

Zürich-Marathon: Guido läuft 2:49 und verbessert seine PB um fünf Minuten!

Die MILA ist beim 11. Zürich-Marathon mit Guido Bischofberger und Felix Benz am Start und die beiden erreichten bei kaltem aber trockenem Wetter ihre Ziele. Guido läuft mit 2:49 Std. persönliche Marathon-Bestleistung und Felix bleibt auch in diesem Jahr wieder unter drei Stunden.

Sonntag, 7. April 2013 - von Felix Benz

2'556 Läuferinnen und Läufer sind am Sonntagmorgen um 08.30 Uhr zum Marathon gestartet, das Ziel erreicht innerhalb der Maximalzeit von fünfeinhalb Stunden haben 1'990 Männer und 462 Frauen. Die Ausfallquote beträgt somit nur gerade 4 % bzw. 104 LäuferInnen. Das bedeutet, dass trotz der sehr kühlen aber trockenen Witterung (4° C, leichte Bise) die Marathonis keine grösseren Probleme hatten oder alle sehr gut vorbereitet die 42,2 Kilometer in Angriff nahmen.

Optimales Rennen von Guido

Guido Bischofberger's Ziel war klar: Er wollte unter 2:50 Std. bleiben. Aufgrund seiner Vorbereitungen und seiner Laufzeit beim Oberrieter Halbmarathon (1:21) war diese Vorgabe realistisch. Doch gelaufen müssen die 42,2 Kilometer mit einem Kilometerdurchschnitt von 4.00 Minuten dann doch noch. Und da kann schon vieles passieren - Ein Marathon ist oft ein kleines Abenteuer, wo Theorie und Praxis nicht immer identisch ist. Doch für Guido stimmte alles bestens, er konnte seine Absicht optimal umsetzen. Er hatte zudem das Glück, auf den ersten Kilometern eine Gruppe zu finden, die sich gegenseitig untertützte und damit eine konstante Pace lief. Nach halber Strecke stoppte die Uhr bei 1:23:42, im Ziel war Guido nach 2:49:31. Er unterbot damit seine bisherige Marathonbestzeit um 5 Minuten!

Er klassiert sich damit in der Overallwertung auf dem 68. Platz, in seiner AK erreicht Guido einen Top Ten-Platz (9.).

Felix erneut unter drei Stunden

Es wird mit zunehmendem Alter nicht einfacher, einen Marathon unter drei Stunden zu laufen. Das spürte auch Felix. Trotzdem gelang es ihm auch in diesem Jahr in Zürich wieder, dieses Ziel zu erreichen. Ein Grund dafür ist die Erfahrung, die es dafür auch braucht. Und diese Kenntnisse seines Leistungsvermögens hat Felix ganz bestimmt. Bei allen bisherigen elf Zürich-Marathon's war er am Start und zum zehnten Mal blieb er unter den magischen drei Stunden. Gemäss der Liste der Läufe über die Marathondistanz oder länger, welche Felix führt, war Zürich der 148. Wettkampf. Es folgt am 20. April auf Mallorca der Ultra-Trail Sierra Tramuntana (107 km / 4'300 HM), womit das nächste kleine Jubiläum (150. Marathon) wohl beim LGT gefeiert werden kann.

Streckenrekorde und neue CH-Meister

Tadesse Abraham aus Eritrea hat in der Rekordzeit von 2:07:44 Stunden den 11. Zürich Marathon gewonnen. Abraham beantragt derzeit den Schweizer Pass und läuft an den EM 2014 möglicherweise für die Schweiz. Abraham löste als Streckenrekordhalter seinen Trainingspartner Viktor Röthlin (nicht am Start) ab, dessen Bestzeit in Zürich bei 2:08:19 Stunden (2007) steht. Bei Kilometer 31 schüttelte Adesse seinen letzten Begleiter ab und feierte einen Solosieg. Seine bisherige Bestzeit aus dem Jahr 2010 in Berlin unterbot der 30-Jährige um 1:40 Minuten.

Schweizer Pass für Abraham?

Die Chancen stehen gut, dass Abraham im kommenden Jahr den Schweizer Pass erhält - er kam 2004 als politischer Flüchtling in die Schweiz - und somit an der EM 2014 in Zürich für die Schweiz starten darf.

Mit einer Bestzeit von 2:07:44 würde er zu den Goldanwärtern zählen. 2012 war bloss ein Europäer unter 2:08 Stunden geblieben. Der Schweizer Rekord von Röthlin aus dem Jahr 2008 liegt bei 2:07:23.

Ott und Wyss Schweizer Meister

Den Schweizer-Meister-Titel sicherte sich Michael Ott aus Kilchberg als Fünfter mit der Zeit von 2:16:35 Std. und unterbot den Selektionswert für die WM in Moskau. Bei den Frauen senkte die Kroatian Lisa Stublic in 2:25:44 ebenfalls den Streckenrekord. Schweizer Meisterin wurde Renate Wyss aus Rheinfelden als Fünfte mit 2:40:53 Std..

Startnummerausgabe am Sonntagmorgen in der Saalsporthalle



Mit dem Bus gings dann zum Start



Guido und Felix, die beiden Mila sowie Roland Gächter aus Oberriet sind zum Start bereit



Die Marathon-Strecke verläuft grösstenteils der Seestrasse entlang von Zürich-Enge bis nach Meilen und wieder zurück, ergänzt mit Zusatzschlaufen in der City



Sieger und neuer Streckenrekordhalter Tedesse Abraham



Guido (links) mit seiner Gruppe auf dem Weg zur PB



Felix mit goldener Startnummer (11 x beim ZM dabei)



Felix und Guido, nur wenig gezeichnet nach dem Marathon (Foto von Christoph Marthaler)



Gehört heute zu den Standards beim Marathon: Elektronische und funkgesteuerte Zeitmessung



Wenig Minuten nach dem Zieleinlauf sind die Ranglisten aufgehängt



Auch sie sind auf den letzten Metern



Zieleinlauf: Für jeden ein Glücksgefühl



Zuschauer applaudieren bis zum letzten Läufer



Von jedem gibts Bilder vom Zieleinlauf



Und selbstverständlich die Finishermedaille



Viel Prominenz im Zielgelände



Die schnellsten Schweizer: Michael Ott 1., Christian Kreienbühl 2. und Patrick Nispel 3.



Podest der CH-Meisterschaft der Frauen: Renate Wyss 1., Lucia Mayer 2. und Daniela Aeschbacher 3.

