

# Auf den Spuren von Géraldine Ruckstuhl

**Leichtathletik** Am Mehrkampfmeeting in Landquart gelingt Fabian Steffen ein Leistungssprung. An den Mehrkampf-Schweizer-Meisterschaften konnte der Grossdietwiler den Exploit trotz misslungenem Weitsprung bestätigen.

**Stefanie Barmet**  
regionalsport@luzernerzeitung.ch

Dass im STV Altbüron gut gearbeitet wird, hat Mehrkampf-Schweizer-Rekordhalterin Géraldine Ruckstuhl unlängst bewiesen. In ihrem Schatten hat sich Vereinskollege Fabian Steffen, der wie Ruckstuhl von klein an vom Trainerduo Corina und Rolf Bättig begleitet wird, in den letzten Jahren stetig nach oben gearbeitet. Vor drei Wochen pulverisierte der Zehnkämpfer in Landquart seine Bestleistung und knackte erstmals die 7000-Punkte-Marke. Dank sechs persönlichen Bestleistungen näherte er sich damit auch der U20-WM-Limite, die vom Schweizerischen Leichtathletikverband bei 7200 Zählern fixiert wurde. Mit berechtigten Medaillenambitionen trat er die Reise nach Tenero an die Mehrkampf-Schweizer-Meisterschaften an. Nach zwei ereignisreichen Tagen kehrte er mit einer Bronzemedaille sowie zwei persönlichen Bestleistungen im Gepäck nach Grossdietwil zurück.

In der ersten Disziplin – dem 100-Meter-Lauf – blieb er mit 11,54 Sekunden lediglich drei Hundertstelsekunden über der persönlichen Bestzeit. Gar nicht nach Wunsch lief es in der Folge im Weitsprung. War er in Landquart mit 7,02 Metern Bestweite gesprungen, musste sich der 19-Jährige nun mit 6,26 Metern begnügen. «Beim ersten Sprung liess ich das Bein hängen und vergab so einen halben Meter. Die Versuche zwei und drei übertrat ich. Die U20-WM-Limite, die ich bis anhin stets im Hinterkopf hatte, war von da an kein Thema mehr.» Auch im anschliessenden Kugelstossen kam der Grossdietwiler nicht wie gewünscht auf Touren und musste sich mit einer Weite von 12,27 Meter begnügen. Zum Vergleich: In Landquart hatte er im Weitsprung und Kugel-

stossen 250 Punkte mehr erzielt. «Zum Glück folgte eine zwei-stündige Pause. Ein guter Kollege und mein Trainer Rolf Bättig schafften es, mich in dieser Situation aufzubauen, und ich realisierte, dass im Kampf um die Bronzemedaille noch gar nichts verloren war.» Es folgte ein toller Hochsprungwettkampf. Mit 1,92 Metern egalisierte er seine Bestleistung und auch die Sprünge über 1,95 waren aussichtsreich. Da er in Landquart lediglich die Höhe von 1,80 Metern übersprungen hatte, konnte er nun Punkte gutmachen. Den abschliessenden 400-Meter-Lauf beendete der 19-Jährige in 52,70 Sekunden, womit er seine bisherige Bestzeit um drei Zehntelsekunden steigern konnte. «Es wäre zwar noch mehr möglich gewesen, dennoch gelang mir eine gute Leistung.» Gegenüber seinem besten Mehrkampfbusste er an Tag eins 140 Punkte ein.

## Starke Wurfdisziplinen

Mehr erhofft hatte er sich über die Kurzhürden, mit denen Tag zwei begann. Mit 15,89 Sekunden blieb Steffen zwar lediglich eine Hundertstelsekunde über seiner persönlichen Bestleistung, dennoch stellte diese Zeit für ihn eine grosse Enttäuschung dar. «Ich habe viel in diese Disziplin investiert und weiss, was ich falsch mache. Leider gelingt es mir noch nicht, die Korrekturen im Wettkampf umzusetzen.» Mit 40,09 Meter realisierte er in der Folge im Diskurswerfen eine persönliche Bestleistung. «Der letzte Versuch war noch etwas weiter, leider aber knapp nicht im Sektor. Da realisierte ich, dass es im Kampf um Bronze richtig eng werden würde, was mich zusätzlich ansportete.»

Im Stabhochsprung gingen gute 4,40 Meter in die Wertung ein. «Mein Hauptkonkurrent um die Bronzemedaille verletzte sich



Fabian Steffen hat beim Kugelstossen noch Luft nach oben.

Bild: Hanspeter Roos

in dieser Disziplin leicht. Nun galt es, den Speer möglichst weit zu werfen, um ihn abzuhängen.» Ein Unterfangen, das dem Absolventen des Sport-KV gelang. Mit einer Weite von 56,67 Meter war er der stärkste Werfer im ganzen Feld und kam ganz nahe an seine Bestweite von 57,34 Meter heran.

Im abschliessenden 1500-Meter-Lauf kam er bei hochsommerlichen Temperaturen nicht ganz an die angestrebte Zeit von 4:47, die ein Gesamttotal von 6900 Punkten ergeben hätte, heran. Die Uhren stoppten nach 4:51,21 Minuten. «Ich wurde auf den letzten 500 Metern viel langsamer, ohne es wirklich zu realisieren.» Dennoch entschied er den Kampf um die Bronzemedaille souverän für sich. Mit 6877 Punkten sicherte er sich hinter den überragenden Gaio Finley (SC Liestal, 7444 Punkte) und Simon Ehammer (TV Teufen 7309) verdient Rang drei. Dabei fehlten

ihm mit 6877 Punkten nur 153 Zähler zu seiner in Landquart aufgestellten Bestleistung.

## Mäsing holt sich den Meistertitel

**Bilanz** Auf ein äusserst erfolgreiches Wochenende und den Gewinn der Goldmedaille können Tina Baumgartner (siehe Bericht unten) und Lars Mäsing (TV Brunnen) zurückblicken. Der 14-jährige Nachwuchsathlet aus Seewen stellte über 100 Meter Hürden, im Hochsprung, mit dem Diskus und im abschliessenden 1000-Meter-Lauf persönliche Bestleistungen auf. Mit 4584 Punkten wurde der Schwyzer überlegen Schweizer Meister, dem Zweitplatzierten nahm er über 200 Punkte ab. (stb)

## Lockerheit zahlt sich aus

«Natürlich habe ich mich über den Weit- und Kugelstosswettkampf geärgert, zu Beginn des Jahres hätte ich aber nie mit so einer Punktzahl gerechnet. Ich habe mich insgesamt stark verbessert und auch mental gearbeitet, das zahlt sich nun aus. Ich habe die richtige Mischung zwischen Anspannung und Lockerheit gefunden. Dennoch bin ich überzeugt, dass ich in allen Disziplinen noch viel Potenzial habe.» Nach einer schulisch herausfordernden Phase mit Lehrabschlussprüfungen und Aufnahmeprüfung für die Berufsmaturität wird er sich in den kommenden Wochen auf seinen ersten Start im Nationaldress vorbereiten. Ende Juli darf er die Schweiz in Abagne (Frankreich) am U20-Länderkampf vertreten.

**Hinweis**  
Resultatauszug auf Seite 34.

# Unterwalder Duo lässt aufhorchen

**Leichtathletik** Tina Baumgartner und Nadine Odermatt reiten zurzeit auf der Erfolgswelle. Beide können mit einer Selektion für die U18-Europameisterschaften rechnen. Baumgartner steht sogar vor einem Luxusproblem.

Wie es sich anfühlt, die Schweiz international zu vertreten, durfte Nadine Odermatt im vergangenen Jahr bereits erleben. Die Hochspringerin der LA Kerns, die von Thomi Rymann und Ruedi Nyffenegger trainiert wird, sprang am EYOF – dem «European Youth Olympic Festival» – in den Final und wurde Zehnte. Mitte Mai steigerte die KV-Absolventin im ersten Lehrjahr ihre Bestleistung um zwei Zentimeter auf 1,73 m und schaffte damit die Limite für die U18-Europameisterschaften, die Anfang Juli in Győr (Ungarn) stattfinden.

Vor einer Woche folgte anlässlich der offenen Kantonalmeisterschaften Thurgau/Schaffhausen eine weitere Steigerung auf 1,75 Meter. Diese Höhe ist gleichbedeutend mit dem Obwaldner Kantonalrekord. In verletzungsbedingter Abwesenheit von der Baslerin Salomé Lang ist 2018 erst Siebenkampfspezialistin Géraldine Ruckstuhl

höher gesprungen. «Ich habe nach wie vor Luft nach oben und weiss, woran ich noch arbeiten muss. An der EM möchte ich den Final erreichen und wenn möglich meine Bestleistung egalisieren oder gar verbessern.» Die besten elf Athletinnen qualifizieren sich für die Jugendolympiade, die im Herbst in Buenos Aires (Argentinien) stattfinden werden. «Das wäre ein Traum. Ich freue mich, auf einen weiteren Start im Nationaldress und darauf, weitere internationale Erfahrungen zu sammeln.»

## Überlegener Sieg für Tina Baumgartner

Die Wahrscheinlichkeit, dass sie gemeinsam mit ihrer Cou-Cou-Cousine und Trainingskollegin Tina Baumgartner nach Ungarn reisen wird, ist extrem gross. Anlässlich des ILV-Events trat Baumgartner erstmals in ihrer Karriere über 400-Meter-Hürden an. Mit 61,18 Sekunden unterbot



Zeigen auf ihre neuen Bestmarken im Hochsprung: Nadine Odermatt (links) und Tina Baumgartner.

Bild: Thomi Rymann

sie die Limite für die U18-EM um über zwei Sekunden und stürmte an die Spitze der nationalen U18-Bestenliste. Am vorletzten Wo-

chenende verbesserte sie ihre Hochsprungbestleistung von 1,64 auf 1,70 Meter und scheiterte nur knapp an der Höhe von 1,73 Me-

tern. An den Schweizer Mehrkampf-Meisterschaften in Tenero vom vergangenen Wochenende stellte sie einmal mehr ihre Vielseitigkeit unter Beweis. Mit einem Gesamttotal von 5099 Punkten und 230 Zählern Vorsprung siegte sie überlegen und knackte dabei auch im Siebenkampf die U18-EM-Limite.

Den Grundstein zu diesem Erfolg legte sie mit persönlichen Bestzeiten über die Hürden (14,56 Sekunden), im Weitsprung (5,54 Meter), über 200 Meter (25,66 Sekunden) sowie im abschliessenden 800-Meter-Lauf.

## Beindruckendes 800-Meter-Rennen

Besonders beeindruckend war dabei die Leistung über die zwei Bahnstunden. In 2:14,29 Minuten steigerte Baumgartner ihre Bestzeit um über drei Sekunden und war damit zwölf Sekunden schneller als die zweitplatzierte Athletin. Damit unterbot sie zu-

dem auch in dieser Disziplin die U18-EM-Limite. «Diese Leistung hat mich am meisten überrascht. Auch die Leistungen über die Hürden sowie über 200 Meter waren besser als erhofft. Es bedeutet mir viel, dass ich im Hochsprung mit 1,69 Meter meine PB bestätigen konnte.» Am meisten Potenzial ist in den Wurfdisziplinen und insbesondere im Speerwerfen vorhanden. «Beim Einwerfen lief es besser, im Wettkampf passte dann leider nicht viel zusammen. Da liegt noch viel Arbeit vor mir.» Ob die Beckenriederin in Győr im Mehrkampf oder über die Langhürden an den Start gehen wird, entscheidet sie nach den Regionenmeisterschaften vom kommenden Wochenende, wo sie über 400-Meter-Hürden starten wird.

Für eine weitere Medaille war Sandra Röthlin (LL Kerns) besorgt. Die Juniorin gewann mit 4956 Punkten die Bronzemedaille. (stb)