

Die gegen das Gewicht kämpfen

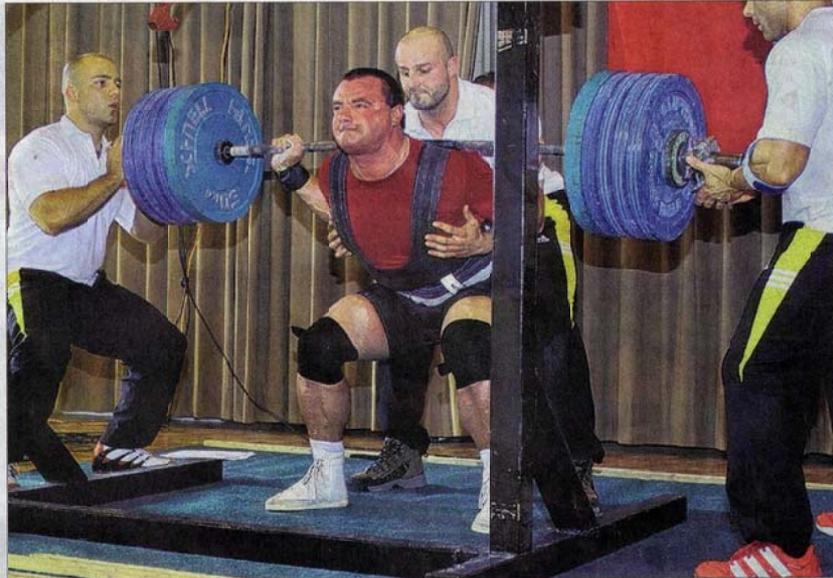
Kraftsport Die nationale Elite war am Samstag zu Gast in der Mehrzweckhalle Safenwil

MARK WYSS

Am Samstag war die MZH Safenwil Schauplatz der Schweizer Meisterschaft im Bankdrücken und Kraftdreikampf. Die 31 Sportlerinnen und Sportler – da der Wettkampf gleichzeitig als internationaler SPC-Cup gewertet wurde, traten auch sieben Gäste aus Deutschland an – haben sich nicht nur mit ihren Gegnern, sondern vor allem auch mit sich selbst gemessen. «Es ist wie eine Sucht, ein andauernder Kampf gegen das Gewicht. In dir entwickelt sich ein Drang, immer mehr und mehr Kilos in die Höhe stemmen zu wollen», erzählt ein Bankdrücker enthusiastisch. Die Leidenschaft, die er «seinem» Sport gegenüber empfindet, ist ihm richtiggehend anzuspüren: «Heute habe ich mit 230 kg meine bisherige Bestleistung aufgestellt. Damit gebe ich mich aber noch lange nicht zufrieden. 250 kg müssten eines Tages schon drinliegen.»

In Safenwil vermochten die meisten Athleten den Kampf gegen das Gewicht zu gewinnen. Nicht weniger als 13 Schweizer Rekorde (zehn im Bankdrücken und drei im Kraftdreikampf) wurden aufgestellt. Auf die Frage, was denn diese Kraftpakete für Typen seien, folgt die Antwort eines anderen angefressenen Sportlers prompt: «Ein Stück weit Egoisten. Man muss sich nur auf sich selbst und auf niemand anderes verlassen», erläutert er. «Und wenn man einen Bock geschossen hat, dann muss man sich auch nur über sich selbst ärgern.»

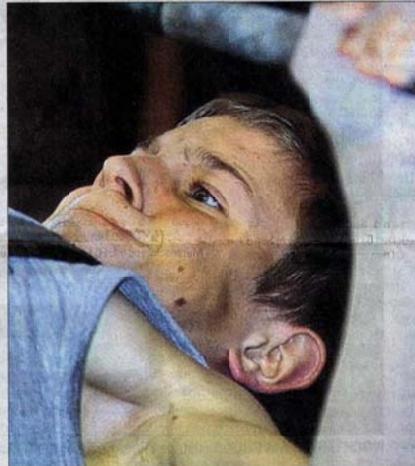
Organisiert wurde der Event von Ralf Vögli, dem Vizepräsidenten des SPC. «Das Wichtigste an einem solchen Anlass ist, dass er verletzungsfrei und ohne Unfall über die Bühne geht. Das ist glücklicherweise der Fall», gab der Safenwiler erleichtert zu Protokoll. Er selbst blieb vom Verletzungspech nicht ganz verschont. Wegen einer Zerrung im Oberarm musste der Welt- und Europameister im Bankdrücken für die EM Anfang Mai in Frankreich forfait geben. Dies tat seiner Freude über den gelungenen Kraftsport-Tag indes keinen Abbruch: «Die Zuschauer haben bis zum Schluss des Wettkampfes lautstark geklatscht. Und das ist schliesslich ein gutes Zeichen.»



STRENGE REGELN Die Kraftsportler werden während ihres Wettkampfs betreut, auch um Verletzungen zu verhindern. MARK WYSS



MIT WACHSAMEN AUGEN Der Wertungsrichter beobachtet, ob der Athlet die Übungen korrekt ausführt.



DER JÜNGSTE TEILNEHMER Der 14-jährige Sascha Groen stemmte 51,4 Kilogramm und wurde bei den Teenagern Vierer.

SERVICE

KARTEISPORT

Internationaler SPC-CUP. Powerlifting. 1. Friedrich Patricia. 2. Junger Stefan. 3. Kälin Hansjürg. 4. Ingold Marcel. 5. Wasmer Elmar. 6. Eyholtz Patrick. 7. Wyss My. 8. Kurmann Robert. 9. Vogel Gerhard. 10. Wagner Nancy.

SM Bankdrücken. Teenager. 1. Girardin Julien. 2. Hardmeier Christoph. 3. Voiron Cyril. 4. Groen Sascha. 5. Garofolo Fabio. **Junioren:** 1. Oerig Daniel. **Open bis 82,5 kg.** 1. Wyss My. 2. Tresh David. 3. Miri Daniel. **Open 82,5 plus.** 1. Hänni Ronny. 2. Vogel Gerhard. 3. Graber Michael. 4. Arnold Felix. 5. Groen Olivier. 6. Biderbost Claudio. 7. Ferren Martin. 8. Aebi Markus. **Master.** 1. Wedmer Marcel. 2. Flüchiger Mario. 3. Linde Mario.

Powerlifting. Männer: 1. Hunger Stefan. 2. Kälin Hansjürg. 3. Wasmer Elmar. 4. Eyholtz Patrick. 5. Wyss My. 6. Kurmann Robert. 7. Vogel Gerhard. **Masters:** 1. Wagner Nancy-Jeanne. 2. Vogt Caroline. **Frauen:** 1. Ingold Marcel.

OL

OL-Training für alle

Der Orientierungslauf hat im vergangenen Jahrzehnt eine Modernisierung durchlaufen. Neben der Variante von Streckenlängen hat sich auch der Wettkampf im urbanen Gelände etabliert. Dass auch vermeintlich einfache «Hauseckenrennen» ihre Tücken haben und trainiert sein wollen, hat schon mancher Routinier schmerzlich erfahren müssen. Der OLK Wiggertal bietet am Mittwoch die Möglichkeit, diese Spezialdisziplin zu erleben. Besammlung ist um 17 Uhr beim Bezirksschulhaus in Zofingen. Das Training ist öffentlich, es sind alle herzlich eingeladen, ihre Fähigkeiten mit Karte und Kompass unter kundiger Anleitung zu schulen und zu testen. (UZ)

SEILZIEHEN

Podestrang für die Ebersecker Im sanktgällischen Waldkirch fand das erste Meisterschaftsturnier der Jugend und der Herren bis 600 kg statt. Ebersecken war mit je einer Mannschaft am Start. Mit sechs Vorrundensiegen und zwei Unentschieden gegen Appenzell und Thurtal belegten die jungen Ebersecker den zweiten Vorrundrang hinter Appenzell. Sie verloren aber das Halbfinale. Somit kam es im Kampf um den Rang 3 zu einem Hinterländer-Duell zwischen Luthern und Ebersecken. Zweitere entschieden die beiden harten Züge für sich und gewannen als Dritte noch einen Pokal. Zehn Teams starteten zum ersten Turnier der Herren bis 600 kg. Ebersecken war mit Mosnang II, Waldkirch, Sins und Stans-Oberdorf in der Gruppe A eingeteilt. Im Kampf um den fünften Rang siegten letztlich die Ebersecker gegen den anderen Gruppendritten Engelberg. (AKO)

Waldkirch. Turnier. Jugend: 1. Thurtal. 2. Appenzell. 3. Ebersecken. – 9. klassiert. **Herren 600 kg:** 1. Nottwil. 2. Mosnang I. 3. Stans-Oberdorf. Ferner: 5. Ebersecken. 10. Melchtal-Kerns.