

Fliegen und siegen

TRIATHLON Vom Lago Maggiore auf die Kleine Scheidegg – schwimmend, auf dem Rad und zu Fuss. Tabea Ruegge aus Uetligen hat 226 Kilometer und über 5500 Höhenmeter in 14 Stunden zurückgelegt und den Swissman Xtreme Triathlon gewonnen.

Vor zwölf Jahren absolvierte Tabea Ruegge zum ersten Mal einen Gigathlon. In einem Fünfer-Team übernahm die ehemalige Turmspringerin das Schwimmen – und es lief ihr überhaupt nicht. «Ich war am Limit», hält sie fest. Es sollte ein Ansporn sein. Die Uettlingerin trainierte fleissig und machte Fortschritte, bald einmal bestritt sie den Gigathlon allein.

Und nun hat die 33-Jährige ihren bis anhin grössten Erfolg gefeiert: Am Wochenende triumphierte sie am Swissman Xtreme Triathlon. Nach 14 Stunden und 20 Minuten lief sie als erste Frau im Ziel auf der Kleinen Scheidegg ein. «Als die Leute applaudierten, war das wahnsinnig schön für mich, ich war absolut glücklich. Denn mit dem 1. Platz hätte ich nie gerechnet», sagt sie. Auf Rang 3 klassierte sich überdies mit Cornelia Käser aus Frutigen eine weitere Bernerin.

«Du musst laufen!»

Am Samstag um 5 Uhr war Ruegge von den Brissago-Inseln in den Lago Maggiore gesprungen und losgeschwommen. Nach 3,8 Kilometer erreichte sie Ascona, wechselte auf das Rennvelo und nahm die 180 Kilometer unter die Räder, welche sie über Gotthard-, Furka- und Grimselpass nach Brienz bringen sollten. Was vielen Leuten bereits beim Lesen



Tabea Ruegge lächelnd am Ziel.

Schmerzen bereiten dürfte, meisterte Ruegge relativ mühelos.

Wobei: Auch die Uettlingerin musste kämpfen: Weil ihr Supporter – Ehemann Martin, welcher sie vor zwölf Jahren zum Ausdauersport gebracht hatte – mit dem Auto am Grimselpass im Stau stecken blieb, musste sie sich in Brienz selbst organisieren und allein die 42 letzten Kilometer unter die Füsse nehmen. Und

dann kam die Krise. Doch plötzlich sah Ruegge von weitem die Führende, welche offensichtlich ebenfalls nicht mehr recht vorankam. «Ich wusste: Jetzt kannst du nicht mehr gehen, du musst laufen!» Ruegge packte die Chance beim Schopf, und in Grindelwald war dann auch ihr Ehemann wieder bei ihr. Noch galt es, 9 Kilometer und die letzten 1000 der rund 5500 Höhenmeter zu bewältigen. «Zunächst hatte ich Mühe, doch dann gab mir Martin Zucker, und so hatte ich auf einmal wieder Energie, flog regelrecht den Berg hinauf», sagt Ruegge.

Mit ihrem Sieg hat sie sich selbst belohnt. Für 2018 hat sie einen der begehrten Startplätze für den Norseman Xtreme Triathlon, das Pendant zum Swissman Xtreme Triathlon, in Norwegen erhalten. Wer hätte das vor zwölf Jahren gedacht?

Marco Oppliger



Tabea Ruegge fährt den Grimselpass hinauf.

Nonstop um die Schweiz

RAD 41 Stunden haben Tabea Rügge und Cornelia Käser benötigt, um mit dem Rad einmal rund um die Schweiz zu fahren. Die Uettlingerin und die Frutigerin beendeten das Tortour-Ultra-Rennen auf Rang 2.

Von Schaffhausen bis Schaffhausen 1000 Kilometer und 13 000 Höhenmeter auf dem Rad hinter sich bringen. Das ist die Aufgabe, welche die Athleten am Tortour-Ultra-Rennen zu bewältigen haben. Tabea Rügge und Cornelia Käser benötigten am Wochenende dafür 41:45 Stunden. Die Uettlingerin und die Frutigerin wurden in der Kategorie Team Zweite. Auf den 1000 Kilometern rund um die Schweiz mussten die Frauen Hitze und Gewittern trotzen. Doch Rügge und Käser sind sich gewohnt, an körperliche Grenzen zugehen. Im Junigewann Erstere den Swissman Xtreme Triathlon, wovon Tessina auf die Kleine Scheidegg führte, die Oberländerin wurde Dritte.

mob

Uettlinger Siegerin vom Lago Maggiore auf die Kleine Scheidegg

Als wir zum ersten Mal nach Uettligen reisten, um unsere heutige Wohnung zu besichtigen, mussten wir auf Google-Maps nachschauen, wo denn dieses Dorf liegt. Vor Ort haben wir dann sofort gemerkt, dass wir – das Sportlerduo und Ehepaar Tabea und Dinu Ruegge – da ja schon öfters mit den Rennrädern durchgerauscht waren. Nun, wo wir seit 2013 hier wohnen, wissen wir, dass Uettligen in der Gemeinde Wohlen für uns der perfekte Ort ist. Auf der einen Seite von der Infrastruktur bezüglich Alltag: Bäckerei, Metzgerei, Molkerei, Coiffeur-Geschäft, Post, Landi und noch vieles mehr direkt vor der Haustüre und eine Postautoverbindung, welche uns schneller nach Bern befördert, als von unserem früheren Wohnort Ittigen aus; aber vor allem auf der sportlichen Ebene!

Unser Wohnort Uettligen ist ideal für längere Lauftrainings aber auch Bergintervalle, verfügt über anspruchsvolle Bike-Trails (es dürften aber noch mehr sein), zum Inlinen haben wir auch schon eine flache, eher verkehrsarme Runde mit geeignetem Strassenbelag erkundet und in den wärmeren Monaten sind wir auch im Wohlensee bei Schwimmtrainings anzutreffen. Die geleiteten Schwimmtrainings des Clubs 3athlon Bern im Weyermannshaus erreichen wir mit ÖV, Auto oder Velo im Handumdrehen. Was will man mehr?

So legen wir mit all den Trainings in traumhafter Umgebung, oft mit Blick auf die Alpen, die Grundlagen für all unsere Projekte und Erfolge als Ausdauersportler. Wir starten an diversen Anlässen wir zum Beispiel Läufen von 5 bis 100 km inklusive Bergläufen, an Inline-Rennen, an Multi-sport-Events wie dem Gigathlon und an Triathlons. Ein spezieller Extrem-Triathlon ist der Swissman, an welchem Sportler aus über 30 Nationen aus der ganzen Welt teilnehmen. Er führt vom Lago Maggiore, in welchem 3,8 km geschwommen werden, 180 km/3600 Höhenmeter per Rennrad über den Gotthard, den Furka- und den Grimselpass und schlussendlich zu Fuss 42 km/1800 Höhenmeter von Brienz auf die Kleine Scheidegg. Genau diesen Swissman Xtreme Triathlon beendete Tabea Ruegge Ende Juni 2017 als schnellste aller gestarteten Frauen nach 14 Stunden und 20 Minuten und als 24. aller 250 gestarteten Männer und Frauen.



Tabea und Dinu Ruegge, Multi- und Ausdauersportler. Weiteres über ihre Sportabenteuer auf der Homepage www.Tab-Di.com

Perücken & Toupets
 Nach Unfällen, Chemotherapie, ärztlicher Verordnung, etc.

FRISEUR GRÄBENER
 Beratung:
 Annegret Gräbener
 Zum Hecht 1
 88662 Überlingen
 T: 075 51-624 95
 Ab April Montags Ruhetag

Treppenlift
 Service + Verkauf vom regionalen Profi!
 Tel. 07741 965858
 www.reha-lift.biz

NACHRICHTEN

UNFALL Motorradfahrer und Mitfahrer schwer verletzt

Radolfzell (eph) Ein 67-Jähriger und sein 44 Jahre alter Sozium sind mit ihrem leichten Motorrad gestürzt. Beide Männer wurden schwer verletzt. Der Unfall geschah laut Mitteilung der Polizei am Samstag gegen 16.15 Uhr auf der Landesstraße 226. Das Motorrad war demnach in Richtung Steißlingen unterwegs. Der Fahrer kam nach rechts von der Fahrbahn ab. Die Männer wurden in eine Klinik gebracht. Die Polizei ermittelt zur Unfallursache.

NACHGEHAKT

! Was wurde eigentlich aus...

dem lange umstrittenen Kinderhaus in Möggingen?



Kinderhaus wird teurer
 Der Bau des Kinderhauses in Möggingen wird teurer. Die Kosten für den Bau des Kinderhauses in Möggingen sind von 230.000 Euro auf 300.000 Euro gestiegen. Die Kosten für den Bau des Kinderhauses in Möggingen sind von 230.000 Euro auf 300.000 Euro gestiegen.

So berichtete der SÜDKÜRIER am 25. Juli 2015.

Nach langer Debatte entschied der Radolfzeller Gemeinderat im Januar 2014, das Kinderhaus in Möggingen zu bauen. Doch die Diskussionen waren nicht zu Ende: Vor etwa einem Jahr hat der Gemeinderat eine Viertelmillion Euro extra aus dem städtischen Haushalt freigegeben. Die ersten Gruppen sind im Januar 2016 in das neue „Kinderhaus Bullerbü“ eingezogen. Voraussichtlich im Januar 2017 soll der zweite Bauabschnitt eröffnet werden. (eph)

UNFALLFLUCHT Autofahrerin fährt nach Unfall davon

Radolfzell (eph) Eine 22 Jahre alte Radfahrerin wurde bei einem Zusammenstoß mit einem Auto leicht verletzt. Der Unfall ereignete sich laut Pressemitteilung der Polizei am Samstag gegen 12.45 Uhr in der Radoldusstraße. Die unbekannte Fahrerin eines silbernen Autos bog demnach nach links in die Franz-Schmal-Straße ab und stieß mit der Radfahrerin zusammen. Die Autofahrerin entschuldigte sich und fuhr weiter. Die Polizei bittet um Hinweise unter Telefon (077 32) 950 66 0.



Zumindest sieht es im Herzenbad aus wie in einem Haifischbecken: 428 Schwimmer starten beim Megathlon ins sportliche Vergnügen. BILDER: GERALD JARAUSCH

Spitzenleistungen im Breitensport

- 1628 Starter beim Bodensee-Megathlon
- Zahlreiche Schaulustige im Herzenbad

VON GERALD JARAUSCH

Radolfzell - Die Stadt stand am Sonntag ganz im Zeichen des Sports. Ab acht Uhr morgens traten beim Bodensee-Megathlon 1628 Personen in den sportlichen Wettstreit. Dabei galt es, nacheinander die fünf Disziplinen Schwimmen - auf einer Strecke von 1,5 Kilometern -, Rennradfahren 42 Kilometer -, Inlinerfahren - 20 Kilometer -, Mountainbikefahren - 36 Kilometer - und Laufen - 10 Kilometer - zu absolvieren. Dieses zugegebenermaßen ehrgeizige Programm mussten die Teilnehmer aber nicht allein bewältigen. Möglich war auch die Anmeldung als Paar und als Team, in der letzten Abteilung starteten die meisten Sportler.

Bereits nach 19 Minuten kletterte der erste Schwimmer wieder im Herzenbad aus dem Wasser. Dabei handelte es sich um ein Teammitglied des ortsnahen Fahrradhandlers Joos. Im weiteren Verlauf setzten sich dann die Black Forest Youngsters an die Spitze der Teamwertung, die sie für sich entschieden. Die Seriensieger der vergangenen Jahre scheinen sich beim Megathlon besonders wohlzufühlen. Das taten ihnen insgesamt 101 Einzelstarter, 36 Couples und 291 Teams gleich. Der SÜDKÜRIER war als Medienpartner mit einem Infopavillon bei dem Großereignis präsent. Seit dem Start um 8 Uhr waren zahlreiche Zuschauer anwesend, um die Sportler lautstark zu unterstützen, vor allem im Herzenbad, das als Start- und Zielpunkt im Zentrum stand.

Ergebnisse und weitere Berichterstattung im Regionalsport

Bildergalerien im Internet:
www.suedkurier.de/bilder



Im Laufschrift aus dem Wasser: Für diese Sportler auch nach eineinhalb Kilometern Schwimmen kein Problem.



Sportler aller Altersklassen und auf verschiedenen Wettkampfniveaus treffen beim Megathlon aufeinander - hier die Rennradfahrer, die 42 Kilometer zurücklegen mussten.



Die Inline-Skater sind in diesem Jahr wegen Straßenbauarbeiten in Rielasingen-Worblingen auf einer geänderten Strecke unterwegs. Die Zuschauer am Rand der Strecke feuern sie - wie auch bei allen anderen Disziplinen - trotzdem an.

Das Rahmenprogramm

Am Abend vor dem sportlichen Wettbewerb war für Teilnehmer und Publikum erst einmal Feiern angesagt. Die Stockacher Schlagerband Papis Pumples machte im Festzelt im Herzenbad Stimmung. Das Infoprogramm kombinierten die Veranstalter außerdem mit einer Nudelparty am Samstagnachmittag. Der Bodensee-Megathlon fand zum zwölften Mal statt. (eph)



Der Medienpartner SÜDKÜRIER geht beim Bodensee-Megathlon mit vier Teams an den Start.

Kulturelle Vielfalt auf dem Laufsteg

Etwa 400 Besucher bei der Modenschau des Berufskollegs für Mode und Design. Abschlussarbeiten laden zur Weltreise

VON NATALIE REISER

Radolfzell - Glanz, Glamour, Highheels. Grobes Leinen, Brokat, geflochtene Zöpfe. Die Absolventen des Berufskollegs für Mode und Design haben zum Abschluss ihrer Ausbildung eine

kulturelle Welt- und Zeitreise von den griechischen Mythen bis zu den Inuit, den Ureinwohnern der kanadischen Arktis, und ins ferne Japan wollten die Absolventen mit ihren Kreationen präsentieren. Vor etwa 400 Besuchern, die an den Seiten des langen Gangs Platz genommen hatten, der die neuen Berufsschulgebäude im ersten Obergeschoss verbindet, eröffnete Opernkuch den Abend: Jung, farbig, frisch, innovativ und weltoffen, so sollte Mode sein. Und das gelang den jungen Modedesignerinnen.

Rücken teils von gebundenen oder geknoteten Tüchern gehalten, mit Flaschenverschlüssen oder CD-Splittern verziert. Nicht alles würde man im Alltag tragen wollen, einiges war tatsächlich für den Laufsteg konzipiert. Wie die Eskimo-Entwürfe, die Schultern und Bauch gar nicht oder nur mit einem Netz bekleiden, die anderen Körperteile aber in dicken Pelz stecken. Bei vielen Modellen war es aber beinahe bedauerlich, dass sie nicht zum Verkauf standen. Die Trachtenentwürfe aus der Region oder vom Balkan wären sicher



Schweizer Triumph beim Megathlon

- 1800 Teilnehmer in fünf Sportarten am Start
- Eidgenössische Erfolge bei den Einzelstartern

VON INGO FEIERTAG

Ausdauersport: Einmal im Jahr wird das Radolfzeller Herzenbad zum Mittelpunkt der Ausdauersportler am Bodensee, so auch am gestrigen Sonntag beim 12. Megathlon. Die unterschiedlichsten Athleten tummeln sich im bunten Treiben am Ufer des Untersees. Alles ist dabei, vom durchtrainierten Leistungssportler bis zum Spafsteam. In hautengen Radtrikots und Laufshirts stehen junge und ehrgeizige Athleten neben solchen, die Spaß und Bewegung an einem herrlichen Sommersonntag verknüpfen, wie etwa die Jole Junkies von der Mettnau, die in Kochmützen starten.

Sie alle eint die Herausforderung Megathlon: fünf Sportarten bei einem Event. Die besten Starter meistern dabei das Schwimmen im Bodensee (1,5km), die Rennradstrecke über den Schiener Berg (42km/600 HM), das Inlinefahren (20km/ 150 HM), den Mountainbikekurs (36km/600 HM) und das Laufen (10km) allein, andere sind als Duo dabei oder in Fünfer-Teams. Schon früh laufen die ersten drahtigen Sportler ins Ziel, während einige Mountainbiker oder Inliner in den Team-Wettbewerben die Wechselzone erreichen und den imaginären Staffelstab weitergeben. Alle bekommen sie den gleichen Applaus von den zahlreichen Zuschauern.

So richtig laut wird es um kurz vor zwölf, als nach 3:48:14 Stunden die Ersten ins Ziel kommen. In der Teamwertung gewinnen die Black Forest Youngsters (Moritz Schmid, Patrick Reger, Marcel Eschbach, Patrick Rieger, Martin Diebold) vor der Mannschaft Aqua Sphere Mixed, die mit Corinna Moser, Felix Saur, Arnold Makarewis, Sandro Mühl, Dominik Müller in 3:54:20 Stunden auch die Mixed-Wertung gewinnt. Auf Rang drei landet Happy Fit Singen (Armin Hummel, Klaus Steinkeller, Florian Asch, Christian ... in 3:54:39 Stun



1800 Sportler gingen beim Megathlon 2016 an den Start. Unser Bild zeigt das Team Zweirad Joos 4. BILD: PETER PISA

An der Startzone am Wasser, wo bereits am frühen Morgen die ersten Schwimmer auf die Strecke gegangen sind, kühlen sich diejenigen ab, die ihre Disziplinen schon beendet haben. An der Spitze der Einzelstarter tobt da bereits der Kampf um den inoffiziellen Titel „König vom Bodensee“, oder besser gesagt um den des Vizekönigs, denn der Erste, Christoph Luginbühl (Chris sports tri team) aus der Schweiz, ist dem Rest weit voraus. Er gewinnt in 4:19:16 Stunden, mehr als zehn Minuten vor Matthias Klumpp (Team Alb-Gold/TSG Reutlingen), der als Zweitplatzierte nach 4:30:14 Stunden nur etwas mehr als eine Minute Vorsprung auf den 23 Jahre jüngeren Leonhard Lukesch

Dutzende Zuschauer oder Teamkollegen feuern die Läufer auf ihren zwei Runden im Schatten der Platanenallee an, während ein Kommentator im Ziel und an der Wechselzone das Publikum über die aktuellen Stände informiert. Am Anfang kommen an der Spitze die Teams tröpfchenweise ins Ziel, später dann in der Breite wie an einer Perlenkette aufgereiht. Dazwischen steht fest, dass auch die „Königin vom Bodensee“ aus der Schweiz kommt. Bei den Frauen siegt Tabea Ruegge-Zimmermann (tabdi.com) in 4:51:51 vor dem deutschen Duo Claudia Bregulla-Linke (Erdinger Team Alkoholfrei SC Riederau, 5:06:51) und Alexandra Rechel (BSG Sparkasse

der sich zwei Starter die fünf Disziplinen aufteilen, das Stöckli Racing Team (Remo Michel/Daniela Stump), das in 4:22:31 Stunden vor Katjan (Katja Ulbrich/Jan Höme, 4:25:53) und DirtySox (Marco Christen/Lea Thüring, 4:26:58) auf Rang eins landet. Am Ende ziehen die Organisatoren der Agentur Sauser Event aus Villingen-Schwenningen (siehe Interview) eine positive Bilanz und freuen sich schon auf den 13. Megathlon, wenn am 23. Juli 2017 das Herzenbad wieder zum Mittelpunkt der Ausdauersportler am Bodensee wird.

Alle Ergebnisse im Internet unter:
www.bodensee-megathlon.de

Bildergalerien im Internet unter:
www.suedkurier.de/bilder

