

Triathlon Ironman-Sieger Ronnie Schildknecht am Tag nach seinem Triumph

«Ich bin ständig aufgewacht»

Am Tag nach dem brillanten Sieg am Ironman Switzerland in Zürich blickte der 29-jährige Ronnie Schildknecht aus Thalwil auf den Wettkampf zurück und beschrieb die Stunden danach.

Interview Jörg Greb

Ronnie Schildknecht, ein Ironman-Finisher erzählte nach den 3,8 km Schwimmen, 180 km Velofahren und 42,2 km Laufen, wie er sich nun Hamburger, Pommes frites und viel Glace gönnen werde. Wie haben Sie gefeiert? Bekundeten auch Sie Lust, nach dem, was in der Vorbereitung untersagt war?

(Lacht) Da geht es doch allen irgendwie ähnlich. Wir zogen in den «Schlossgarten» in Kilchberg, mein Stammlokal. Wir, das sind 12 bis 15 Personen: die Eltern, die Freundin, Freunde und Kollegen. Auch die Triathleten Ruedi Wild und Marcus Smallbone waren dabei. Ich hatte Lust nach einer Pizza Margherita, dazu gabs zwei Gläschen Rotwein und einen Prosecco. Lange fühlte ich mich hervorragend. Zwischen 22 und 23 Uhr wurde ich müde und ging zu Bett.

Und Sie schliefen wie im Winterschlaf?

Nicht wirklich, nein. Der Schlaf war nicht tief. Ständig wachte ich auf, war durstig. Immer wieder stand ich auf, um ein Glas Wasser zu trinken.

Die körperlichen Beschwerden sollen sich erst am Folgetag in voller Kraft entfalten. Wie geht es Ihnen?

Der Tag danach ist hart, das ist bei mir nicht anders. Wenns toll gelaufen ist, tragen dich nach dem Rennen die Endorphine, die Glückshormone. Doch irgendwann haben auch diese ihren Dienst abgeschlossen. Die Müdigkeit kommt. Jedes Mal, wenn ich am Montag in den Spiegel schaute, blickte ich in glasige Augen. Gefühls-mässig hätte ich am liebsten geschlafen. Die Müdigkeit war geistiger und körperlicher Natur.

Auch Sie besuchten den legendären Brunch am Morgen danach im Albis-

güetli mit der Siegerehrung und der Vergabe der Hawaii-Startplätze. Ist das eher ein Müssen oder Wollen?

Das sind nochmals eindrückliche Augenblicke. Ich traf Kollegen, welche die Prüfung ebenfalls bestanden hatten. Mit Stefan Riesen, dem Teamkollegen vom EWZ-Power-Team und Zweiten des Rennens, trank ich ein alkoholfreies Bier. Wir diskutierten und blickten vorwärts auf den Ironman Hawaii.

Als Profi konnten Sie sich hinterher nach Ihren Bedürfnissen erholen...

...nicht ganz. Am Montagabend hatte ich eine Prüfung in Englisch für meinen Bachelor für Kommunikation abzulegen, hatte also nochmals hinter die Bücher zu sitzen. Das forderte mich zwar hart. Aber ich will mich nicht beschweren. All jenen, die am Folgetag bereits wieder bei der Arbeit zu erscheinen hatten, ist es ähnlich ergangen. Im Gegensatz zu ihnen hatte ich das eine oder andere Interview zu geben.

Wie vergleichen Sie diesen Sieg mit jenem des Vorjahres?

Solche Vergleiche sind immer schwierig. Der diesjährige Sieg war extrem schön. Ich erwischte jenen Super-tag, den man sich insgeheim erwünscht. Ein tolles Gefühl begleitete mich von Beginn an. Und als es auf der zweiten Streckenhälfte des Marathons hart wurde, verfügte ich über einen beruhigenden Vorsprung. Da konnte ich mich tragen lassen vom Publikum, durch die Stimmung vom Strassenrand. Das konnte ich geniessen. Ich saugte die

Atmosphäre auf, entspannte mich, konnte lachen. Und ich konnte auf Anfeuerungsrufe von andern Athleten auf der Strecke reagieren. Dieses Beschäftigtsein war cool.

Und die Siegerzeit (8:16:05 Stunden, Red.) hat mich gefreut. Sie ist stark, besonders bei diesen Bedingungen.

Haben Sie einen Schluss gezogen aus diesem Rennen?

Ich wagte einen erfolgreichen Versuch. Am Wettkampfmorgen um 5.30 Uhr liess ich mich von den Leuten meines neuen Sponsors Medisport mobilisieren, sprich die Energiebahnen freimassieren. Dies behagte mir. Ich startete mit einem einzigartigen Körpergefühl.

«Ich hatte Lust nach einer Pizza Margherita»

Rad Horgnerin schaut Olympia trotz verpasstem Giro-Podest zuversichtlich entgegen

Sturz warf Brändli aus dem Giro-Konzept

Ein Sturz in der 6. Etappe brachte Nicole Brändli (Horgen) am Giro d'Italia femminile um einen Podestplatz in der Gesamtwertung.

Peter Meier

Das sechste Teilstück mit zwei schweren Bergwertungen war für die starke Bergspezialistin Nicole Brändli wie massgeschneidert. Sie griff auch entschlossen an und verbesserte sich in der Gesamtwertung vom 4. auf den 3. Rang. Zum Tagessieg fehlte ihr jedoch das Glück der Tüchtigen. «Ich fuhr nach der zweiten Bergwertung in der Abfahrt eine Minute Vorsprung auf meine letzten Begleiterinnen Claudia Häusler (De) und Amber Neben (USA) heraus. Nach einem Sturz wurde ich dann acht Kilometer vor dem Ziel wieder eingeholt», schildert die Horgnerin. Dies war insofern schade, als Leaderin Brändli zuvor von ihrem Team – insbesondere von Noemi Cantele (It) – stark unterstützt wurde.

Die beim Sturz zugezogenen Verletzungen erwiesen sich später als schlimmer als erwartet und behinderten Brändli auch am nächsten Tag in der



Nicole Brändli musste am Giro nach ihrem Sturz auf die Zähne beiessen. (zvg)

Königsetappe stark. «So verlor ich trotz der neuerlich guten Teamleistung in der Verfolgergruppe viel Zeit und rutschte auf Rang 5 ab.» Die Etappenentscheidung fiel schliesslich, als sich die spätere Gesamtsiegerin Fabiana Luperini (It) und erneut Neben am zweiten Berg absetzten und Brändli nicht mehr kontern konnte. Die flache Schlussetappe bot keine Gelegenheit mehr zu einer Re-



Der Thalwiler Ronnie Schildknecht am Heartbreak Hill in Kilchberg. (zvg)

tourkutsche. Ina Teutenberg (De), die schon zu Beginn der Rundfahrt drei Flachetappen zu ihren Gunsten entschieden hatte, schlug ein viertes Mal entschlossen zu. Brändli letztlich als Verliererin zu bezeichnen, wäre indes falsch. Sie musste zwar vier Gegnerinnen den Vortritt lassen, dies jedoch unter widrigen Umständen – und ihr Rückstand hielt sich mit 3:12 Minuten in Grenzen.

Zudem lagen mit den Litauerinnen Edita Pucinskaite und Jolanda Polikeviciute, Weltmeisterin Marta Bastianelli aus Italien und der deutschen Ex-Weltmeisterin Judith Arndt am Ende allein in den Top Ten vier klingende Namen hinter ihr, womit Brändli unterstrich, dass sie weiterhin zum Kreis jener Fahrerinnen zählt, denen eine Olympia-Medaille zuzutrauen ist.

Für Peking im Fahrplan

Für die vierfache WM-Silbermedaillen-Gewinnerin ist am Ende vor allem wichtig zu wissen, dass sie mit Blick auf die Olympischen Spiele in Peking im Fahrplan liegt. «Deshalb hatte ich eigentlich vielmehr Olympia statt den Gesamtsieg im Hinterkopf. Ich will mich behutsam an dieses Grossereignis herantasten und im Vorfeld weder zu viel noch zu wenig Trainings- beziehungsweise Rennaufwand betreiben.» In die-

sem Punkt vertraut die routinierte Athletin ganz auf ihre grosse Erfahrung. Sie hört auf ihren Körper und auf ihr Gefühl. Und diese Formbarometer sagen, dass ihre Vorbereitung bisher passt.

Daran ändern die Eindrücke vom Giro nichts, auch wenn es Brändli heuer nicht wie in den Jahren 2001, 2003 und 2005, als schwierige Bergetappen beim Veranstalter noch oberste Priorität genossen, zum Gesamtsieg reichte. Dazu passt, dass die 29-Jährige ihre Form im Verlaufe der Rundfahrt einmal mehr verbessern konnte.

Gegnerschaft stärker geworden

Trotzdem spricht Brändli von einer abermals stärker gewordenen Weltelite im Radsport der Frauen. Diese Feststellung könne auch im eigenen Land gemacht werden. «Die jungen Fahrerinnen drängen nach vorn, machen Druck auf Karin Thürig, Priska Doppmann und auch mich. Konkurrenz tut aber gut und hebt das Leistungsniveau», ist das sportliche Aushängeschild der Bigla-Equipe überzeugt.

Dass es in Italien hart zur Sache ging, beweist allein das 9,3 km lange Einzelzeitfahren. Die Favoritinnen spürten die Anstrengungen des Vortags so stark, dass es im Klassement keine unter die ersten zehn schaffte.

Badminton

Professionellere Nationalliga A

Der Badminton-Verband plant die Einführung einer Lizenzpflicht für die NLA-Klubs – auch Adliswil muss demnach ein Mindestbudget aufweisen.

Stefan Kleiser

Die Frage ist seit Jahren dieselbe: Wie erreicht Badminton mehr Aufmerksamkeit? Nun nimmt der nationale Verband einen neuen Anlauf, die Nationalliga A von ihrer Szenenhaftigkeit zu befreien, nachdem die 2004 beschlossene Vergrösserung der Liga nicht zu mehr Qualität und auch nicht zu mehr Publikum geführt hat. «Bisher sind vor allem die Verwandten der Spielerinnen und Spieler Zuschauer», sagt Lawrence Chew, Geschäftsführer von Swiss Badminton: «Doch damit promoten wir Badminton nicht.»

«Wir wollen die Nationalliga A professioneller machen», sagt Chew also. Ende August sollen die Pläne den Klubs vorgestellt werden. Gedacht wird an eine Lizenz für die Vereine der höchsten Spielklasse, deren Vergabe an gewisse Bedingungen geknüpft ist – zum Beispiel an die Höhe des Budgets. Weil auch im Badminton die Equipen mit den Ausländern dominieren, sollen nur noch Klubs in der NLA vertreten sein, die sich solche leisten können. Auf dass der Graben zwischen stärkeren und schwächeren Teams entfalle. Wie hoch das Minimalbudget sein soll, sagt Chew, «das müssen wir noch ausrechnen».

Adliswil mit eher hohem Budget

«In der vergangenen Saison fand ich die Liga nicht allzu schlecht», sagt Jürg Widmer zum Vorhaben des Verbandes. Das NLA-Team des von ihm präsidierten BC Adliswil operiert mit einem Budget von rund 40 000 Franken. «Damit sind wir in der Nationalliga A eher oben», glaubt Widmer. Die Lizenzpflicht soll auf die Saison 2009/10 eingeführt werden; der Vizemeister wird sie problemlos erhalten. Widmer ist dennoch ein wenig skeptisch: «Die Höhe des Budgets ist das eine. Die Frage ist, wofür das Geld ausgegeben wird. Und ob sich die Zuschauerzahl erhöht, wenn ein Ausländer mehr mitspielt, weiss ich nicht.»

Shuttle-Cup 2009 in Adliswil?

Die Turniere der höchsten Kategorie sollen in einer neuen Serie mit einheitlichem Auftritt sowie attraktivem Preisgeld zusammengefasst werden. Die Serie soll auf übernächste Saison zu stehen kommen und aus vier bis sieben Turnieren sowie einem Finalturnier bestehen. Auswirkungen dürfte die Neuerung auf den Shuttle-Cup haben. Im Oktober wird er erstmals von einer Crew aus Adliswil organisiert – und 2008 noch in Uster ausgetragen. Diese Halle genügt den Wünschen des Verbandes nach Platz für Zuschauer aber nicht. «Oben ist nur ein kleiner Gang, alle Zuschauer stehen am Gelände», berichtet Widmer. So wird der Shuttle-Cup wohl 2009 nach Adliswil zügeln.

Wasserball

Horgen kämpft gegen Ägeri um Bronze

In der ersten Runde der Best-of-3-Serie um den 3. Platz treffen Horgens NLA-Wasserballer heute auf Frosch Ägeri, den Viertplatzierten der Qualifikation. Dort bietet sich den Zürchern nach dem denkbar knappen Ausscheiden im Playoff-Halbfinal gegen Lugano die Möglichkeit, immerhin die Bronzemedaille zu gewinnen. An Motivation dürfte es den Horgnern dabei nicht fehlen, möchten sie doch unbedingt ihr Minimalziel, den 3. Platz, erreichen. Ägeri gilt jedoch als unbequemer und starker Gegner. Für Spannung ist heute Abend also gesorgt. (as)

NLA, Spiel um Platz 3 (Best of 3), 1. Runde: Horgen - Ägeri Dienstag, 20.00 Uhr, Sportbad Käpfnach.