

Kambundjis Prolog zur Staffel

LEICHTATHLETIK. Mujinga Kambundji tritt heute Vormittag an den WM in Moskau zu den Vorläufen über 200 m an. Die Chancen auf einen Halbfinal-einzug sind gering. Die Bernerin nimmt den Melderang 44 unter 50 Starterinnen ein. Die 21-Jährige müsste ihre Bestzeit von 23,26 Sekunden klar unterbieten, um den Cut zu überstehen. Bloss 24 Athletinnen werden sich für die drei Halbfinalserien des Abends qualifizieren.

Kambundji ist eine Stammkraft der 4x100-m-Staffel. Der Wettkampf vom Sonntag steht denn auch im Fokus. «Mit der Staffel kann ich hier mehr erreichen», sagte sie. Der Prolog über 200 m kommt ihr allerdings gelegen. «Der Aufenthalt in Moskau ist angenehmer, wenn ich zuvor einen Einzelstart bestreite. Sonst müsste ich bis zum Schluss warten, bis es endlich losgeht.»

Ire gewinnt Gold im Gehen

Robert Heffernan bescherte Irland derweil mit seinem Sieg über 50 km Gehen die erste WM-Goldmedaille in der Leichtathletik seit 18 Jahren. Der Olympiavierte gewann in Moskau in der Jahresweltbestzeit von 3:37:56. Als letzte Irin hatte Sonja O'Sullivan 1995 in Göteborg über 5000 m den WM-Titel geholt.

Heffernan lief seinen eigenen Rhythmus. Nach 15 Kilometern wies er als Siebter einen Rückstand von 31 Sekunden auf das Toptrio aus. Bei der Zwischenzeit nach Rennhälfte war er aber bereits vorne dabei. (sj)

Start von Isinbajewa in Zürich noch offen

LEICHTATHLETIK. Der Start von Stab-Queen Jelena Isinbajewa beim Meeting von «Weltklasse Zürich» (29. August) ist entgegen anders lautenden Schweizer Medienberichten nicht gesichert. «Uns liegt weder eine Zusage noch eine Absage vor», sagte Mediensprecherin Janine Geigele. Die Organisatoren des Meetings im Letzigrund stehen mit der Russin seit einiger Zeit in Verhandlung.

Isinbajewa erwähnte am Dienstag nach ihrem umjubelten WM-Gold in Moskau in Interviews mit TV-Stationen, dass für diese Saison noch Starts bei den Diamond-League-Meetings in Stockholm und in Zürich geplant seien. Gleichzeitig schloss sie auch ein vorzeitiges Saisonende nicht aus. Klar ist hingegen, dass das Glamourgirl der Leichtathletik noch nicht definitiv von der Bildfläche verschwinden will. (sj)

Keine Hinweise auf staatliches Doping

ALLGEMEINES. Die Debatten über die Dopingvergangenheit in Frankreich und Deutschland gingen in den vergangenen Tagen auch an Swiss Olympic nicht spurlos vorbei. Präsident Jörg Schild will den Blick im Kampf gegen Doping primär nach vorne richten. Hinweise auf eine gezielte systematische staatliche Dopingförderung wie offensichtlich in Westdeutschland seien nicht bekannt, so Schild.

Die beschränkten finanziellen Mittel will der 67-jährige Basler im Kampf gegen Doping in erster Linie für die Gegenwart und die Zukunft einsetzen. Gleichwohl will Swiss Olympic die Vergangenheit nicht ruhen lassen. «Wir sagen nicht, dass wir eine weisse Weste haben. Aber in den vergangenen Tagen wurde nichts Neues bekannt», bekräftigte Schild. An der nächsten Sitzung des Exekutivrats von Swiss Olympic wird das Thema «Dopingvergangenheit in der Schweiz» diskutiert. Dann soll laut Schild darüber befunden werden, ob sich eine Aufarbeitung aufdrängt und wie diese allenfalls angegangen werden soll. (sj)



Den nächsten Erfolg im Visier: Der Brite Mo Farah (links) will an den Weltmeisterschaften in Moskau nach seinem Triumph über 10000 m auch über 5000 m siegen. Bild: key

Farah will es Bekele gleichtun

LEICHTATHLETIK. Mo Farah strebt morgen Freitag über 5000 m seine zweite WM-Goldmedaille in Moskau an. Für seine Erfolge muss er jedoch ein grosses Opfer bringen.

SASCHA FEY

Das Gesicht der Leichtathletik ist unbestritten der jamaikanische Sprinter Usain Bolt. Doch die Leistungen von Mo Farah sind genauso hoch einzustufen. Nach dem Sieg am Samstag über 10000 m bietet sich dem 30-jährigen Briten an den Weltmeisterschaften in Moskau morgen Freitag im Final über 5000 m die Chance, wie bereits im vergangenen Jahr bei den Olympischen Spielen in London das Double zu schaffen.

Gleichzeitig Weltmeister und Olympiasieger auf diesen beiden Distanzen war bislang einzig der äthiopische Wunderläufer Kenenisa Bekele, der seinen Zenit überschritten zu haben scheint und für Moskau nicht mehr berücksichtigt worden ist.

Massage im Dunkeln

Zumindest einige Sicherheitsleute der WM beeindruckten die Erfolge von Farah allerdings nicht. Als dieser nach dem Triumph über die 25 Bahnstunden in den Physiotherapiebereich wollte, er-

hielt er keinen Zutritt. Da nützte es auch nichts, dass dessen Stieftochter Rihanna die Goldmedaille zeigte. Schliesslich musste er sich draussen in der Dunkelheit massieren lassen. «Es war unglaublich», sagte Farah, der im Alter von acht Jahren zusammen mit seinem Vater das vom Bürgerkrieg geschundene Heimatland Somalia Richtung England verlassen hatte. Sein Zwillingsbruder musste zurückbleiben.

Es ist verblüffend, wie Farah die afrikanische Konkurrenz mit seinem unglaublichen Finish immer wieder düpiert. Zwar war er bereits 2010, als er in Barcelona zweifacher Europameister wurde, ein sehr guter Läufer. Doch die aktuelle Dominanz ist auf den Wechsel zum amerikanischen Trainer Alberto Salazar im Frühjahr 2011 zurückzuführen. Der frühere Weltklasse-Marathonläufer, der unter anderem auch Galen Rupp, den Olympiazweiten über 10000 m, betreut, brachte Farah den entscheidenden Schritt vorwärts.

Es gebe wahrscheinlich um die 30 Läufer, die es ins kenianische und

ins äthiopische WM-Team hätten schaffen können, sagte Salazar. Und die meisten von diesen würden 160 Meilen pro Woche trainieren. Er selber mutet seinen Topleuten nicht solche Umfänge zu, weil sie sich dann «wahrscheinlich verletzen würden». Stattdessen müssten sie intelligent trainieren. «Wir müssen alles perfekt machen, um gegen die grossartigen Athleten aus diesen Ländern eine Chance zu haben», erklärte Salazar.

Viele kürzere Rennen gelaufen

Deshalb überlässt er nichts dem Zufall. So erkannte er beispielsweise den Stellenwert von Farahs «Kick» in der letzten Runde und liess ihn viele kürzere Rennen laufen, gerade auch im Winter. Denn eine Erkenntnis nach der WM-Niederlage in Daegu gegen Ibrahim Jeilan über 10000 m war, dass Farah zu früh zu stark forciert hatte. In Moskau konnte er am Schluss nochmals zulegen. Auch Farahs Europarekord über 1500 m (3:28,81) Mitte Juli beim Diamond-League-Meeting in Monaco unterstreicht die Fortschritte.

Das Trainingszentrum in Oregon lässt nichts zu wünschen übrig. Dieses beinhaltet ein Unterwasserlaufband und eine Tieftemperaturkammer, die

auf minus 140 Grad gekühlt ist, damit sich die Muskeln schneller erholen. Seit er nach Portland gezogen sei, sei er «ein ganz anderer Athlet», sagte Farah. Alberto sei nicht nur ein Coach. «Er kümmert sich um alles. Er sorgt dafür, dass alles gut geht.»

Für die eigenen Kinder fremd

Für seinen Erfolg muss Farah allerdings ein grosses Opfer bringen. Da er viel in der Höhe trainiert, im Sommer in den französischen Pyrenäen, ist er oft von der Familie getrennt. Deshalb ist er für die nach London 2012 geborenen Zwillinge praktisch ein Fremder. Sie erkennen ihn nicht, beginnen zu schreien, wenn er sie umarmen will. Doch die Erfolge machen ihm das Ganze einfacher.

Morgen Freitag könnte er ein weiteres Erfolgskapitel hinzufügen. Erschwert wird die Aufgabe dadurch, dass er und Rupp die einzigen Finalisten sind, die bereits über 10000 m angetreten sind. Deshalb erwartet Farah ein noch härteres Rennen. Er rechnet mit einem frühen Angriff der Afrikaner. Denn nur so haben diese eine Chance gegen Farah, der mit seiner Bestzeit über 5000 m (12:53,11) in der ewigen Bestenliste bloss Rang 31 einnimmt.

Nummer 30 in Griffweite

LEICHTATHLETIK. Auch in der dritten Berglauf-Cup-Etappe ist eine Überraschung ausgeblieben. Die Dominatoren Stephan Wenk und Emma Pooley gaben sich gestern aufs Hörnli hinauf keine Blösse.

Die Strecken ändern sich, die Sieger bleiben sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen gleich: Nachdem Stephan Wenk und Emma Pooley bereits die Berglauf-Cup-Etappen auf die Farnalp und zum Sonnenhof hinauf gewonnen hatten, liessen sie ihrer Kon-

kurrenz auch gestern Abend auf den 5,1 Kilometern aufs Hörnli hinauf keine Chance. Der wie am Vortag zweitklassierte François Lebœuf verlor auf Wenk schon 43 Sekunden, Kaspar Schüpbachs Rückstand im Ziel betrug fast eine Minute.

Vom Velo auf die Laufstrecke

Ganz zufrieden war Seriensieger Wenk, der mit seiner Zeit von 21:56 Minuten den 20 Jahre alten Streckenrekord von Peter Wylennann (20:55) deutlich verfehlte, trotz dem souveränen Erfolg nicht. Ihm habe ein wenig die Spritzigkeit gefehlt, meinte der 30-Jährige. Das mag auch daran gelegen haben, dass

Wenk wie Emma Pooley mit dem Velo zum Ausgangspunkt nach Steg gefahren war.

Die 30-jährige Britin verbrachte gestern vor ihrem Einsatz am Berglauf-Cup insgesamt rund drei Stunden auf dem Velo, was sie danach nicht daran hinderte, ihre Gegnerinnen auf der Laufstrecke um zwei Minuten und mehr zu distanzieren. Theres Lebœuf-Kläsi sicherte sich mit 2:32 Minuten Rückstand auf Pooley den zweiten Platz knapp vor Anja Weber, die vier Sekunden länger brauchte. Als Vierte traf Nadja Kessler, die Gesamtsiegerin aus dem Vorjahr, auf dem Hörnli ein. Bereits kurz nach dem Rennen gab Emma

Pooley bekannt, dass sie auf die vierte Etappe verzichten werde. Die Berglauf-Cup-Siegerin von 2006 sagte, sie sei müde und mache eine Pause.

Ein besonderes Rennen

Stephan Wenk wird heute in Wernetshausen derweil sicher am Start stehen. Und für den Berglauf-Cup-Dominator der letzten sieben Jahre ist es ein ganz besonderes Rennen, daran hat er gestern keinen Zweifel gelassen. Gewinnt Wenk nämlich auch die heutige Teilstrecke auf den Bachtel, kann er ein ganz besonderes Berglauf-Cup-Jubiläum feiern. Es wäre nämlich Stephan Wenks 30. Sieg in Serie. (zo)