

Marathon der drei Länder am Bodensee 2014: Mathias mit einem Lächeln in 2:44

Mathias Nüesch und Zoltan Török überzeugen auch in diesem Jahr wieder durch Konstanz über die klassischen 42,195 Kilometer. Auch Andreas Weiler und Reto Moschen sind den Marathon, allerdings mit unterschiedlichen Gefühlen am Schluss, gelaufen. Über die Halbmarathondistanz sorgen Ramon Hüppi, Markus Halter und Helmut Büchel für die erwarteten guten Leistungen.

Montag, 6. Oktober 2014 - von Felix Benz

Das Starterfeld, welches sich um 11.10 Uhr in Lindau in Bewegung setzte, teilte sich wie folgt auf: 1'375 Viertelmarahton, 2'541 Halbmarathon und 1'090 Marathon. Damit blieben die Teilnehmerzahlen deutlich unter dem Ergebnis des letzten Jahres.

Der Marathon-Tagessieg geht an den Kenianer Francis Ngara. Er gewinnt in 2:11:42 und verpasst damit den Streckenrekord um wenige Sekunden. Die schnellste Frau ist die Vorarlbergerin Sandra Urach, sie lief den Marathon in 2:50:38.

Mathias: Mit 2:44 auf Rang 8 und damit wieder schnellster Schweizer

Die Minute, welche der schnellste Mila im Vergleich zu seiner Rekordzeit des letzten Jahres einbüsste, hatte sich Mathias schon bei Streckenhälfte zugestanden (1:19). Und dieser Rückstand blieb bis ins Ziel bestehen. Mit der hervorragenden Schlusszeit von 2:44:45 steht Mathias als bester Schweizer auf Rang 8 in der Overallwertung. In seiner AK M30 ist er zweiter.

Auch Zoltan etwas langsamer - 2:49

Von Jahr zu Jahr konnte Zoltan Török seine PB am Marathon der drei Länder am Bodensee verbessern. In diesem Jahr büsste er aber erstmals etwas Zeit (2 Minuten) gegenüber dem Vorjahr ein. Seine Leistung ist dennoch hervorragend, so steht Zoltan mit der Zeit von 2:49:07 auf Platz 17 der Gesamtrangliste. In seiner AK M35 wird er Dritter. Mit seiner Renneinteilung und den diesbezüglichen Abschnittzeiten ist er für alle ein Musterknabe, so lief er die zweite Hälfte beinahe in gleichem Tempo wie die erste.

Einziges PB durch Reto

Wie viele ist auch Reto Moschen "Stammläufer" am Dreiländermarathon und er ist der einzige Mila, der seine PB vom letzten Jahr um zwei Minuten auf 3:18:47 verbessern konnte. Und das trotz muskulären Problemen gegen Schluss des Marathons. Besonders schwer zu kämpfen hatte Andreas Weiler auf dem letzten Viertel der Marathonstrecke. Er benötigte dafür beinahe eine Stunde. Erstaunlich, dass er für sich trotz dieses Einbruchs noch eine Schlusszeit von 3:14 Std. notieren lassen konnte.

Ramon mit 1:21:52 schnellster Mila im Halbmarathon

Drei Mila-Männer waren am Start zum Halbmarathon, welcher von Donnschtighüpfer Christoph Schefer in 1:11:23 gewonnen wurde. Ramon Hüppi konnte sich im Mila-Dreikampf gegenüber Markus Halter (1:23:50) und Helmut Büchel (1:28:50) durchsetzen. Die drei haben bereits am Hallwilersee-Halbmarathon die Gelegenheit sich gegenseitig zu Leistungssteigerungen zu pushen. Auch die starke Leistung von Christine Hanimann über die 21,1 Kilometer sei an dieser Stelle noch erwähnt (1:55:51)

Fotos grösstenteils von Alexander Schawalder

Das Starterfeld am Lindauer Hafen



Mathias auch in diesem Jahr wieder mit viel Selbstvertrauen dabei



Auch Reto kann die Marathonstrecke schon beinahe blind laufen



Ramon und Mathias



Zoltan und Markus





Helmut und Andreas grüssen freundlich



Ramon



Donnschtighüpfer Christoph Schefer gewinnt den Halbmarathon



Markus



Mathias



Zoltan



Andreas





Mathias



Amtliche



Bier- und
Abschnitts -

tempo -

kontrollstelle !!!



1
 5
 41
 2
 4
 9
 Seen-Route (Veloland Schweiz)
 Talradwege

Spielfeld
 Feuerstelle
 Parkplatz

isterte
 in Regionen Werdenberg und Rheintal herzlich willkommen. gehören wir mit über 1'000 Kilometer von gut signalisierten Routen im Bereich Skaten, Radfahren, Mountainbiken und anderen Regionen in Europa!

saumeln und geniessen Sie unbeschwerte Stunden. Besuchen Sie durchs St. Galler Rheintal die verschiedenen Highlights und kennen Sie die Leute kennen.

iel Vergnügen!

Galler Rheintal, Alte Landstrasse 106, 9445 Rebstein,

Skate, Länge 57 km
 Rheintal ist das längste «Sportgerät» der Welt. Er ist für den Verkehr gesperrt. Beachten Sie, dass bei schönem Wetter ein kräftiger Wind talaufwärts, bei Föhnlage jedoch talabwärts wehen kann.

Skate, Länge 70 km
 Rheintal ist ideal für alle, die dem Föhn auf dem Rheindamm ausweichen. Sie führt an vielen Sehenswürdigkeiten vorbei. Der Föhnwind lässt sich in idealer Weise zu einer ein- oder Mehrtagestour für die ganze Familie verbinden.

Skate, Länge 42,195 km
 Marathon-Rundkurs für Skater können Sie Ihre Ausdauer über einen Halbmarathon oder noch kürzere Strecken testen. Wer es will, kann dies problemlos machen.

ren
 Radwege sind gut signalisiert und für die ganze Familie geeignet. Auch alle Skate-Routen mit dem Fahrrad befahrbar.

Seen-Route
 Die Seen-Route führt durchs ganze Rheintal. Die Rhein-Route führt über 400 km des Rheins, von der Quelle des Vorderrheins bis zu seiner Schiffbarmachung in Basel. «Die Seen-Route» beginnt sich die Route 9. Und tatsächlich: Vom Genfersee bis zum Bodensee bekommt man viel zu sehen.

Skate-Route 4
 Die Skate-Route beginnt in St. Margrethen und traversiert durchs Rheintal bis ins nördliche Alpenvorland.

ts
 In den Attraktionen und Sehenswürdigkeiten sind mit dem Fahrrad erreichbar:
 - Museumführung, Altstätten
 - Aegerten, Widnau
 - Balgach
 - St. Margrethen
 - 17. Mineralheilbad, St. Margrethen

Autofreier Erlebnistag!
 Jedes Jahr am ersten

