

# Einfach kurbeln, ohne nachzudenken

In der Nacht auf Samstag startet Handbikerin **Ursula Schwaller** zum «Styrkeproven», einem Radrennen über 540 km von Trondheim nach Oslo. Es ist die längste Distanz, die eine Schweizer Rollstuhlfahrerin je zu bewältigen versucht hat.

FRANK STETTLER

Die 39-jährige Paraplegikerin Ursula Schwaller liebt Herausforderungen. So entdeckte sie die Ultracycling-Radrennen für sich. Nachdem sie im letzten Jahr die 300 Kilometer lange «Vätternrundan» in Schweden als erste Handbikerin überhaupt erfolgreich bestritten hatte, startet die Architektin aus Düdingen am Freitagabend in Trondheim zum «Styrkeproven» über gar 540 Kilometer. Es ist die längste Distanz, die eine Schweizer Rollstuhlsportlerin je an einem Stück zu bewältigen versucht hat. Die FN haben die siebenfache Handbike-Weltmeisterin gestern in Norwegen telefonisch erreicht und mit ihr über den Reiz solcher Langdistanzrennen gesprochen.

**Ursula Schwaller, nicht zum ersten Mal nehmen Sie als Handbikerin an einem Radrennen teil. Weshalb?**

Tatsächlich kam ich auf den Geschmack an Rennen, insbesondere im Radsport, teilzunehmen, die nicht spezifisch für Behindertensportler bestimmt sind. So bin ich etwa an der Berner Rundfahrt oder auch der Genfersee-Rundfahrt gestartet. Dabei ist nicht die Behinderung die Gemeinsamkeit, sondern der Sport.

**Gestaltet sich der Zugang zu diesen Radsportevents für Sie aufgrund Ihres Sonderstatus schwieriger?**

Nein, die Organisatoren sind offen. Und ich will ja auch keine Extrawurst. Zudem ist beispielsweise eine Berner Rundfahrt für jedermann zugänglich. Beim «Styrkeproven» von Trondheim nach Oslo werde ich ebenfalls nicht anders behandelt. Ich habe mich ganz normal angemeldet und dann mit den Veranstaltern geschaut, ob es Probleme gibt. Ich starte als Radsportlerin, nicht als Rollstuhlfahrerin.

**Speziell ist gleichwohl, dass Sie nebst Ihrem Lebenspartner auf dem Rad auch von Kniebiker Walter Eberle begleitet werden.**



Will in Norwegen mit dem Handbike in 26 Stunden 540 Kilometer bewältigen: Ursula Schwaller.

Bild zvg

In der Gruppe ist man immer schneller. Weil die Radfahrer meinem flachen Handbike aber keinen Windschatten bieten, habe ich Walter ins Team geholt. So können wir uns bei der Führungsarbeit abwechseln. Wenn es flach ist, habe ich aerodynamische Vorteile und werde vorne sein, wenn es bergauf geht. Dadurch erhoffe ich mir ein höheres Durchschnittstempo.

**Wie haben Sie sich auf die Herausforderung mit 540 Kilometern und 4000 Höhenmetern vorbereitet?**

Ich fuhr zwar im letzten Jahr die 300 Kilometer lange «Vätternrundan», aber eine solche Distanz ist für uns alle Neuland. Ähnlich wie damals habe ich lange Grundlagentrainings und viele Höhenmeter absolviert. Zudem haben wir mit einem Experten ein spezielles Ernährungskonzept erarbeitet. Am Donnerstag beginnt der Countdown, dann verzichten

wir so gut wie möglich auf Ballaststoffe, damit der Magen nicht vorbelastet ist.

**Was nützt Ihnen Respekt ab, wenn Sie an das Rennen denken?**

Wir befahren einen Pass mit 1000 Höhenmetern, es kann schneien oder null Grad sein. Es kann aber auch über die gesamte Rennzeit regnen. Und ich weiss nicht, wie der Kopf nach 13, 14 Stunden reagieren wird. Das ist wohl die grosse Herausforderung, Meter um Meter zu kurbeln, nicht an das Ende zu denken und im Hier und Jetzt Velo zu fahren. Dass der Körper irgendwann müde wird, ist klar. Dann stellt sich die Frage, was der Kopf macht. Das gilt für alle Teilnehmer, ob behindert oder nicht.

**Was treibt Sie an, sich immer wieder solchen Herausforderungen zu stellen?**

Grenzen auszuloten und immer einen Schritt weiterzuge-

hen. Manchmal frage ich mich aber auch, wo das alles noch hinführen wird. Man entwickelt sich stetig weiter und sucht die Herausforderung. Letztes Jahr beim Rennen über die 300 Kilometer habe ich Blut geleckt. Die Schmerzen vergisst du irgendwann. Letztlich ist es die Freude am Radsport.

**In der Nacht auf Samstag geht es für Sie in Trondheim los – mit welchem Ziel?**

Eine Zeit von 26 Stunden ist sehr ambitioniert und ich werde nicht auf Biegen und Brechen daran festhalten – die Gesundheit geht vor. Wenn ich im Bereich der deutschen Handbiker bleibe, die das Rennen bereits gefahren sind, dann ist das sicher der Fünfter und das Weggli. Wenn man Wettkampfsport betrieben hat, dann setzt man sich hohe Ziele. Aber es wäre für mich schon ein Erfolg, wenn ich in den maximal erlaubten 36 Stunden in Oslo ankommen würde.

## Zahlen und Fakten

### 14 Liter Getränke für die 540 Kilometer

Das 540 Kilometer lange Ultracycling-Radrennen «Den Store Styrkeproven», was auf Deutsch so viel heisst wie «Die grosse Kraftprobe», von Trondheim nach Oslo gehört zu den Klassikern unter den Langdistanzrennen. In diesem Jahr feiert der Event in Norwegen seinen 50. Geburtstag. In der Nacht auf Samstag werden ab 22 Uhr alle zehn Minuten rund 80 Radfahrer mit einem Zeitlimit von 36 Stunden auf die Strecke geschickt, darunter Handbikerin Ursula Schwaller. Die Freiburgerin benötigt neben einer speziellen Regenkleidung auch rund 14 Liter Getränke und fast 8000 Kalorien an leicht verdaulicher Nahrung. fs

## Treffsichere Jungschützen

**SCHIESSEN** Bösinggen-Laupen gewann am Samstag in Überstorf das Jungschützen-Wettschiessen vom Schiesssport-Verband des Sensebezirks mit dem Durchschnitt von 84,000 Punkten. St. Ursen klassierte sich mit 82,647 Punkten im zweiten Rang. Dritter wurde Heitenried (82,556). 104 Jungschützen absolvierten die Einzelwertung. Der 18-jährige Alex Hegg (St. Ursen) setzte sich mit 93 Ringen vor Sven Horisberger (St. Ursen, 91 Punkte) und Alan Jutzet (Plasselb, 90) durch. Bei den Mädchen gewann Alice Blanchard (Tafers, 95) mit dem Höchstresultat des Tages Gold vor Jasmin Riedo (St. Ursen, 89) und Kim Sturny (Tafers, 88). Im Wettkampf der U16 blieb der 14-jährige Morten Rothenbühler (St. Ursen) mit 89 Punkten vor Angela Saurer (Heitenried, 86) und Yanik Baeriswyl (St. Ursen, 86) unangefochten. west

## Die Sensler geben beim Kantonalfinal der Pistolenschützen den Ton an

Am Freiburger Kantonalfinal der Gruppenmeisterschaft der Pistolenschützen über 25 Meter vom Samstag in Schmitten gewann Giffers-Tentlingen den Meistertitel. Schmitten-Flamatt holte Silber.

**SCHIESSEN** Die zehn besten Pistolen-Gruppen der 25-Meter-Distanz des Kantons durften am Wochenende beim Finaldurchgang in Schmitten starten. Jeder der vier Gruppenschützen musste 15 Schuss auf die Präzisions- und im zweiten Durchgang 15 Schuss auf die Duellscheibe, welche nur für drei Sekunden sichtbar ist, abgeben.

Erneut hiess das Duell im Final Giffers-Tentlingen I gegen Schmitten-Flamatt. I.



Die Medaillengewinner der Pistolen-Gruppenmeisterschaft. Bild zvg

Nach dem Durchgang auf die Präzisions-scheibe lag das Quartett Schmitten-Flamatt mit 554 Ringen noch vier Punkte vor Giffers-Tentlingen. Während sich die Sense-Oberränder auf der Duellscheibe steigerten und eine Passe mit 556 Zählern hinlegten, verlor Schmitten-Flamatt mit einer

540er-Passe 16 Ringe auf Giffers-Tentlingen und musste die Führung abgeben.

### Treyvaux im dritten Rang

Die Goldmedaille ging mit dem Total von 1110 Punkten schliesslich an die Gruppe Giffers-Tentlingen I mit den Schützen Alfons Rumo (275

Punkte), Richard Fornerod (274), Gregory Emmenegger (274) und Gérard Gendre (276). Die Gruppe Schmitten-Flamatt I mit Dominik Brülhart (283), Michael Thossy (256), Hans-Peter-Brülhart (280) und Laurent Stritt (279) schoss mit 1098 Punkten zwölf Zähler weniger als die Sieger und durften mit dem Total von 1098 Ringen die Silbermedaille nach Hause nehmen.

Die Ehre der Welschen rettete schliesslich die Gruppe Treyvaux I. Mit dem Total von 1089 Ringen durften sich Sanzio Ambrosini (279), Benoît Descloux (262), Hubert Yery (272) und David Python (276) die Bronzemedaille umhängen lassen.

In der Rangierung im Einzel schoss Gregory Emmenegger das Höchstresultat mit Total 285 Punkten. west

## Ein Weltmeister aus Freiburg

**SEGELN** Der 25-jährige Patrick Maurer sitzt im Rollstuhl. Das hindert ihn nicht daran, an Regatten teilzunehmen. Mit Erfolg: An der WM der Hansa Class im holländischen Medemblik hat er den Weltmeistertitel gewonnen.

Der junge Freiburger ist seit rund zwölf Jahren ein begeisterter Segler. Entdeckt hat er den Wassersport in einem Segelcamp von PluSport Behindertensport Schweiz und bei Törns mit seinem Vater auf dem Meer. Seit 2007 ist er Mitglied des damals neu gegründeten Vereins Sailability.ch, der Menschen mit Beeinträchtigung das Segeln ermöglicht.

Nun hat Maurer seinen eindrücklichsten Segelerfolg erlebt: Mit seinem Teamkollegen Christian Hiller ist er am 9. Juni auf dem IJsselmeer nach fünf Wettkampftagen Weltmeister geworden. Dabei machten sie es spannend. Als nach den ersten acht Regatten der Titel in greifbarer Nähe schien, misslang der zweitletzte Lauf gehörig. Der Sieg geriet in Gefahr. Das eingespielte Team behielt jedoch die Nerven. Und so gelang es den beiden Seglern, die starke und hartnäckige Konkurrenz doch noch zu schlagen. «Ich kann es kaum glauben, dass wir trotz des Patzers den Platz an der Spitze halten konnten. Es war ein unbeschreibliches Gefühlschaos, das wir am Schluss in unserer Jolle durchlebt haben.»

Maurer leidet seit Geburt an einer Cerebralparese. Er ist im Alltag auf den Rollstuhl angewiesen. Sobald er in der Jolle des Typs Hansa 303 sitzt, spielt seine körperliche Beeinträchtigung kaum eine Rolle mehr. An den Regatten der Hansa Class segeln Menschen mit und ohne Beeinträchtigung je nach Teambildung zusammen oder gegeneinander. Die Boote haben ein im Verhältnis grosses, mit Blei gefülltes Schwert. Dadurch sind sie sehr stabil. Die Segelnden können mit wenig Aufwand vom Cockpit aus die Segel bedienen. Gesteuert werden die Jollen mit einem Joystick. cis

## Streckenrekorde in Sâles

**LEICHTATHLETIK** Beim Volkslauf in Sâles vom vergangenen Freitagabend gab es sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen einen neuen Streckenrekord. Adrian Jenny (Düdingen) gewann das Rennen über die Distanz von 8,03 Kilometer in der Zeit von 26:24 Minuten und war damit drei Sekunden schneller als der bisherige Rekordhalter Erich Huber. Jenny, der eine Woche zuvor bereits in Cugy siegreich gewesen war, setzte sich vor Damien Girard (CARC Romont, 26:40) und Piere-Yves Cardinaux (CS Vallée du Flon, 27:25) durch. Denis Bigler (AC Murten) entschied in 27:36 Minuten die M40-Kategorie zu seinen Gunsten.

Bei den Frauen ging der Sieg an Vanessa Pittet (CARC Romont), die in 29:36 Minuten um 1:47 Minuten schneller als Stéphanie Monney 2012 gewesen ist. Die zweitplatzierte Teres Heimlicher (LAT Sense) verlor auf Pittet knapp zwei Minuten, Dritte wurde Mylène Schuwey (SA Bulle). Natacha Mooser (SC Im Fang) setzte sich in Sâles in der Zeit von 33:47 Minuten in der Kategorie der F40 durch. fs