



Reto Amaru Schenkel: Führen seine neuen Wege zum ersehnten Erfolg? Bild: key

Zeit für Neues

LEICHTATHLETIK. Ein neuer Coach, «amerikanisches» Training und Leben als «Profi»: Nur Selbstvertrauen hatte der Fehraltorfer Sprinter Reto Amaru Schenkel schon immer.

ANDRES EBERHARD

In St. Gallen werden am Wochenende zwar Titel und Medaillen vergeben, wie es sich für Schweizer Meisterschaften gehört. Für den Fehraltorfer Sprinter hat die Hallen-SM allerdings nur eine geringe Bedeutung. Seinen Start über 60 Meter nennt er «ein Training».

Schenkel strebt, so wie es für ihn typisch ist, höhere Ziele an. Im Gegensatz zur letzten Saison, als er nur mit der 4-mal-100-Meter-Staffel Erfolge feiern konnte, will er nun auch im Einzelsprint für Furore sorgen. Er spricht von Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen, will in diesem Jahr 10,30 (100m) und 20,80 (200m) unterbieten. 2014 schliesslich möchte er an der EM im eigenen Land aufs Podest – Ziele, die gemessen an seinen bisherigen Bestleistungen (10,45 über 100m und 21,06 über 200m) hoch gesteckt sind.

Das Selbstvertrauen und die Zuversicht des 22-Jährigen sind grösser denn je. Seit November konzentriert er sich

erstmalig voll auf den Sport – den Bürojob in der Physiotherapie hat er aufgegeben. «Ich trainiere nun wie ein Profi», sagt er. Und nach sechs Jahren hat er die Zusammenarbeit mit Trainer Lucio di Tizio beendet. Jetzt wird er von Laurent Meuwly, dem Leiter des Nationalen Leistungszentrums in Lausanne, trainiert. «Es war Zeit für etwas Neues», sagt der Athlet.

«Amerikanisches» Training

Neu ist auch die Art des Trainings: «Amerikanisch» nennt sie Schenkel und erklärt: «Ich trainiere aggressiver und härter und mache mehr Krafttraining.» Dazu passt, dass Schenkel eben erst von einem Trainingsaufenthalt in Amerika

zurückgekehrt ist – allerdings vorzeitig. Er war auf eine Glasscherbe von der Grösse eines «halben Fingernagels» getreten. Zurück in der Schweiz musste er operiert werden. Jetzt kann

er wieder voll laufen. Eine Medaille an der Hallen-SM ist durchaus realistisch. Mit 6,81s verfügt Schenkel über die fünfbeste Vorleistung – klarer Favorit ist indes Pascal Mancini, der ebenfalls von Meuwly trainiert wird.

Berlin, Südafrika, Zypern

Schon am nächsten Mittwoch reist Schenkel nach Berlin, dann trainiert er in Südafrika und Zypern. Hauptsächlich will der Sprinter seinen Start verbessern. «Ich fange erst nach 50 Me-

tern richtig an zu laufen», sagt er. Nimmt man ihn beim Wort, verheisst das für das 60-m-Rennen vom Samstagabend nichts Gutes.

Walter ohne Ambitionen

Nimmt man die diesjährigen Bestergebnisse der startenden Athleten als Grundlage, besitzt an der Hallen-SM vom Wochenende neben Schenkel ein weiterer Athlet aus der Region Chancen auf einen Podestplatz: Der Wolfhauser Mehrkämpfer Simon Walter hat im Weitsprung (7,23 m) den drittbesten Wert aller Starter.

Allerdings zog sich Walter vor drei Wochen eine Fersenprellung zu, die noch nicht ausgeheilt ist. Ob er überhaupt im Weitsprung startet, ist noch unsicher, und wenn, dann erwartet er keine allzu weiten Sprünge von sich. «Es geht mir darum, meine Form zu überprüfen», sagt er. Nicht infrage stellt Walter den Start im Stabhochsprung, wo die Konkurrenz allerdings grösser und die Medaillenchancen darum geringer sind.

Mit Lorenzo Blanzan (Maur/60 m) und dem jungen Matthias Keller (TV Rütli/800 m) sind in St. Gallen zwei weitere Athleten aus dem Zürcher Oberland am Start. (eba)

«Ich trainiere aggressiver und härter und mache mehr Krafttraining.»

Reto Amaru Schenkel

ANZEIGE

PRRRRROMOCIÓN





JETZT MIT BIS ZU FR. 6'800.-* PREISVORTEIL.
DIE SONDERMODELLE SEAT EXEO/EXEO ST ADVANTAGE.

SUPERZINS-LEASING
 bereits ab Fr. 349.-/Mt.**

Die Sondermodelle SEAT Exeo und Exeo ST ADVANTAGE sind jetzt attraktiver denn je. Besuchen Sie Ihren SEAT Partner und lernen Sie die Exeo Modelle auf einer Probefahrt kennen. Neben der bereits umfangreichen Serienausstattung profitieren Sie von zusätzlichen Ausstattungs-Features im Wert von bis zu Fr. 6'800.-.

- BI-XENON SCHEINWERFER MIT KURVENLICHT
- BLUETOOTH-FREISPRECHANLAGE

- EINPARKHILFE
- REGENSENSOR

- SITZHEIZUNG
- USB-ANSCHLUSS

* SEAT Exeo ST ADVANTAGE 2.0 TSI 200 PS Multitronic. Abgebildetes Modell mit optionaler Ausstattung Style-Paket Fr. 430.- und Alufelgen 18 Zoll Fr. 580.-. Empfohlene Nettoverkaufspreise. Alle Preise inkl. 8% MwSt. Treibstoffverbrauch gesamt 7.7 l/100 km, CO₂-Ausstoss 179 g/km. Energieeffizienz-Kategorie D. CO₂-Mittelwert aller Neuwagenmarken und -modelle in der Schweiz 188 g/km. ** 3.9% Superzins-Leasing auf alle SEAT Modelle bis 28.2.2011. Effektiver Jahreszins 3.97% (2.94% bei Laufzeiten von 12–36 Monaten). Die Kreditvergabe ist unzulässig, falls sie zur Überschuldung des Konsumenten führt. 10% Anzahlung obligatorisch. Laufzeit 48 Monate. 10'000 km/Jahr, die obligatorische Vollkaskoversicherung ist nicht imbegriffen, alle Preise inkl. 8% MwSt. Berechnungsbeispiel bei Finanzierung über AMAG LEASING AG: SEAT Exeo Advantage 1.8 TSI 160 PS, Barkaufpreis Fr. 34'750.- (netto), Laufzeit 48 Monate, 10'000 km/Jahr, 15% Anzahlung: Fr. 349.-/Mt.

EINE MARKE DER VOLKSWAGEN GRUPPE