

Die Krönung nach etlichen Versuchen

Marlen Reusser wird als erste Schweizerin seit 20 Jahren Weltmeisterin im Zeitfahren

EVA BREITENSTEIN

So oft versucht, so oft verpasst. Seit fünf Jahren zählt Marlen Reusser zur Weltspitze im Einzelzeitfahren. Fünf Jahre lang stieg sie in jedem Rennen der Disziplin aufs Podest, sofern sie es beendete. Sie erfuhr sich zwei Silbermedaillen und einmal Bronze an Weltmeisterschaften, eine Olympia-Silbermedaille und zahlreiche Siege, doch die Krönung an internationalen Grossanlässen blieb bisher aus.

Bis am Sonntag, als sie bei der WM-Premiere auf dem afrikanischen Kontinent ihren Konkurrentinnen keine Chance liess: Fast eine Minute nahm sie in Rwandas Hauptstadt Kigali der zweitplatzierten Anna van der Breggen aus den Niederlanden ab, etwas mehr als eine Minute deren Landsfrau Demi Vollering.

Endlich also die Goldmedaille, der WM-Triumph in dieser Disziplin, die von den Athletinnen und Athleten eine ausserordentliche Leidenschaft verlangt. «Ich habe mir noch nie so den Gong gegeben, wie wir auf Berndeutsch sagen», sagte die 34-jährige Reusser in einer Sprachnachricht, als ihr Sieg feststand, und sprach ihre Erschöpfung an. «Ich konnte im Ziel kaum vom Velo klettern.»

Sich den Gong geben, das kann Marlen Reusser recht gut. Das Extreme lag ihr immer, mit ihrer unbändigen Energie, ihrem Ehrgeiz. Ein bisschen wie bei ihrer Grossmutter, die in der Familie Reusser neben Marlen als die Verrückte galt, weil sie von morgens früh bis abends spät auf dem Bauernhof jäten konnte, ohne auch nur ans Trinken zu denken.

Ihr Aufstieg verlief rasant

Auch die Enkelin verschrieb sich einer Sache oft bis zur Verausgabung. Mit vierzehn Jahren etwa in einem Sonderprogramm für talentierte Musikerinnen, wo sie sich selbst extrem forderte, bis ihr bewusst wurde, dass sie das so gar nicht möchte. Oder später, als das Radfahren noch ihr Hobby neben dem Leben als Ärztin war und sie sich beim Alpenbrevet so verausgabte, dass sie ohnmächtig wurde. Dass auch ein wenig Mässigung zum Ziel führen kann, musste Reusser zuerst lernen.



Zwei Silbermedaillen und einer Bronzemedaille an Weltmeisterschaften sowie einer Olympia-Silbermedaille fügt Marlen Reusser nun eine WM-Goldmedaille hinzu.

JAN DE MEULENEIR / IMAGO

2019 entschloss sich Marlen Reusser mit 27 Jahren, ganz auf den Radsport zu setzen. Das verbindet sie mit ihrer Vorgängerin: Die einzige Schweizer Zeitfahr-Weltmeisterin war bisher Karin Thürig in den Jahren 2004 und 2005. Diese hatte als 25-Jährige nach einer Volleyballkarriere aufs Velo gewechselt, wobei der Frauen-Radsport damals noch weit weniger professionell war. Bei Thürig wie bei Reusser verlief der Aufstieg rasant. Dennoch brauchte Reusser bei allem Talent ihre Zeit, bis sie richtig im Radsport angekommen war. An ihren ersten Schweizer Meisterschaften rief Reusser ihren Konkurrentinnen noch «Hopp, hopp» zu, weil sie es als unhöflich empfand, beim Überholen nichts zu sagen.

Auch wenn das noch gar nicht so lange her ist, scheint es eine Ewigkeit zurückzuliegen. Reusser ist längst nicht mehr

nur eine Spezialistin im Kampf gegen die Uhr, sondern sie ist fähig, praktisch jedes grosse Rennen zu gewinnen. Von den Frühjahrsklassikern bis hin zu den Grand Tours, die bei den Frauen etwas mehr als eine Woche dauern. Sie hat im Training gelernt, dass härter nicht immer besser ist. Und sie schaffte es, aus ihren Rückschlägen wie dem Long-Covid-Leiden 2024 gar etwas Positives zu ziehen.

Während Reussers Konkurrentinnen vor einem Jahr an den Weltmeisterschaften in Zürich um die Medaillen fuhren, wusste Reusser nicht, wie es mit ihrer Karriere weitergehen würde. Seit dem Frühling litt sie an einem chronischen Erschöpfungssyndrom, zu den schlimmsten Zeiten kam sie nicht einmal aus dem Bett, hatte ständig Fieber. Sie probierte vieles aus, überwand die Krankheit nach Monaten schliess-

lich mit einer Hypnosetherapie. Reusser unterschrieb beim spanischen Team Movistar, zog nach Andorra und erzählte im Dezember, dass sie wieder voll trainieren könne und sich frisch fühle. Es war wie ein Reset.

«Mut zur Pause»

Die erzwungene Pause relativierte auch die Rückschläge, die Reusser in der laufenden Saison erlitt. Das sehr hoch gesteckte Ziel für 2025 lautete, bei allen grossen Rundfahrten aufs Gesamtklassensament zu fahren. Bei der Vuelta España im Mai gelang dies mit einem zweiten Platz ausgezeichnet. Im Juni triumphtierte sie zum zweiten Mal an der Tour de Suisse, im Juli lag sie am Giro d'Italia ebenfalls auf Siegeskurs. Dann aber erwischte sie ein Magen-Darm-Virus, und

sie kämpfte sich geschwächt auf den zweiten Gesamtrang.

Das war der Beginn eines mühsamen Sommers: Noch nicht ganz erholt vom Giro, gab sie die Tour de France nach einer Lebensmittelvergiftung schon auf der ersten Etappe auf. Ein paar Wochen später sagte sie die Tour de Romandie ab. Und erwischte im August dann auch noch eine Grippe. Die vollständige Genesung hatte erst einmal Priorität. «Ich habe das über die Jahre gelernt», sagte sie kurz vor dem Abflug nach Rwanda. «Ich weiss heute, was ich meinem Körper wann zumuten kann.» Ihr Partner und Trainer Hendrik Werner sagte gegenüber der NZZ, dass Reusser den «Mut zur Pause» gefunden habe.

Mit Werner trainiert sie immer noch äusserst diszipliniert, aber im Vergleich zu früher gemässigter. Gegenüber CH Media sagte sie kürzlich: «Er gibt mir

Sich den Gong geben, das kann Marlen Reusser recht gut. Das Extreme lag ihr immer, mit ihrer unbändigen Energie, ihrem Ehrgeiz.

Trainings, die ich bewältigen kann, ohne mich komplett abzuschliessen. Ich komme aus einer Mentalität, dass es immer extrem hart sein, dass man Grenzen überschreiten muss, um besser zu werden. Gerade zu Beginn hat das zu vielen Diskussionen zwischen uns geführt.»

Doch die neue Herangehensweise scheint erfolgreich zu sein. Mit der hervorragenden Basis der ersten Saisonhälfte hat ein guter Trainingsblock von vier Wochen gereicht, um Reusser in weltmeisterliche Form zu bringen. Und sie ist am Berg viel stärker geworden. Noch vor ein paar Jahren wäre sie bei einem 31,2 Kilometer langen Kurs mit 460 Höhenmetern wie in Kigali kaum zuoberst gestanden. Nun bescherten ihr die rwandischen Hügel den grössten Erfolg ihrer Karriere.

Es gibt noch Luft nach oben

Das Ausnahmetalent Audrey Werro scheitert zum Abschluss der WM in Tokio – doch Swiss Athletics fehlen neue Mittel für die Professionalisierung

REMO GEISSER, TOKIO

Wieder nichts. Zum Abschluss der WM musste sich eine weitere Schweizer Medaillenhoffnung geschlagen geben: Audrey Werro blieb im Final über 800 m ohne Chance, obwohl sie die zweitbeste Zeit der Karriere lief. Die Medaillen hingen zu hoch – nur schon für Bronze hätte die 21-Jährige eine Sekunde schneller laufen müssen als bei ihrem Schweizer Rekord im August.

Somit bleibt der WM-Titel von Ditaji Kambundji über 100 m Hürden das einzige Highlight aus schweizerischer Sicht. Aber was für eines: Vor Kambundji bekamen nur der Kugelstösser Werner Günthör (1989, 1991, 1993) und der 800-m-Läufer André Bucher (2001) auf diesem Niveau den Schweizer Psalm zu hören. Doch es gab neben der Hürdlerin noch ein halbes Dutzend weitere Medaillenhoffnungen – es wäre mehr möglich gewesen. Werros 6. Rang ist angesichts ihrer Zeit und der klugen taktischen Leistung keine Enttäuschung. Das Niveau war in diesem schnellsten Titelrennen der Geschichte schlicht zu hoch für sie.

Die Freiburgerin ist eines der grössten Talente, die die Schweiz je gesehen hat. Mit 17 Jahren war sie bereits U-20-Europameisterin, 2023 lief sie in der Juniorenkategorie Weltrekord über 1000 m, nun ist sie 21-jährig und hat be-

reits die Diamond League gewonnen. Den von ihr selbst seit 2024 gehaltenen Schweizer Rekord hat sie in diesem Sommer um fast zwei Sekunden verbessert – auf die Weltklassezeit von 1:55,91 Minuten.

All das schafft sie auf eindrückliche Weise: Sie übernimmt resolut die Spitze und drückt bis ins Ziel aufs Tempo. An den Landesmeisterschaften lief sie dieses Jahr solo eine 1:56er-Zeit, bei Weltklasse Zürich profitierte sie zunächst von einer Tempomacherin und steigerte sich so noch einmal um fast vier Zehntel auf den oben erwähnten Rekord. Auch im WM-Final ging sie die hohe Pace resolut mit.

Typisch schweizerisch

Die Läuferin verfügt über einen grossen Grundsprint, ihre Bestzeiten über 100 und 200 m sind exquisit, die 400 m lief sie einen Monat vor den WM in 51,03 Sekunden. Nur die Landesrekordhalterin Lea Sprunger war in der Schweiz jemals schneller. Den derzeit besten inländischen Spezialistinnen nahm Werro eine Sekunde und mehr ab. Und diese haben sich immerhin mit der Staffel über 4-mal 400 m für die WM qualifiziert.

Die Ausnahmeathletin ist nicht etwa in einem Sportgymnasium oder an einem Leistungszentrum gross gewor-



GETTY

Audrey Werro
Schweizer
Leichtathletin

den, sondern im Landverein CA Belfort, auf den sie ihr Primarlehrer aufmerksam machte, als sie neun Jahre alt war. Betreut wird sie dort von der Lehrerin Christiane Berset, die vor ihr nie eine Spitzenathletin trainiert hatte. Die beiden haben sich gemeinsam entwickelt, Werro auf der Bahn, Berset in Trainerkursen und im Austausch mit erfahrenen Spezialisten.

Das ist ein typischer Schweizer Weg. Schon André Bucher, der 800-m-Weltmeister von 2001, ging ihn an der Seite des Primarlehrers Andi Vögtli. Die besten Athletinnen und Athleten zählen heute alle auf ein Trainingsumfeld in der Schweiz, aber nur selten ist dieses bis ins letzte Detail professionalisiert. Das hat auch der Verband festgestellt und nun reagiert.

Der Verbandspräsident Christoph Seiler sagt, den Aha-Moment habe er an den Olympischen Sommerspielen 2024 gehabt, als es keine Medaille für

die Schweizer Leichtathletik gab, aber gleich vier vierte Ränge. Da habe er sich gefragt, was nötig sei, um den letzten Schritt aufs Podest zu schaffen, sagt er in einem Gespräch in Tokio. Er weibelte bei Schweizer Stiftungen und schaffte es, gleich mehrere davon zu überzeugen, in die Leichtathletik zu investieren.

Eine sechsstellige Summe

Wie wichtig dieser Schritt war, hat sich nun wieder in Tokio gezeigt, wo allzu oft ein Quentchen zur Medaille fehlte. Die Stiftungen sind diskret und wollen ihre Namen nicht öffentlich machen, und auch über Geld wird nicht geredet. Immerhin lässt sich Seiler entlocken, dass es sich um einen sechsstelligen Betrag handelt. «Mit Luft nach oben», wie er sagt. Denn er wird nun nicht einfach mit dem Weibeln aufhören.

Das Geld wird in die Topathletinnen und -athleten investiert, im Rahmen eines Projekts namens «Next Level», das für 2028 den Sprung aufs olympische Podium anvisiert. Acht Frauen und Männer wird das momentan zugetraut: Ditaji und Mujinga Kambundji, Audrey Werro, Angelica Moser, Annik Kälin, Simon Ehammer, Jason Joseph und Dominic Lobalu.

Sie wurden bereits gefragt, was sie benötigten, um noch erfolgreicher arbeiten zu können. Ein wichtiges Thema war

dabei die Verfügbarkeit von Trainern. In einem ersten Schritt wird deshalb das Pensum von Claudine Müller und Adrian Rothenbühler bei Swiss Athletics substanziell erhöht.

Müller ist Techniktrainerin der Hürden-Weltmeisterin Ditaji Kambundji und betreut Jason Joseph; Rothenbühler hat mehrere Frauen und Männer nach Tokio gebracht, etwa die Stabhochspringerin Angelica Moser, aber auch Athletinnen und Athleten in Disziplinen vom Sprint bis zum Wurf. Der ehemalige Zehnkämpfer Rothenbühler verfügt über ein breites Fachwissen und ist derzeit die grösste Kapazität für Krafttraining in der Schweiz. Mit dem Projekt «Next Level» soll auch der Know-how-Transfer sichergestellt werden, zum Beispiel durch Mentorings für aufstrebende Trainer. Ausserdem wird die sportwissenschaftliche und sportmedizinische Betreuung ausgebaut.

Von «Next Level» werden aber nicht nur die oben erwähnten acht Topkräfte profitieren, sondern die gesamte Elite. In Südafrika wird ein Trainingscamp aufgebaut, auf einer Anlage, die Swiss Athletics exklusiv zur Verfügung steht. Vierzig Athletinnen und Athleten werden dort im Dezember einen Teil der Saisonvorbereitung absolvieren. 2026 stehen in Birmingham EM an. 2024 gab es auf diesem Niveau 9 Medaillen für Swiss Athletics.