

# Beim Ultra-Marathon aufs Podest gelaufen

**LAUFSPORT Am Wochenende bestritt Natascha Baer ihren ersten grossen Wettkampf, den Ultra-Marathon über 67,6 km in Davos – und wurde für ihre Leistung mit dem zweiten Gesamtrang belohnt. Eher ein Trainingslauf war für die Kanderstegerin der «Gornergrat Zermatt Marathon» am 3. Juli. Hier wurde Baer im Gesamtklassement Dritte.**

MICHAEL SCHINNERLING

Es war ein harter Zweikampf zwischen der 26-jährigen Natascha Baer und der Davoser Ultramarathonläuferin Jasmin Nunige (47). In der Königsdisziplin des Swisssalpines in Davos lieferten sich die beiden Läuferinnen ein Kopf-an-Kopf-Rennen. Die 67,6 km über 2606 Höhenmeter zu absolvieren war für Baer eine Premiere.

Die Strecke führte ins Dischmatal, über den Scaletta- und Sertigpass sowie den dazwischen liegenden Panoramatrail ins Sertig, weiter über die Fanezfurgga nach Monstein. Über Jatzmeder und das Sertigtal ging es wieder zurück zum Ausgangspunkt nach Davos – ein hochalpiner Ultramarathon über vier Pässe und durch acht Täler. «Ich bin ohne grosse Erwartungen in den Lauf gestartet. Es war ja meine erste Teilnahme, über so eine lange Distanz» erklärte Baer. «Die Strecke kannte ich zum Teil vom Marathon her. Und mir lief der erste Abschnitt nicht gut», so die Kanderstegerin. «Und dann ab Dörfli, etwa 30 km vor dem Ziel, lief es mir sehr gut.» Beim Zieleinlauf in Davos wurde die Uhr bei 7:05.48,2 angehalten. Für diese hervorragende Leistung gab es den ersten Rang in der Katego-

rie K68-W20 und den zweiten Rang in der Gesamtwertung der Frauen.

## Wieder ins Rennengeschehen einfinden

Eher ein Trainingslauf als ein Wettkampf war für Baer der «Gornergrat Zermatt Marathon», der erste Lauf in dieser Saison. Start für die 42,195 Kilometer lange Strecke war in St. Niklaus auf 1116 m ü. M., das Ziel der Riffelberg auf 2582 m ü. M. «Mein Ziel war es, in den Laufrythmus reinzukommen und mich wieder ins Rennengeschehen einzufinden», beschrieb die Sportlerin ihre Erwartungen.

Professionell und mit einer hohen Trainingsintensität bereitete sich Baer auf die Laufsaison vor. Dabei bekam die junge Athletin von ihren Eltern Barbara und Alexander sehr viel Support. Die beiden betreuen Natascha auch unterwegs an den Wettkämpfen. «Das ist für mich sehr wichtig und ich schätze dies sehr. Es ist eine Motivation, noch etwas mehr zu leisten», erklärt sie. Baer ist erst seit rund fünf Jahren als Athletin bei Läufen dabei. «Ich bin ja noch jung und kann mich steigern», findet sie.

Die Konkurrenz wird die Ansage nicht so gerne hören. Schon in Zermatt lief Baer vom fünften Platz in der Kategorie F18 nach und nach auf den zweiten Platz. In der Gesamtkategorie Marathon Overall Frauen erreichte sie mit einer Zeit von 3:48.43,3 den dritten Platz.

Das nächste Ziel ist am 11. September der Jungfrau-Marathon, der dieses Jahr auf dem Flugplatz Interlaken beginnt und bis zum Ziel Eigergletscher geht. Gestartet wird dort in acht Blöcken mit je 500 Läufern.



Die intensive Vorbereitung hat sich für Natascha Baer offenbar ausgezahlt.

BILD ZVG ALPHA PHOTO

## Der Wunsch ist ein Podestplatz

**CURLING Das 26. Adelbodner Junioren-Sommerturnier vom 7./8. August steht vor der Tür. Das Juniorinnenteam Adelboden 1 wird die einzige Equipe aus dem Frutigland sein. Michelle Schranz, Nanina Germann, Julia Stoller, Lia Germann und Aline Hari spielen seit fünf Jahren zusammen – und bestreiten nun ihren ersten Wettkampf in diesem Jahr.**

MICHAEL SCHINNERLING

Es ist Montagabend, die Juniorinnen sind am Trainieren. Coach Daniel Oester hat nicht viel Zeit, um sie auf das Heimturnier am 7./8. August einzustellen. Dass der erste Ernstkampf der Saison in der eigenen Halle stattfindet, hat aus Oesters Sicht sowohl Vor- als auch Nachteile: «Einerseits macht es grossen Spass, zu Hause zu spielen. Andererseits ist der Druck etwas grösser, weil sicher Familien und Freunde zuschauen.» Michelle Schranz und Lia Germann freuen sich: «Es ist ein Vorteil, wir kennen die Verhältnisse ja bereits.» Skip Nanina Germann tendiert ebenfalls zum Vorteil, «da wir die Umgebung und die Halle kennen und ich mich dort wohl fühle.» Es helfe auch, zu wissen, dass sie viele Leute des heimischen Curlingclubs kennen, die das Team unterstützen. Julia Stoller und Aline Hari bestätigen: «Wir kennen das Eis und es ist schön, hinter der Scheibe mal bekannte Gesichter zu sehen – allerdings darf man sich davon nicht ablenken lassen.»

### «Für diesen Sport sollte viel mehr geworben werden»

Julia Stoller spielt seit 2014 und Nanina Germann, Aline Hari, Michelle Schranz und Lia Germann seit 2015 Curling. Für das Turnier wünschen sie sich schöne und lehrreiche Matches und einen guten Start in die Saison. Gern würden sie

unter die besten fünf Teams kommen oder einen Podestplatz erreichen. «Aber das Grösste ist es, einfach die Zeit auf dem Eis zu geniessen. Gerade durch die letzte Saison, in der wir kaum spielen konnten, lernen wir dies noch mehr zu schätzen», so Julia Stoller.

Beim Heimturnier wollen die Juniorinnen ihre Stärken auspielen – zum Beispiel ihren Teamgeist und die grosse Motivation. «Wir haben einen starken Zusammenhalt und kennen uns bereits sehr lange», so Schranz. Skip Germann betont, dass ihrem Team die Motivation trotz vieler Auf- und Abs nie fehle. Ähn-

lich sieht es Lia Germann: «Unsere Stärke ist, dass wir uns auch neben dem Eis gut verstehen.» Man pflege einen sehr lockeren Umgang miteinander und lache viel zusammen. Dies und die Freude am Sport schweisse die Curlerinnen immer mehr zusammen – eine Freude, die aus Stollers Sicht noch mehr Leute teilen könnten. «Curling ist ein sehr spannender Sport, doch leider gibt es hier in der Region ziemlich wenig Nachwuchsspieler. Für diesen Sport sollte viel mehr Werbung gemacht werden», findet sie. «Die Kids sollten das Juniorentaining in Adelboden be-

suchen und sich selbst davon überzeugen, wie viel Spass es macht.»

### Der Coach lobt die Motivation

Seit der Saison 2016/2017 trainiert Daniel Oester die Curlerinnen, die er schon beim allgemeinen Juniorentaining öfters gecoacht hatte. «Es war für mich klar: Wenn es Juniorinnen gibt, die Meisterschaft spielen wollen, sollte man sie unterstützen.» Auch Oester schätzt die unerschütterliche Motivation des Teams und dessen Zusammenhalt. «Wir verstehen uns blind. Es macht einfach grossen Spass, mit ihnen unterwegs zu sein.»



Haben viel Spass auf und neben dem Eis (v.l.): Aline Hari, Nanina Germann, Trainer Daniel Oester, Julia Stoller und Lia Germann. Es fehlt Michelle Schranz.

BILD MICHAEL SCHINNERLING

## Offene Ausgangslage auf der Engstligenalp

**SCHWINGEN Nach vier Kranzfesten steht nächsten Sonntag wieder ein Regionalfest an. Für die Mittelschwinger dürfte dieses einen besonderen Reiz darstellen.**

WERNER FRATTINI

Nach dem harten Programm der letzten vier Wochen und angesichts der bevorstehenden wichtigen Feste kann man davon ausgehen, dass sich die Berner Spitzenschwinger am Nationalfeiertag eine Ruhepause gönnen. Aus diesem Grunde ist es relativ schwer, eine Favoritenliste zu erstellen. Zu ungewiss ist, welche Kranzschwinger überhaupt antreten werden. Sicher werden einige aus dem Kandertal die Gelegenheit nutzen, sich den letzten Schliff für die kommenden Kranzfeste zu holen. Eher unwahrscheinlich, jedoch nicht unmöglich, ist die Teilnahme Thomas Innigers. Sollte seine Verletzung schon so weit verheilt sein, könnte er bei seinem Heimfest einen Testlauf machen.

### Chance für die Jungen

Auch wenn das Teilnehmerfeld nicht mit prominenten Namen bestückt ist, dürfen sich die Zuschauer auf einen interessanten Wettkampf freuen. Dass endlich wieder Publikum zugelassen ist, wird den Schwingern sicher einen zusätzlichen Motivationsschub geben. Ausnahmsweise stehen die jungen Nachwuchshoffnungen im Mittelpunkt. Diese können sich mit einem guten Resultat wichtigen Schwung für die kommenden Kranzfeste holen. Als Gäste sind die Schwinger aus Sissach und Appenzell eingeladen. Das Anschwingen beginnt um 10.30 Uhr.