

Widnauer Biathlet gewinnt Vorarlberger Gesamtwertung

Biathlon Der 13-jährige Luca Sacher aus Widnau hat im vergangenen Winter die Gesamtwertung des «Loipi-Festivals», einer renommierten Rennserie des Vorarlberger Skiverbands, für sich entschieden. Gemeinsam mit dem Teamkollegen Pius Gütl (SCU Hittisau) war er nach fünf Rennen der Punktbeste in der Kategorie U13.

Luca Sacher zeichnete sich durch Konstanz aus: Ausser im Heimrennen in Hittisau lief und schoss er sich jedes Mal aufs Podest, allerdings nie aufs oberste Treppchen. Diese letzte Stufe sparte er sich für die Gesamtwertung auf.

Nach einer TV-Sendung vom Biathlon-Fieber infiziert

Wenn Luca Sacher das Wort «Biathlon» hört, strahlen seine Augen und sein Herzschlag beginnt zu rasen. Der Schüler übt die Kombination aus Skilanglauf und Schiessen seit drei Jahren als Wettkämpfer aus.

Bereits im Alter von sechs Jahren stand Luca nahezu jedes Winterwochenende stundenlang mit seinen Eltern auf seinen schmalen Langlaufskiern und war kaum mehr zu bremsen. Eines Tages hat er im Fernseher voller Begeisterung eine Biathlonsendung verfolgt.

Luca war derart von dieser Sportart und ihren Athleten fasziniert und begeistert, dass er beschloss: «Ich werde auch Biathlonsportler.»

Auf der Suche nach einem ortsnahen Verein, der die Trainingsmöglichkeiten inklusive der erforderlichen Infrastruktur bietet, wurden Luca Sachers Eltern im grenznahen Bregenzwald in der Gemeinde Hittisau fündig.

Die Trainer des SCU Hittisau und deren Athleten hatten Luca Sacher von Beginn an ins Vereinsleben integriert, ihn gefördert und gezielt unterstützt. Dank seiner Fähigkeiten und seines Ehrgeizes schaffte der Widnauer bereits in seiner zweiten Biathlon-



Leidenschaftlicher Biathlet: Luca Sacher (13) aus Widnau. Bild: pd

Saison die Aufnahme ins Vorarlberger Nachwuchskader.

Seit er im Nachwuchskader ist, beginnt Luca Sachers Aufbau- und Trainingsprogramm bereits im Mai. Das nahezu tägliche Training enthält im Frühling lange Ausdauerheiten auf den Skirollern bzw. dem Rennvelo. Hinzu kommen das Schiess- und Krafttraining. Im Sommer wie im Winter trainiert Luca Sacher mindestens zweimal wöchentlich im Verein oder mit dem Nachwuchskader.

Selbstständiges Trainieren gehört zum Programm

Dennoch müssen die Athleten sehr eigenständig trainieren – dabei wird Luca von seinem Vater Carsten Sacher unterstützt, der selbst ein Ausdauersportler ist. Im Herbst wird der Trainingsumfang deutlich reduziert, dafür intensiver und anspruchsvoller, was wiederum die nötige Wettkampfhärte hervorbringt.

Die Infrastruktur für den Biathlonsport ist in Österreich ein wenig besser als in der Schweiz. Luca Sacher trainiert in Hittisau in einem mobilen und beim Kadertraining im Nachbarort Egg in einem festinstallierten Schiessstand. (pd/red)

RSK mit zwei CH-Meistern

Ringern In Einsiedeln trafen sich die Schweizer Freistil-Cracks der Kadetten, Frauen und Aktiven auf der Matte. Mit dabei waren elf Starter der RS Kriessern.

Patrick Dietsche

Die RR Einsiedeln hat sich einiges einfallen lassen, um eine attraktive Meisterschaft zu organisieren: Die Kämpfe konnten alle live auf Youtube mitverfolgt werden. Zwei Olympiasieger, Viktor Nemes und Davor Štefanek, übergaben die Medaillen. Hier haben die Kosterstädter sicher Pionierarbeit geleistet.

Daniel Loher mit dem Double

Die Kadetten waren denn auch für die eine von zwei goldenen Auszeichnungen besorgt. Daniel Loher holte sich über 74kg nach dem Titel im Greco nun auch die Auszeichnung im Freistil. Er setzte sich in allen fünf Kämpfen klar durch und holte sich damit verdient das Double.

In der gleichen Gewichtsklasse schrammte Andreas Wagner knapp am Podest vorbei. Der vierte Rang ist für den jungen Bündner aber ein Erfolg. Sandro Hungerbühler holte bis 38 kg das zweite Edelmetall für die Kriessner Kadetten. Er musste wie schon im Greco Roman Kehl den Vortritt lassen und holte sich die Silbermedaille. Die anderen Kriessner Starter konnten die Erwartungen nicht ganz erfüllen. Dorian Hutter (7.) und Nico Lühchinger (14.) bis 60 kg, David Loher (7.) und Ursin Eggenberger (14.) bis 66 kg vermochten nicht ins Geschehen um die Podestplätze einzugreifen.

Fabienne Wittenwiler ist zurück

Nachdem Fabienne Wittenwiler eine längere Verletzungspause hinter sich hat, meldete sie sich in Einsiedeln eindrucksvoll zurück. In der Klasse bis 65 kg schaffte sie auf Anhieb den Sprung zu oberst aufs Podest und holte sich ihren x-ten Meistertitel.



Die fünf Medaillengewinner der RSK: (hinten v.l.) Tobias Betschart, Daniel Loher, Marc Dietsche, (vorne v.l.) Sandro Hungerbühler und Fabienne Wittenwiler. Bild: pd

tel. Für einmal ohne Titel blieben die Kriessner Aktiven.

Das dezimierte Team mit Christoph Wittenwiler, Tobias Betschart und Marc Dietsche verpasste zwar das oberste Treppchen, dafür gabs zweimal Bronze. Marc Dietsche trat in Einsiedeln wie Wittenwiler nach längerer Verletzungspause erstmals wieder wettkampfmässig an. Die Zeit während der Verletzung hat er intensiv für den Kraftaufbau

genutzt und so trat er, nachdem er im Dezember in der Mannschaftsmeisterschaft noch 74 kg gerungen hatte, bis 80 kg an.

Zweimal Bronze für die Aktiven

Gleich im ersten Kampf traf er dabei auf den nachmaligen Meister und Kaderringer Tanguy Darbellay, dem er sich knapp 8:9 geschlagen geben musste. Die restlichen Aufgaben löste Marc

Dietsche danach souverän und er schloss dabei seine Rückkehr auf die Wettkampfmatte mit dem dritten Rang ab. Ebenfalls Bronze holte sich Tobias Betschart bis 86 kg. Betschart sicherte sich den dritten Rang mit zwei Siegen und ebenso vielen Niederlagen. Auch der dritte Kriessner Aktive zeigte einen guten Wettkampf und schaffte mit zwei Siegen und zwei Niederlagen bis 65 kg den Sprung auf Platz acht.

Schnupperwochen bei Rheno

Volleyball Wer interessiert ist, bei einer attraktiven Teamsportart einzusteigen, kann jetzt im Mai an einem der Minivolleyball-Schnuppertrainings bei Rheno mitmachen und sich von der Faszination Volleyball überzeugen. Rheno bietet seit vielen Jahren attraktive Minivolleyball-Trainings für Buben und Mädchen an, geleitet von kompetenten Trainern. Bereits nach einigen Wochen Training besteht die Möglichkeit, sich an Turnieren mit Gleichaltrigen zu messen. Man erlebt den Gemeinschaftsgeist einer Teamsportart, lernt mit Mitspielern Erfolge zu feiern, aber auch mit Niederlagen umzugehen. Minivolleyball bietet alles, was man sich von einer Sportart nur wünschen kann. Die Spieler lernen mit blitzschnellen Reflexen Bälle zu verteidigen und mit Sprungkraft und Dynamik am Netz Punkte zu erspielen. Und nebst all dem kommt auch das spielerische Element nicht zu kurz. Minivolleyball-Schnuppertrainings für Mädchen und Buben (10 bis 13 Jahre) finden noch am Montag, 13. Mai, und Montag, 20. Mai, von 18 bis 19.30 Uhr in der Blattackerhalle Heerbrugg statt. (pd)

Rheintaler turnen gut und sind auf Kurs

Kunstturnen Athleten aus der ganzen Schweiz traten an den Mittelländischen Kunstturnertagen an, um sich mit den Besten ihrer Programmklassen zu messen, darunter auch die Rheintaler.

Die Schweizer Kunstturner-Elite der Junioren traf sich im aargauischen Lenzburg, an dem vom Kunstturnverband der Kantone Luzern, Ob- und Nidwalden organisierten Event.

Auszeichnungen in den Programmen 1 und 2

Im Programm 1 gab Noah Bischof (STV Kriessern) eine vielversprechende Vorstellung. Er darf erfreut sein. Im riesigen Teilnehmerfeld von 116 Turnern konnte er sich als Siebter seines Jahrgangs 2010 einreihen und erturnte sich eine der begehrten Auszeichnungen.

Flavio Hauser konnte an seine Trainingsleistungen anknüpfen und lieferte einen überzeugenden Wettkampf. Mit seinem 18. Schlussrang behauptete er sich klar in den ausgezeichneten Rängen.

Der immer noch verletzte Noah Steger vom KTV Oberriet konnte im Programm 2 noch nicht an seine vorhergehenden Leistungen anknüpfen. Um einen

Sturz am Barren zu vermeiden, schwang er beim Abgang nicht in den Handstand hoch, was ihn

wertvolle Bonuspunkte kostete. Auch an den Ringen liess er ein Element aus, erkämpfte sich aber

trotzdem eine Auszeichnung. Besser als im Jahr zuvor lief es dieses Jahr dem P3-Turner Jan Steger vom KTV Oberriet.

Leistungskurve im P3 und P4 zeigt nach oben

Hatte er damals noch einen Sturz am Pferd zu verzeichnen, scheute es dieses Jahr nicht und bescherte ihm seine beste Gesamtnote der laufenden Saison. Anders sein Kollege Florian Keller (SVD Diepoldsau-Schmitter) im P4. Er musste dieses Gerät verlassen. Dafür zeigte er die drittbeste Leistung des Programms am Barren. Auch an den Ringen und am Sprung konnte er punkten und platzierte sich so auf dem neunten Rang.

Nicola Graber und Elia Hasler behaupten sich

Nicola Graber platzierte sich bei starker Konkurrenz mit 74.700 Punkten auf dem siebten Schlussrang. Sein Ziel ist die Teilnahme an der Universiade in Neapel Anfang Juli.

Elia Hasler (TSV Montlingen) gehörte zum jüngsten Teilnehmer-Jahrgang der Programmstufe 6. Seine besten Noten erhielt er an den Geräten Sprung und Barren, wo er mit dem restlichen Feld gut mithalten konnte. Bedenkt man, dass der Turner des Leistungszentrums vom Erstplatzierten Marco Walter (Jahrgang 1994) beinahe zehn Jahre Turnererfahrung trennen, darf er mehr als zufrieden sein.

Rheintaler Turner im Fahrplan

Die Wettkampfsaison ist inzwischen fortgeschritten und die Athleten konnten interkantonale Leistungsvergleiche ziehen. Im Hinblick auf die Schweizer Meisterschaften am 1./2. Juni in Zuchwil sind die Hausaufgaben klar. Die Rheintaler Turner sind auf Kurs. (na)

Endergebnisse der Mittelländischen Kunstturnertage 2019: P1: 18. Flavio Hauser, 47. Noah Bischof; P2: 23. Noah Steger; P3: 11. Jan Steger; P4: 9. Florian Keller; P6: 7. Nicola Graber, 21. Elia Hasler.



Noah Bischof wurde Siebter von 116 Turnern.

Bild: Herbert Hauser