



# SCHWEIZER LAUFSZENE

Text und Fotos von Saskia Helfenfinger

*caption Fatton*

**DIE SCHWEIZER LAUFSZENE WÄCHST UND GEDEIHT PRÄCHTIG UND DAS NICHT ERST SEIT VIKTOR RÖTHLINS EUROPAMEISTERTITEL 2010.**

**RÖTHLIN IST AKTUELL DAS LÄUFERISCHE AUSHÄNGESCHILD DER EIDGENOSSEN.**

Auf dem Foto:  
Julia Fatton beim Ultratraining  
zwischen Bosco und Gurin

Mit Markus Ryffel (Olympiazweiter 1984 in Los Angeles, EM-Zweiter 1978 in Prag, zweifacher Hallen-Europameister), André Bucher (Weltmeister über 800 Meter 2001) oder Anita Weyermann (Cross-Europameisterin 1999, WM-Dritte über 1.500 Meter 1997) hatte die Schweiz in der Vergangenheit immer wieder starke Läuferinnen und Läufer, die auch international für Furore sorgten. Aktuell jedoch tut sich hinter Röthlin eine Riesenlücke auf. Dies gilt auf den Langstrecken sowohl für den männlichen als auch für den weiblichen Bereich. Doch der Spitzensport ist das eine, der Breitensport das andere. Und hier wird beim Blick auf die Top-30-Laufveranstaltungen der Schweiz schnell klar: die kürzeren Distanzen bis hin zum Halbmarathon boomen, während die Marathondistanz weiter stagniert. Dies untermauert auch die jährlich publizierte Statistik der Swiss Runners, eines unabhängigen Vereins von 26 Laufveranstaltungen, darunter die 17 der Top 20 in der Schweiz.

Doch auch hier bestätigen Ausnahmen die Regel: So gibt es durchaus Marathonläufe mit Wachstumspotenzial: Lausanne, Luzern, Zürich, Genf oder auch Winterthur haben 2011 nochmals zugelegt. Dagegen mussten Traditionsveranstaltungen wie der Jungfrau-Marathon mit dem impo-

santen Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau, der Swissalpine Davos im Kanton Graubünden oder auch die Bieler Laufstage Federn lassen. Doch Sorgen muss man sich bei den Veranstaltern keine machen. So hatten sich für den Jungfrau-Marathon am 8. und 9. September 2012, der sich selbst als der schönste Bergmarathon der Welt bezeichnet und auch von den Lesern des Internetportals marathon4you.de auf Platz eins gewählt wurde, bereits Anfang Dezember mehr als 6.000 Sportler einen Startplatz gesichert. Läufe, wie der Swissalpine in Davos oder die inzwischen 54. Bieler Laufstage haben längst Kultcharakter. Autor Werner Sonntag hat dem berühmten 100er in der Westschweiz gar ein ganzes Buch gewidmet. "Irgendwann musst du nach" lautet der Titel des längst vergriffenen Werkes.

238.560 Finisher wurden 2011 bei den 30 größten Veranstaltungen des Landes registriert, was eine Zunahme von 5,5 Prozent gegenüber dem Vorjahr bedeutete. Die beiden größten Veranstaltungen der Schweiz, der Grand Prix von Bern mit 25.056 Finishern oder der Course de Escalade in Genf in der Adventszeit mit 24.900 Zieleinläufern, verbuchten Zuwachsraten von weit über zehn Prozent. Die schönsten zehn Meilen der Welt, wirbt der 30 Jahre alte Grand Prix von Bern. Und so strömen die Laufwilligen beileibe nicht nur aus der Schweiz in die Bundeshauptstadt. Neben den Eidgenossen selbst sind es vor allem auch viele ausländische Läufer, die die mannigfaltigen Veranstaltungen besuchen. Beim Grand Prix von Bern waren Teilnehmer aus 79 verschiedenen Ländern am Start. Aus fast 50 Nationen kamen die Läufer zur fünften Auflage des Lucerne Marathons, darunter China, Japan, Jordanien, Vereinigte Arabische Emirate, Singapur, Australien und Mexiko. Mit ihrem Bergvorteil können die Schweizer



natürlich spektakulärere Läufe anbieten als die deutschen Veranstalter, weiß Julia Fatton, die seit vielen Jahren für den TV Mannheim-Rheinau startet und bereits unter ihrem Mädchennamen Alter die Ultralaufszene aufmischte. Inzwischen lebt Fatton in Noiraigue (Schweizer Jura), ist ihrem ebenfalls erfolgreich laufenden Mann Christian in die Schweiz gefolgt. Die 40-Jährige ist mit 367,918 Kilometer amtierende deutsche Rekordhalterin im 48-Stunden-Lauf, belegte bei der WM 2010 im 24-Stunden-Lauf Rang drei, hat unzählige Marathon- und Ultraläufe als Siegerin beendet.

Was die Frauenquote bei Laufveranstaltungen betrifft, ist die Schweiz wahrhaft vorbildlich und hat gleichzeitig noch enormes Potenzial. So lag der Frauenanteil in Bern im vergangenen Jahr bei allen Läufen über 40 Prozent. Beim Altstadt-Grand-Prix waren sogar mehr weibliche als männliche Teilnehmer am Start. Auf eine lange Geschichte blickt auch der Schweizer Frauenlauf in Bern, landesweit die fünfgrößte Laufveranstaltung überhaupt, zurück. Rund 14.000 Teilnehmerinnen verbucht das Organisationsteam in jedem Jahr. 1987 trug sich die Eidgenossin Cornelia Bürki (47-fache Schweizer Meisterin) erstmals in die Siegerliste ein, stand ein Jahr später wieder ganz oben auf dem Treppchen. Es sollte bis 2008 dauern, ehe wieder eine Schweizerin den Schweizer Frauenlauf gewinnen sollte: Mirja Jenni, Uta Pippig, Kathrin Ullrich, Derartu Tulu oder auch Leah Malot hießen u. a. die erfolgreichen Läuferinnen in Bern.

Wer in der Schweiz laufen will, kann sich zwischen 500 Laufwettbewerben entscheiden. Über so viele Einträge nämlich verfügt der Swiss Athletics Lauf Guide. Besonderer Beliebtheit erfreuen sich in unserem Nachbarland die Laufserien. Jede dritte Veranstaltung gehört zu einem Laufcup, einer Lauf Trophy oder einer Laueventserie.

Es sind die atemberaubenden Landschaften zwischen Bodensee, Alpen und dem mediterran anmutenden Tessin, die die kleine Schweiz so attraktiv machen. Da gibt es so einige Leckereien. Zu erwähnen sind da etwa die Swiss Snow Runs, natürlich allen voran aber der Jungfrau-Marathon, der Swissalpine Marathon oder ganz spezielle Läufe wie der Niesen Treppenlauf. Mir gefallen aber auch die möglichst einfach organisierten Läufe vor der Haustür, wie etwa die Zuger Trophy, verrät Sven Moosberger-Kropf, der als Orientierungsläufer bei der Sprint-WM 2003 Platz zehn belegte und später als Nachwuchstrainer des nationalen Juniorenkaders fungierte. Orientierungs-



Seven Moosberger-Kropf, 10. der Sprint-OL-WM 2003 in Rapperswil/Jona

lauf, kurz OL genannt, ist auch so eine typische Schweizer Angelegenheit. Zwar hat die Sportart ihren Ursprung in Schweden, wurde aber vor rund 60 Jahren. Wir haben in der Schweiz eine Vielfalt von verschiedenen interessanten und abwechslungsreichen Geländetypen, das macht den Orientierungslauf hier so attraktiv, unterstreicht Moosberger-Kropf. Das eigentliche Laufen selbst, die Verbindung mit der Natur, die Einsamkeit während des Wettkampfs, die vielen Arten von Geländen, das Gefühl, ein Gebiet kennen zu lernen wie sonst niemand, aber natürlich auch die kombinierte Herausforderung von schnellem Laufen, schnellem Entscheiden, Risikodosisierung, Selbstkontrolle, Emotionskontrolle, Taktik macht OL so attraktiv wirbt er. Mit Simone Niggli-Luder stellen die Eidgenossen die 17-fache OL-Weltmeisterin, die auch ohne Karte in der Hand flott unterwegs ist. So wurde Niggli-Luder 2010 beispielsweise Zweite beim Jungfrau-Marathon, stellte die Spezialistinnen zwei Mal bei den Schweizer Crosslaufmeisterschaften in den Schatten.

Doch zurück zum reinen Laufsport: Hier fühlt sich Julia Fatton zu Hause. Möglichst lang, möglichst bergig soll es sein. Ihr ganz persönlicher Favorit unter den Laufveranstaltungen ist der Trail de l'Absinthe (Défi Val de Travers), ein 75 Kilometer langer All-Terrain-Lauf mit Asphaltpassagen ebenso mit Forst-, wurzeligen Wanderwegen, Wiesen, Wald und einer traumhaften Schlucht. Ein Lauf allerdings nicht für Warmduscher gilt es doch, 3.000 Höhenmeter zu bewältigen. Noch höher hinaus und länger wird es beim Trail Verbier St. Bernard über 110 Kilometer und 6.900 Höhenmeter durchs Hochgebirge. Berglauf pur, das ist es, was Fatton liebt. Fully-Sorniot über 7,9 Kilometer, das ist ein Berglauf pur, bei dem man den Rückweg zu Fuß zurücklegen muss. Zuerst geht es durch die Weinberge, dann auf Serpentin zum Ziel, beschreibt sie das Abenteuer. Das spektakuläre Panorama im Jungfrau-Gebiet mache den Schilthorn-Halbmarathon mit 2.170 Höhenmetern zu einem so besonderen Lauf, schwärmt die Ultraläuferin. Last but not least gehöre auch Villeret-Chasseral-Villeret über 25 Kilometer zu ihren favorisierten Läufen. Ein herrlicher Berglauf im Schweizer Jura, schwärmt sie.

Wer das Publikum braucht, die Atmosphäre entlang der Straßen in den Innenstädten regelrecht aufsaugt, der ist bei den zahlreichen Stadtläufen genau richtig. Ob Luzerner oder Basler Stadtlauf, Zürcher Silvesterlauf oder eben der grandiose Grand Prix von Bern das Schweizer Laufjahr hat einiges zu bieten und beginnt bereits am 1. Januar mit dem Neujahrsmarathon in der Schweiz. Wer als Weltjahresbester in die Annalen eingehen möchte, sollte sich einen Start dort nicht entgehen lassen, denn die Siegerzeiten gelten offiziell als Jahresweltbestleistungen. Und noch zwei Schweizer Rekorde: Während der Zürich-Marathon als die schnellste Strecke des Landes gilt, ist der Muttenz-Marathon nach eigener Aussage der kleinste Marathon der Schweiz.

Mit einer Spende für UNICEF tun die Läufer beim Genève-Marathon im Mai gleich noch etwas Gutes, denn in jedem Startgeld ist eine Spende für das Kinderhilfswerk enthalten. Hoch hinaus geht es im Monat darauf beim

Graubünden-Marathon zwischen Chur und dem Rothorn, bei dem rund 2.680 Höhenmeter zu bewältigen sind. Natur pur heißt es auch beim Zermatt-Marathon im Juli. Über 1.900 Höhenmeter müssen die Läufer bewältigen, um vom 1.116 Meter hoch gelegenen St. Niklaus im tiefsten Tal der Schweiz über den Weltkurort Zermatt (1.616 Meter) mit dem weltbekannten Matterhorn in die Mitte von 29 Viertausendern, um auf den 2.585 Meter hoch gelegenen Rif-felberg am Gornergrat zu gelangen.

Nach Swissalpine, dem Gondo-Event (Doppelmarathon für erfahrene Bergläufer) und dem Mountainman-Marathon in der Zentralschweiz geht es im September zurück in die Stadt zum Run to the Beat Basel mit einem ganz besonderen Musikkonzept entlang der Strecke. Dass Musik beflügelt und leistungsfördernd wirkt, davon sind nicht nur die Organisatoren des Laufs, sondern auch Wissenschafter überzeugt. Im Wonnemonat Oktober warten weitere Naturmarathons auf die Läufer, aber auch die beiden Stadtmarathons von Lausanne und Luzern, die beide unter den Top-10 in der Schweiz rangieren. In der Sonnenstube der Schweiz geht es im November beim Maratona Ticino rund, ehe der Frauenfelder-Marathon als Teil des Frauenfelder Militärweltmarschs den Abschluss eines langen Laufjahres in der Schweiz bildet.

— Anzeige —

RWE Deutschland



## RWE MARATHON WIRD 50

Seien auch Sie dabei, wenn der RWE Marathon „Rund um den Baldeneysee“ am 14. Oktober 2012 sein 50-jähriges Jubiläum feiert.

Weitere Informationen unter:

TUSEM Essen

Telefon 0201-74 95 520

Internet [www.rwe-marathon.de](http://www.rwe-marathon.de)

E-Mail [organisation@essen-marathon.de](mailto:organisation@essen-marathon.de)

VORWEG GEHEN

