

NACHRICHTEN

BEACHVOLLEYBALL
B1- und B2-Finalturnier in Langenthal

In Langenthal findet an diesem Wochenende das Finalturnier der Kategorien B1 und B2 statt. Das Turnierwochenende beginnt am Samstag um 9 Uhr mit den B1-Finalspielen. Bei den Frauen geht das Duo Lippuner/Senn als Favorit an den Start, bei den Männern die Liechtensteiner Lehner/Gahr. Am Sonntag ist die B2-Kategorie an der Reihe. Bei den Männern werden Spahr/Kumschick als heisseste Titelanhänger gehandelt, bei den Frauen ist das Team Späti/Röthlisberger der haushohe Favorit. Alle Spiele werden an der Bäreggstrasse neben der Sporthalle Hard ausgetragen. (MGT)

FUSSBALL
Duell der beiden Drittliga-Überraschungsteams

In Langendorf geht heute Abend um 20 Uhr die erste Partie des dritten Spieltages der 3. Liga über die Bühne. Es ist der Spitzenkampf zwischen den beiden bisherigen Überraschungsteams. Mit Niederbipp ist nämlich der Tabellenführer zu Gast auf der Schützenmatte. Letztes Jahr nur knapp dem Abstieg entronnen führen die Bipper die Tabelle nun mit einer weissen Weste an: 6 Punkte, 0 Gegentore. Doch auch Langendorf erwischte einen guten Start in die Saison 2014/15. Der Aufsteiger schlug zum Auftakt den FC Welschenrohr zu Hause mit 3:1, sicherte sich im zweiten Spiel auswärts einen Punkt in Oensingen (2:2) und ist auf dem dritten Rang klassiert. (RAW)

TENNIS
Arnold mit Mühe in die Viertelfinals eingezogen

Die 15-jährige Tamara Arnold (ITF 369) hat beim internationalen Juniorenturnier in Maaseik (Belgien) die Runde der letzten Acht erreicht. Arnold beendete in ihrem Achtelfinalspiel gegen die ungesetzte Deutsche Emelie Luisa Schwarte (ITF 780) allerdings mehr Probleme als aufgrund des Rankings zu erwarten war. Am Ende setzte sich die Kappelerin aber doch noch mit 6:2, 3:6, 6:4 durch. Im Viertelfinal trifft sie nun auf die an Nummer neun gesetzte Jade Lewis (ITF 514). An der Seite der Neuseeländerin hat Arnold in der Doppelkonkurrenz bereits die Halbfinals erreicht. Die beiden haben im Viertelfinal mit der an Nummer fünf gesetzten Paarung Geurinckx/Starostoyants kurzen Prozess gemacht und mit 6:1, 6:2 gewonnen. (FBA)

SPORTSERVICE

FUSSBALL
3. Liga, Gruppe 2
Langendorf – Niederbipp Heute 20.00

1. Niederbipp	2	2	0	0	(1)	4:0	6
2. Gerlafingen	2	2	0	0	(2)	7:3	6
3. Langendorf	2	1	1	0	(2)	5:3	4
4. Oensingen	2	1	1	0	(2)	5:4	4
5. Mümliswil	2	1	1	0	(5)	4:3	4
6. Welschenrohr	2	1	0	1	(4)	4:5	3
7. Flumenthal	2	1	0	1	(5)	5:4	3
8. Klus/Balsthal	2	0	1	1	(2)	1:2	1
9. Däniken-Gretzenbach	2	0	1	1	(2)	3:5	1
10. Kestenholz	2	0	1	1	(5)	2:4	1
11. Olten	2	0	0	2	(2)	2:6	0
12. Wangen a. d. A.	2	0	0	2	(4)	3:6	0

LEICHTATHLETIK

20. Emmenlauf. Männer (10,5 km): 1. Nesero Kadi (Aarau) 32:24. 2. Fabian Kuert (Langenthal) 0:59 zurück. 3. Lukas Marti (Langnau) 1:43. 4. Christian Mathys (Zuchwil) 2:11. 5. David Bill (Bätterkinden) 2:21. 6. Christoph Balmer (Aarberg) 2:34. 7. Armin Leibundgut (Melchnau) 3:11. 8. Daniel Brodard (Biberist) 3:16. 9. Nils Makos (Oberdorf) 3:25. 10. Yannik Wyss (Koppigen) 3:42. – 16. André Nussbaumer (Oensingen) 5:15. 99. André Egger (Wangen) 12:01. 130. Markus Sticher (Erlinsbach) 13:48. 147. Toni Fluri (Oensingen) 14:20. 155. Christian Bosshart (Kappel) 14:41. 159. Roland Bieli (Kestenholz) 14:44. 160. Yannik Müller (Walterswil) 14:55. – 357. Klassierte.

Frauen (10,5 km): 1. Delia Sclabas (Kirchberg) 37:02. 2. Rebecca Rüegge (Büren) 0:41 zurück. 3. Mirja Jenni (Oberwil) 1:03. 4. Brigitta Mathys (Büetigen) 2:52. 5. Petra Eggenschwiler (Laupersdorf) 2:55. 6. Ezgi Akdesir (Bern) 4:05. 7. Linda Andrea Wigger (Solothurn) 4:20. 8. Tanja Amiet (Luterbach) 4:28. 9. Yvonne Schär (Oensingen) 5:45. 10. Monika Born (Graben) 6:06. – 15. Yvonne Haefeli (Olten) 7:23. 16. Susanne Bürgi (Kestenholz) 7:32. 20. Gesa Gaiser (Erlinsbach) 8:35. 29. Monika Bosshart (Kappel) 10:23. 34. Tina Zimmermann (Egerkingen) 10:45. 77. Sandra von Ballmoos (Wangen) 16:51. 108. Manuela Mani (Gunzgen) 19:44. 145. Jasmin Roth (Egerkingen) 26:53. – 167. Klassierte.



Schwingerkönig Matthias Sempach und Kugelstoss-Weltmeisterin Valérie Adams mit ihrem gemeinsamen Krafttrainer Jean-Pierre Egger.

CHRISTIAN STÄHLI

Schwingerkönig und Kugelstoss-Queen am Ende der Welt

Allgemeines Valérie Adams und Matthias Sempach trainieren in Magglingen unter der Leitung des ehemaligen Kugelstössers Jean-Pierre Egger

VON MANFRED DYSLI

Seit vier Jahren ist der ehemalige Schweizer Meister im Kugelstossen Jean-Pierre Egger (71) Coach von Valérie Adams. Der Neuseeländerin, die sich bereits siebenfache Kugelstoss-Weltmeisterin und zweifache Olympiasiegerin nennen darf. Der Leistungsausweis von Jean-Pierre Egger ist gross, sein Spezialgebiet ist das Krafttraining. Sein früherer Schützling Werner Günthör wurde dreimal Weltmeister im Kugelstossen und auch das Segelteam Alinghi setzte auf dem Wasser dank Eggers Vorarbeit zu Höhenflügen an. Seit 2008 zeichnet Egger auch für den amtierenden Schwingerkönig Matthias Sempach (28) die Trainingspläne.

Das Duo Adams und Sempach trainiert im Sommer in Magglingen wenn möglich einmal pro Woche gemeinsam im Kraftraum der Halle «Ende der Welt». So auch am letzten Montag, als die beiden Spitzensportler auf einer nicht mehr wirklich neuen Kraftmaschine schwitzten. «Ich habe dieses Gerät 1986 für Werner Günthör konstruiert», erklärt Jean-Pierre Egger, «es dient vor allem Kraftübungen für die Ober-

schenkel und das Gesäss.» Beim Training für die Schnellkraft der Beine wird mit hohen Lasten im Bereich von 180 bis 220 Kilogramm gearbeitet, ergänzt der Erfolgstrainer. «In der Bremsphase ist das Gewicht für Matthias Sempach etwa 80 Kilogramm weniger hoch, also zwischen 140 und 150 Kilogramm.» Das Power-Training für Kraft und Geschwindigkeit ist in Eggers Augen das Beste für die Sportler – die Athleten sollen schnell sein. «Ich bin gegen die Bodybuilding-Welle im Spitzensport», stellt er klar, «so hat Valérie vor unserer Zusammenarbeit 15 Jahre lang zu schwere Gewichte gestemmt.»

Adams seit langer Zeit unschlagbar

Die 29 Jahre alte Neuseeländerin ist praktisch eine halbe Schweizerin, da sie jedes Jahr während sechs bis sieben Monaten in Magglingen weilt. Nach ihrem Sieg an den Commonwealth Games in Glasgow Ende des letzten Monats ist Adams mittlerweile seit 54 Meetings ungeschlagen. «Jetzt hole ich mir hier in Magglingen den letzten Schliff für meine drei letzten Starts der Saison in Birmingham, Brüssel und

220

Kilogramm wiegen die Gewichte, welche Valérie Adams und Matthias Sempach für die Schnellkraft in den Beinen stemmen.

dem Kontinentalcup in Marrakesch», liess die 1,96 Meter grosse Neuseeländerin verlauten und fügte etwas wehmütig an: «Leider wurde dieses Jahr bei Weltklasse Zürich das Kugelstossen nicht ins Programm genommen.» Im nächsten Jahr wird die Weltmeisterschaft in Peking das grosse Saisonziel von Adams sein.

Fokus auf dem Kilchberg-Schwinget

Für ihren Trainingspartner, den Schwingerkönig Matthias Sempach, gibt es in diesem Sommer indes nur noch ein grosses Ziel: Der nur alle sechs Jahre stattfindende Kilchberg-Schwinget am 7. September. «Mit meiner bisherigen Saison bin ich sehr zufrieden, obschon ich die zwei letzten Feste nicht gewinnen konnte», äusserte sich Sempach, «nachdem mich eine Grippe flachgelegt hat, will ich meinen Akku nun wieder aufladen und den Kilchberg-Schwinget zum ersten Mal gewinnen.» Vor sechs Jahren hatte er bereits im Schlussgang gestanden, jedoch gegen den damaligen Festsieger Christian Stucki gestellt. Heuer wird sich zeigen, ob sich das Training bei Schleifer Jean-Pierre Egger auszahlt.

Äthiopische Premiere am Emmenlauf

Leichtathletik Nesero Kadi sorgte bei der 20. Austragung des Emmenlaufs für den ersten äthiopischen Sieg. Bei den Frauen triumphierte die erst 14-jährige Delia Sclabas.

VON MANFRED DYSLI

Der 20. Emmenlauf in Utzenstorf, der nach der Absage im Jahre 2005 wegen Hochwasser eigentlich erst der 19. war, stand im Zeichen der Rekorde. Mit 1265 Laufbegeisterten konnten die Organisatoren einen neuen Teilnehmerrekord vermelden und erstmals über 1000 Klassierte im Ziel registrieren.

Im Hauptrennen der Männer über 10,5 Kilometer duellierten sich der amtierende Schweizer Meister im Berglauf, Christian Mathys, und der seit bald zehn Jahren in der Schweiz lebende Äthiopier Nesero Kadi vom BTV Aar-

au nur auf den ersten 580 Metern. Nachdem der Neo-Zuchwiler Mathys bei der Sprintwertung sein angestrebtes Goldvreneli gewonnen hatte, war der Weg zum Sieg für Kadi frei. Während Mathys am Ende als Vierter im Ziel einlief, verbesserte Kadi mit seiner Zeit von 32:24 Minuten den 13 Jahre alten Streckenrekord des Bielers Roger Antoine um 17 Sekunden. Dank eines gut eingeteilten Rennens belegte der Langenthaler Fabian Kuert, der 2013 den Emmenlauf gewonnen hatte, mit einer Minute Rückstand den zweiten Platz. Ebenfalls aufs Podest lief der für den TV Länggasse startende Lukas Marti als Dritter. Als Gesamttachter kam der Biberister Daniel Brodard ins Ziel, der am letzten Wochenende an der Marathon-EM in Zürich als Betreuer von Viktor Röthlin, Christian Kreienbühl, Maja Neuenschwander und Martina Strähl im Einsatz gestanden hatte. Der Oensinger André Nussbaumer beendete den Wettkampf auf dem 16. Platz.

Bei den Frauen konnte die erst 14-jährige Bernerin Delia Sclabas einen weiteren Tagessieg feiern – mit der Spitzenzeit von 37:02 Minuten. Sclabas und Kadi standen bereits Anfang Juli beim Attiswiler Geländelauf gemeinsam als Tagessieger auf dem Podium. Schneller als das Kirchberger Laftalent Sclabas war am Emmenlauf bisher nur die frühere Spitzenläuferin Martina Krähnbühl im Jahre 2004 gewesen.

Zweite wurde die Nidwaldnerin Rebecca Rüegge, die rund vierzig Sekunden auf die Siegerin Sclabas einbüsste. Auf dem dritten Schlussrang landete mit Mirja Jenni die Tochter der Lauflegende Albrecht Moser. Ihr Rückstand betrug bereits mehr als eine Minute. Eine sehr gute Leistung zeigte auch die Laupersdörferin Petra Eggenschwiler, die am Oltnen Belchen-Berglauf vor knapp zwei Wochen nach einer langwierigen Verletzungspause ihr Comeback gegeben hatte, als Fünfte im Overall-Klassement.



Nesero Kadi siegte am 20. Emmenlauf mit einem neuen Streckenrekord. BZ