

Basler Triathlon-Paar mit ungewöhnlichem Auftritt

«Dreibeinige» Bestmarke

An den Hand- und Fussgelenken zusammengebunden – so sind Sven Altermatt und Salomé Hegi-Altermatt im Basler Leichtathletik-Stadion St. Jakob jüngst eine Meile gerannt (Bild). Ziel der kuriosen Aktion: die beiden Profi-Triathleten wollten den von zwei US-Amerikanern gehaltenen Weltrekord bei der sogenannten «three legged mile» knacken, was sie schliesslich erstaunlich souverän schafften. Für die gemeinsamen 1609 Meter benötigten sie 5:38,83 Minuten, was einem Schnitt von 3:30 Minuten pro Kilometer entspricht.

Hinter dem scheinbar lockeren Auftritt steckte allerdings eine mehrmonatige Vorbereitung. Die

beiden begannen im November, mit den von Guinness World Records vorgeschriebenen Thera-Bändern zu trainieren. «Der Start war nicht ganz einfach», erzählt Salomé Hegi-Altermatt, «anfänglich sind wir schon nach ein paar Metern gestolpert». Erschwerend hinzu kam der Grössenunterschied von rund 20 Zentimetern. Schliesslich aber haben es die beiden geschafft, die Schrittfrequenz auch bei hohem Tempo erfolgreich zu koordinieren.

Zu den nächsten Zielen des sportlichen Paares zählt der Inferno-Triathlon im Berner Oberland. Den wollen sie als Couple bestreiten, dann aber ohne Thera-Band. **f**



FOTO: ZVG / FLURIN LEUEGGER



FOTOS: ZVG

Riesen-Abenteuer für zwei Solothurnerinnen

Diese Frauen wollen über den Atlantik rudern

In diesem Winter war kein Schweizer Boot am Start der Atlantic Challenge. Zwei Solothurnerinnen stecken aber mitten in den Vorbereitungen für die nächste Austragung des härtesten Ruderrennens der Welt. Kathrin Blattner (45) und Carla Lemm (38) wollen Ende Jahr die rund 5000 Kilometer von der Kanaren-Insel La Gomera bis zur Karibik-Insel Antigua in Angriff nehmen.

Rund zwei Monate lang werden sie dabei allein auf hoher See sein, den Launen der Natur ausgesetzt, den meterhohen Wellen, Stürmen und unliebsamen Strömungen. Rund zwei Monate lang werden sie abwechslungsweise rudern, immer je zwei Stunden.

Ihre erlernten Berufe dürften den beiden keine besondere Hilfe sein: Carla Lemm ist

Innendekorateurin, Kathrin Blattner Bauleiterin. Gleichwohl zeigen sie sich zuversichtlich: «Wir wollen uns verzaubern lassen von der Einfachheit und der Freiheit», schreiben sie auf ihrer Webseite (atlanticarrow.ch). Lemm bringt immerhin schon Erfahrung mit. Sie hat die Atlantic Challenge 2019 erfolgreich absolviert, damals im Frauenteam «Ocean Dancers». **f**

Markus Ryffel zum Tod des Ausnahmeläufers Henry Rono

«An Kenias Boykott ist er zerbrochen»

Der einstige Aufnahmeläufer Henry Rono ist in Nairobi 72-jährig verstorben. Der Kenianer stellte 1978 innerhalb von nur 81 Tagen gleich vier Weltrekorde auf (über 3000 m, 5000 m, 10 000 m und 3000 m Steeple). Die Schweizer Lauf-Legende Markus Ryf-

fel (69, im Bild hinter Rono an zweiter Stelle) erinnert sich an ein Duell im Jahr 1981 bei Weltklasse Zürich: «Wir sind über 5000 m gegeneinander gelaufen. Rono ist uns auf der Bahn immer wieder etwa 30 Meter davongerannt und liess uns dann wieder herankommen. Als ich einmal die Verfolgergruppe wieder anführte, lief er neben mich und fragte: Who are you?»

Rono habe eine unglaubliche Laktatoleranz gehabt und sei bei seinen 5000-m-Rennen zwischendurch immer mal wieder eine 58er-Runde gerannt. Tragisch in seiner ungewöhnlichen Laufbahn: Weil Kenia sowohl die Olympischen Spiele 1976 in Montreal wie auch 1980 in Moskau boykottierte, hatte Rono keine Chance auf einen Olympia-Auftritt. «An diesen Boykotten ist er zerbrochen», glaubt Ryffel «der Olympiasieg war sein grosses Ziel.» In den 1990er Jahren erregte Rono mit Alkohol-Exzessen für Aufsehen. Der Leichtathletik-Weltverband musste ihn einmal gar aus dem Gefängnis freikaufen. **f**



FOTO: KEVSTONE

Vier Medaillen an Langlauf-WM

Glänzender Nachwuchs

Tolle Erfolge für die jungen Schweizer Langläufer(innen): An der Junioren- und U23-WM im slowenischen Planica gewannen sie gleich vier Medaillen. Dabei glänzten insbesondere die Nachwuchs-Hoffnungen aus dem Engadin. Die erst 20-jährige St. Moritzerin Marina Kälin (Bild) holte Gold im Massenstart über 20 km Skating. Ihre ältere Schwester Nadja (22) sicherte sich Silber über 10 km klassisch.

Auch die Engadiner Jungs zeigten sich von ihrer besten Seite: Der 20-jährige Fabrizio Albasini gewann Bronze im Massenstart-Rennen über 20 km Skating. Und bei den Junioren lief Isai Näff (18) über 10 km klassisch auf den 2. Platz. «Trotz des vielen Regens schien für das Schweizer Team fast täglich die Sonne», freute sich Nachwuchs-Chef Edi Zihlmann. **f**

Nach Rückzug von Solarkonzern

Schildknecht setzt auf Swiss Power

In den letzten fünf Jahren betreute Ronie Schildknecht (44, Bild) beim «Hep Sports Team» Weltklasse-Triathleten wie Sebastian Kienle und Laura Philipp. Nun zieht sich der Solar-Konzern Hep aus dem Triathlon-Sport zurück. Die Verträge mit den Athleten und deren Manager laufen aus. Schildknecht, neunmal Sieger beim Ironman Switzerland, bedauert den Ausstieg, gibt sich aber gelassen. «Nun habe ich mehr Zeit für die anderen

Athleten.» Mit seiner Management-Firma «i-ron» betreut er neben Ironman-Weltmeister Sam Laidlow und anderen Cracks drei der besten Schweizer Triathletinnen: Langdistanz-Spezialistin Imo Simmonds (31) sowie Julie Derron (27) und Cathia Schär (22), die sich beide bereits für die Olympischen Spiele in Paris qualifiziert haben. **f**

