, die je nach Ort des Wettkampfes nur schwierig zu vollziehen seien. So werde er an den Weltmeisterschaften in Japan kaum Rösti essen können am Vorabend des Wettkampfes. Das mit dem Essen sei sowieso so eine Sache. Nachdem Markus Ryffel, der übrigens sein Vorbild gewesen sei, ein Juniorenrennen gewann, nachdem er vor dem Lauf ein Schinkensandwich gegessen hatte, habe er mehrere Jahre immer vor einem Rennen noch

ein Schinkensandwich verdrückt. Man könne sich ja selbst vorstellen, wie gut das für den Magen gewesen sei.

## «Ich liess die Finger davon»

Die Ausführungen Viktor Röthlins waren wirklich interessant: «1998 wurde mir Epo angeboten. Nicht von irgend einem skurrilen Arzt aus Italien, sondern vom Schweizer Leichtathletikverband. Es muss allerdings angemerkt werden, dass Epo damals noch nicht auf der Verbotliste stand. Und mir wurde gesagt, es wirke ähnlich wie Vitamin C. Ich habe dann selbst Recherchen über dieses Epo angestellt und herausgefunden, dass es sehr wohl etwas mehr ist als nur Vitamin C und eine Einnahme nicht vereinbar mit meinen Grundsätzen. Deshalb liess ich die Finger davon.» Röthlin würde jedoch nicht einmal bei seinem besten Freund die Hand ins Feuer legen, dass dieser nicht dope. «Ich mache mir aber keine Gedanken,

ob derjenige neben mir an der Startlinie eventuell gedopt haben könnte. Damit würde ich den Fokus auf eine Spitzenleistung verlieren.»

Viktor Röthlin trainiert rund 25 Stunden in der Woche oder anders ausgedrückt 13 Trainingseinheiten. Nach einem Wettkampf benötigt er sechs Wochen Erholungszeit. Zum gesundheitlichen Nutzen (oder Schaden) eines Marathons meinte Röthlin: «Der Weg zum Marathon verlängert das Leben, denn bereits dreimal 30 Minuten Lauftraining wöchentlich vermindert das Risiko einer Herzkreislauf-Erkrankung. Der Marathon selbst ist nicht gesund und verkürzt das Leben wieder ein wenig.»

Ganz am Schluss seines Besuches in der Sportschule Glarnerland gabs für jeden Zuhörer des Vortrages von Santina Malacarne eine Autogrammkarte – von Viktor Röthlin. Wer weiss, vielleicht ist diese nach den Weltmeisterschaften in Japan noch viel mehr wert.

## TV Niederurnen blieb bester Glarner Verein

Die drei Glarner Turnvereine aus Elm, Bilten und Oberurnen konnten dem TV Niederurnen den Rang als bester Glarner Verein nicht mehr ablaufen.

**Turnen.** – Als die Wettkämpfe am Eidgenössischen Turnfest in Frauenfeld am Samstagabend zu Ende gingen, war auf Grund der fehlenden Resultate noch nicht ganz klar gewesen, ob sich der TV Niederurnen als bester Glarner Verein würde halten können. Elm, Bilten und Oberurnen hätten ihn noch von der Spitze verdrängen können. Dies gelang jedoch keinem der dreien. Am nächsten kam den Niederurnern (25,64 Punkte) noch der TV

Bilten, der in der Stärkeklasse 6 25,49 Punkte totalisierte. Zum Verhängnis wurde den Bilttern dabei die Pendelstafette, bei der sie lediglich 7,19 Punkte einfuhren. Top waren sie dagegen im Steinheben (9,62 Punkte). Etwas ausgeglichener zeigte sich da der TV Oberurnen (25,33 Punkte), der in der Stärkeklasse 5 in allen drei Wettkampfteilen ähnlich gut abschnitt.

Der TV Elm, der vom prominenten Brüderpaar Tobias und Jürg Grünenfelder Unterstützung erhielt, brachte es in der Stärkeklasse 6 auf 23,41 Punkte. (so)

Detaillierte Ranglisten inklusive Teilnoten sind unter [www.etf07.ch](http://www.etf07.ch) zu finden.



Mit wehender Fahne: Der TV Niederurnen freut sich mit Ehrenmitglied Hans Schneider (links) über das tolle Resultat.