

# Anspruchsvoller Alpin-Lauf

Der Marbacher Andreas Jäger war beim LGT Alpin-Marathon vom letzten Samstag der schnellste Rheintaler, Roland Segmüller und Denise Lichtensteiger waren die besten Mila-Läufer.

**LAUFSPORT.** Nur schon eine 42,2 Kilometer lange Strecke mit über 1800 Meter Höhendifferenz innerhalb von sieben Stunden zu laufen, ist eine gewaltige Herausforderung für die Teilnehmer am LGT Alpin Marathon. Und das nasskalte Wetter – Regen während praktisch der ganzen Wettkampfdauer – machte die Aufgabe noch anspruchsvoller. Trotzdem hat ein Grossteil der über 800 Läuferinnen und Läufer den Lauf beendet.

## Top-Leistung von Jäger

Andreas Jäger war schon mehrmals am Start des Liechtenstein-Marathons und hat dank kontinuierlicher Trainingsarbeit und wachsender Erfahrung bei langen Läufers in alpinem Gelände stetig Fortschritte gemacht.

Dass er am Samstag bei den erschwerten Bedingungen für die Rheintaler Bestleistung sorgte, kommt darum nicht ganz überraschend. Jäger hat seine Kräfte überlegt eingeteilt, er konnte in den letzten Steigungen noch Energiereserven freimachen und dadurch einige Plätze gutmachen. Mit einer Zeit von vier Stunden und sechs Minuten erreichte er in der Gesamtwertung den 55. Rang (bei 462 Klassierten).

## Segmüllers Taktik

Der Lauftreff Mila-Rheintal war auch in diesem Jahr wieder mit einer grossen Gruppe in Bendorf am Start. Roland Segmüller nahm sich vor, die ersten zehn flachen Kilometer für einmal sehr gemächlich zu laufen und sein Können erst in den langen Steigungen unter Beweis zu stellen. Und diese Taktik hat sich gelohnt. Während bei den anderen Läufern auf der zweiten Streckenhälfte – auch angesichts der misslichen Witterung – zusehends die Kräfte nachliessen, konnte Segmüller zulegen. In



Bild: pd

**Die schnellsten Rheintaler** am Liechtenstein-Marathon: Andreas Jäger (Mitte) mit den Mittwoch-Läufern Roland Segmüller (rechts) und Felix Benz.

den Schlussteigungen, wo die meisten vom Laufschrift zum Marsch wechseln mussten, zog der Eichberger an seinen Mila-Freunden vorbei und erreichte zwei Minuten nach Jäger als schnellster Mila-Läufer das Ziel.

Segmüller musste allerdings nicht lange warten, bis weitere Milas ihre Aufgabe erfüllt hatten. Innerhalb von fünf Minuten waren auch Felix Benz, Rolf Wälte

und Andreas Weiler im Ziel und durften sich gegenseitig zu den sehr guten Zeiten gratulieren.

## Nässe verhindert Bestleistungen

Der Regen und teilweise knöcheltiefer Morast auf einzelnen Streckenabschnitten führte dazu, dass bei der 12. Austragung des LGT-Marathons kaum Rekordzeiten gelaufen wurden. Die Tagesbestzeit von Patrick Wieser aus

Aadorf von 2:56:57 ist allerdings nur 30 Sekunden über dem Rekord von Janathan Wyatt im Jahre 2008.

Die schnellste Zeit bei den Frauen lief Jasmin Nunige aus Davos. Denise Lichtensteiger aus Montlingen, sie war wie die meisten nicht zum ersten Mal beim Liechtenstein-Marathon dabei, ist die bestklassierte Rheintaler Läuferin. (fb)