

# Der Ungewissheit davongelaufen

**Leichtathletik** Martina Strähl aus Oekingen gewann den Swiss City Lucerne Marathon

VON JÖRG GREB

Die Solothurnerin Martina Strähl holte sich am Swiss City Lucerne Marathon nicht nur den Sieg, sondern unterbot bei ihrer Marathon-Premiere mit 2:39:14 Stunden auch gleich die Limite für die Europameisterschaften des nächsten Sommers in Zürich deutlich. Strähl kämpfte um jede Sekunde und entsprechend waren auf den letzten Metern ihre Gesichtszüge: verzerrt, angespannt, unharmonisch. Doch dieses Bild wechselte sogleich nach dem Überqueren

**«Durch das viele Wasser fühlten sich die Schuhe nicht nur schnell sehr nass an, sie wurden auch schwer.»**

Martina Strähl

der Ziellinie. Jetzt dominierte die Entspanntheit, zeigte sich bei Martina Strähl die schier grenzenlose Freude. Zu Recht, denn die Oekingerin erreichte das Ziel nach den nassen 42,195 km um das Luzerner Seebecken und der zweiten Rückkehr zum Startort beim Verkehrshaus als erste Frau. Fast wichtiger aber als dieser Sieg war für die 26-jährige, zweifache Berglauf-Europameisterin und diesjährige Siegerin des Volkslaufklassikers von Murten nach Fribourg die Qualität der Leistung. 2:39:14 Stunden, klar erfüllte Limite für die Europameisterschaften des nächsten Sommers in Zürich (2:44 Std.) und ein Flachmarathon-Debüt, das wegweisend sein dürfte.

## Keine Worte

Von «einem wunderschönen Erlebnis, mir fehlen die Worte» sprach sie im Fauteuil, der kurz nach der Ziellinie für die Sieger bereit stand. Der andauernd niederprasselnde Regen vermochte daran nichts zu ändern. Ausschlaggebend für dieses Empfinden waren Strähls Rennen und Strähls Leistung. Beide waren erstklassig. Und dabei fehlte es nicht an Faktoren, die sich als hindernd hätten aufführen lassen. Der Dauer-



Wie beim diesjährigen Murtenlauf lief Martina Strähl auch am Luzern Marathon als erste ins Ziel.

KEYSTONE

regen und die zum Teil glitschige Laufunterlage war dabei für Strähl der schier unbedeutendste. «Durch das viele Wasser fühlten sich die Schuhe nicht nur schnell sehr nass an, sie wurden auch schwer», beschrieb sie.

## Ohne Tempomacher

Diesen Nachteil blendete sie ebenso aus, wie sie bereits die «unangenehmen letzten Stunden vor dem Rennen» weggesteckt hatte. Da

hatte sich plötzlich eine Unsicherheit bemerkbar gemacht, ein Hinterfragen, ein Zweifeln. Vielmehr baute sie sich unterwegs stets neu auf, etwa am «phantastischen Publikum und den Musikgruppen, die für eine hervorragende Stimmung am Streckenrand sorgten».

Ebenso zur Seite schob sie «die immer schwerer werdenden Beine». Das gehöre dazu, dürfe sie nun nicht bremsen, sagte sie sich. «Ich will ins Ziel, einfach ins Ziel und

schnell ins Ziel», war ihre Vorgabe. Unter dieser mentalen Bereitschaft machte sie auch den nicht zu unterschätzenden Nachteil wett, dass sie ab Kilometer 8 «alleine unterwegs war», sprich sie niemanden hatte, an dem sie sich orientieren konnte. Aber sie fühlte sich derart «positiv fokussiert», dass sie vergeblich auf die viel beschriebene Marathon-Wand wartete. Im Gegenteil: «Ab Kilometer 30 lief es mir immer besser.»

# Der Zuchwiler Siegeszug hält weiter an

**1.-Liga-Eishockey** In einer bis zum Schluss spannenden und interessanten Begegnung setzte sich Zuchwil Regio in Lyss glücklich mit 2:3 durch.

VON STEFAN SIEGRIST

Sieben Partien und 21 Punkte – so die makellose Bilanz des EHC Zuchwil Regio nach dem 3:2-Auswärtssieg in Lyss. Es ist noch lange nicht alles gut, aber die Solothurner befinden sich auf einem verheissungsvollen Pfad. Der grosse Favorit nimmt seine Rolle wahr und hält gegen die aufstrebenden Teams entgegen. Die vergangene Woche war sicher nicht einfach. Aus den beiden Matches gegen Thun und Lyss resultieren zwei ganz knappe Resultate. Dies unterstreicht auch, dass die Mannschaft mental gereift ist. Der Trainer-Staff bereitet das Team gut vor und findet bisweilen in den Pausen stets die korrekten Worte.

## Zu wenig für das Gezeigte

Auch am Samstag in Lyss waren die Zuchwiler gut eingestellt und bestimmten vom ersten Puckeinwurf an das Tempo. Die Partie war flüssig, die Gäste optisch deutlich überlegen und Lyss kam nicht so richtig ins Spiel. Schnell kamen auch die Tref-



Zuchwils Goalie Simon Pfister war ein sicherer Rückhalt.

MARCEL BIERI

fer, Brunner und Steiner stellten das Skore auf 0:2. Alles lief nach dem Gusto vom Trainerduo Juri Wotschakow und Max Weibel. Doch in der 15. Minute erzielte Friedrich für die Gastgeber den Anschlusstreffer. Ein 1:2-Pausenresultat aus einem klaren Chancenplus ging zwar in Ordnung, war aber für den getätigten Aufwand doch zu wenig. Lyss-Coach Andreas Beutler spornte seine Leute in der

Pause an. Es wirkte, Lyss war plötzlich stärker. Dazu kam, dass Zuchwil schon früh einen Gang herunterschaltete. Ganz zum Leidwesen von Assistenzcoach Max Weibel: «Wir machten wieder Dinge, die wir nicht machen sollten. Wir hielten den Puck zu lange und jeder wollte wieder zeigen, wie gut er alleine ist.» Die Quittung für das Nachlassen kam prompt, Inniger glich in der 34. Mi-

nute zum 2:2 aus. Es konnte von vorne beginnen.

## Zuchwil noch nicht in der Hälfte

Zuchwil begann zu Beginn des dritten Abschnittes wieder mehr zu laufen, und liess den Puck besser zirkulieren. Leuenberger markierte so in der 42. Minute das 3:2. Zuchwil lag erneut vorne. Diesen Vorsprung liess man sich nicht mehr nehmen. Heikle Situationen gab es indes noch viele; doch Pfister hinterliess einen sicheren Eindruck und brachte die drei Zähler nach Hause. Max Weibel zog eine nüchterne Bilanz: «Wir sind noch nicht in der Hälfte von dem, wo wir hinwollen. An den Laufwegen und der Disziplin haben wir noch viel zu arbeiten. Wir gehen manchmal Wege, die wir nie so

**«Wir gehen manchmal Wege, die wir nie so trainieren.»**

**Max Weibel**, Assistenztrainer EHC Zuchwil Regio

trainieren. Es muss noch vieles besser, schneller und einfacher werden.»

Nach dieser schweren Woche folgen zwei weitere heisse Partien. Auch Unterseen-Interlaken und Basel wollen den grossen Favoriten nicht nur ärgern, sondern stürzen.

# Favoritenrolle gerecht geworden

Nicht weniger als 300 Zuschauer sorgten beim NLA-Regional-Volleyball-Derby zwischen Laufenburg-Kaisten und Schönenwerd in Laufenburg für tolle Stimmung. Letztlich setzten sich die favorisierten Gäste 3:0 durch. Die Niederländer kontrollierten das Spiel von Anfang an. Die Solothurner bauten vorneweg auf schöne Spielzügen, während die Fricktaler Kampfgeist entgegenzusetzen versuchten. Mit 25:18 entschieden die mit fünf Nationalspielern bestückten Schönenwerder so den ersten Satz für sich. Der Gastgeber raffte sich im zweiten Umgang unter der Regie von Topskorer Mathias Jost sowie des Bulgaren Aleksandar Petkov auf und konnte dem Favoriten derlei lange Paroli bieten. Doch in den entscheidenden Phasen setzte sich die Ruhe und die Konzentriertheit des Europacup-Teilnehmers durch (25:21). Trotz eines frühen 0:4-Rückstandes im dritten Satz machten es die Einheimischen nochmals spannend und sorgten mit einem zwischenzeitlichen 15:16 für eine umkämpfte Schlussphase. Letztlich gewann Schönenwerd jedoch auch Umgang drei mit 25:17.

Schönenwerd-Trainer Bujar Dervisaj zeigte sich zufrieden. «Vor dem Spiel war ich leicht nervös. Doch ich ih vollstes Vertrauen in mein Team, dass es seine technischen und mentalen Qualitäten mit der nötigen Motivation auch gegen Laufenburg ausspielt», so der Kosovare. Nun folgt am Samstag gegen Leader Lugano der Spitzenkampf, ehe der TV Schönenwerd dann am 5. November erstmals in seiner Vereinsgeschichte im Europacup in Zypern im Einsatz stehen wird. Trotz der Niederlage zeigte sich auch Smash-Trainer Marc Fischer nicht unzufrieden: «Kämpferisch und über weite Strecken auch spielerisch boten wir eine gute Leistung.» (BHA)

## Sportservice

### Eishockey

**Gruppe 2.** Lyss - Zuchwil Regio 2:3. Belp - Wiki-Münsingen 1:6. Thun - Burgdorf 2:7. Unterseen-Interlaken - Brandis 5:0. Adelboden - Argovia Stars 2:3. **Rangliste:** 1. Zuchwil Regio 21. 2. Wiki-Münsingen 15. 3. Unterseen-Interlaken 14. 4. Basel-Kleinhünigen 13. 5. Burgdorf 11. 6. Thun 10. 7. Lyss 10. 8. Argovia Stars 8. 9. Brandis 8. 10. Adelboden 7. 11. Belp 3.

### Lyss - Zuchwil Regio 2:3 (1:2, 1:0, 0:1)

Seelandhalle Lyss. – 476 Zuschauer. – SR Aegerter, Duarte/König. – Tore: 6. Brunner (Müller) 0:1. 10. Steiner (Hojac, Christen) 0:2. 15. Friedrich (Balsiger/Ausschluss Stalder) 1:2. 34. Inniger (Hirsbrunner) 2:2. 42. Leuenberger (Blatter) 2:3. – Strafen: 2-mal 2 plus 10 Minuten (Beer) gegen Lyss; 6-mal 2 Minuten gegen Zuchwil.

**Zuchwil:** Pfister; Prinz, Blumenthal; Wüthrich, Brunner; Dominic Lüthi, Malicek; Aeschlimann, Hunziker; Von Dach, Stalder, Pistolato; Leuenberger, Blatter, Gfeller; Born, Müller, Reber; Hojac, Steiner, Christen.

### Leichtathletik

**Luzern.** Swiss CityMarathon. Männer: 1. Bartosz Olszewski (Pol) 2:31:15. 2. Daniel Bold (Schiers) 2:34:08. 3. Davide Girardet (Belfaux). – Frauen: 1. Martina Strähl (Oekingen) 3:39:14 (Marathon-Debüt/EM-Limite 2014 erfüllt). 2. Petra Eggenschwiler (Laupersdorf) 2:52:22. 3. Fränzi Inauen (Kriens) 2:58:53.

### Volleyball

**NLA. Männer.** 2. Runde: Amriswil - Lausanne UC 3:0. Näfels - Chênôis 3:1. Lutry-Lavaux - Züri Unterland 1:3. Einsiedeln - PV Lugano 0:3. Laufenburg-Kaisten - Schönenwerd 0:3 (18:25, 21:25, 17:25). – **Rangliste:** 1. PV Lugano und Schönenwerd je 2/6 (6:0). 3. Züri Unterland 2/6. 4. Amriswil 2/3 sowie Chênôis und Lausanne UC je 2/3. 7. Näfels 2/3 (3:4). 8. Lutry-Lavaux 2/0. 9. Einsiedeln und Laufenburg-Kaisten je 2/0.

### Laufenburg-Kaisten - Schönenwerd 0:3

Blauen, Laufenburg - 300 Zuschauer - SR Erwin Bärtsch/Helmut Tschischnig  
Schönenwerd: Hagenbuch, Eichhorn, Bossart, Giger, Schnider, Eichenberger, Brander, Malicki, Hänggi, Peterlin, Heimgartner (L), Jachowitz.

**Frauen. NLB.** West-Gruppe: Schönenwerd – NUC II 1:3. Genf – Val-de-Travers 3:0. Fribourg – Cossonay 0:3. Kanti Baden – Therwil 2:3. – **Rangliste:** 1. Cossonay 2/5. 2. Therwil 2/5. 2. Kanti Baden 2/4. 3. 4. Genf 2/3. 5. NUC II 2/3. 6. Fribourg 2/2. 7. Val-de-Travers 2/1. 8. Schönenwerd 2/0.

### Schönenwerd – NUC II 1:3

Feld. – 30 Zuschauer. – SR: Santon/Böhme. – **Satzresultate:** 25:22 (19'), 13:25 (20'), 19:25 (22'), 22:25 (25'). **Schönenwerd:** Marjanovic, Dall'Osto, Raaflaub, Kotsis, Klein, Jenny, Carellis, Avcioglu, Rytz, Widmer. – Coaches: Marjanovic/Keller  
**NUC II:** Guillon, Trösch, Volpato, Rassier, Volpato, Portmann, Schreyer, Rey, Girard, Gossweiler. – Coaches: Vielleux/Paolo.