

Abo [Leichtathletik-Abendmeeting](#)

Regensdorfs Hoffnungsträger läuft auf neuen Wegen

Silas Zurfluh hat das Hauptrennen des traditionellen Abendmeetings aus Sicht des LC Regensdorf mitgeprägt. Der aktuelle Schweizer Vizemeister über 1500 Meter startet seit Anfang Jahr für die Gastgeber.

Jörg Greb

Publiziert: 14.08.2022, 15:41



Da laufen sie noch vorne mit: Silas Zurfluh (Startnummer 188) und sein neuer Clubkollege Loris Pellaz vom LC Regensdorf (138) zu Beginn des 1500-Meter-Rennens.

Foto: Robert Pfiffner

Es war ein unüblicher Satz als Bilanz seines Rennens über die 1500 Meter: «Es ist etwas anders gelaufen als üblich.» Silas Zurfluhs Aussage zu seiner Leistung deutete in verschiedene Richtungen: die Endzeit, den Rennverlauf, die Absicht, die Realität und die Vorbereitung. Dann schilderte er als des Rätsels Lösung: «Ich wollte vom Tempomacher-Dienst meines Clubkollegen Ro-

bin Oester profitieren, musste aber sehr schnell erkennen: Das geht nicht.» Zu schnell sei der Rhythmus für ihn gewesen, der auf eine Endzeit von wenig über 3:40-Minuten ausgerichtet war. So musste Zurfluh die Gruppe mit Oester und den zwei Ausländern ziehen lassen und sah sich von da an «allein im Wind». Das sei, so fügte er an, mental schwierig gewesen.

Ins Ziel lief Silas Zurfluh schliesslich als Viertplatziertes mit einer Zeit von 3:49,58 Minuten. Im Finish musste er dem Zürcher Florian Kremke den Vortritt lassen. Clubkollege Loris Pellaz beendete das stark besetzte Rennen auf Position 8 (3:51,82). Der Sieg ging an den Holländer Noah Baltus (3:44,33), Platz 2 an den Deutschen Jens Mergenthaler (3:44,92). Und zu sagen ist auch: Die routinierten Spezialisten mussten dem hohen Anfangstempo Tribut zollen.

Sechsfacher Junioren-Meister

Zurück zu Silas Zurfluh. Seine persönliche Bestmarke von Anfang Juli in Meilen (3:46,31) verpasste er um gut drei Sekunden. Das enttäuschte den 21-Jährigen. Aber nach einer stichhaltigen und naheliegenden Erklärung musste er nicht lange suchen: «Dieses Rennen war ein Experiment. Ich bin unmittelbar nach dem fünfwöchigen Höhenttraining in St. Moritz hier angetreten.» Er trat im Wissen an, dass jeder Athlet anders auf diesen Reiz reagiert. Für ihn besonders auffallend: «Unmittelbar nach dem Rennen hatte ich das Gefühl, ich könnte gleich nochmals laufen.»



Geschlagen im Finish: Silas Zurfluh muss sich mit Platz 4 begnügen.

Foto: Robert Pfiffner

Die aktuelle Saison sieht Silas Zurfluh ohnehin unter einem Hauptfokus: «Dieses Jahr ist für mich eine Aufbausaison.» Denn 2021 war er lange verletzt. Hinzu kommt das neue Umfeld. Vom TSV Steinen im Kanton Schwyz hatte er auf Anfang Jahr zum bekannten Furttaler Verein gewechselt. «Ohne Druck»

wollte und will er das Ganze angehen. «Und es hat sich gut angelassen», sagt der sechsfache Schweizer Meister in verschiedenen Nachwuchskategorien. Tatsächlich steigerte er sich nicht nur zeitlich, sondern feierte mit der Silbermedaille an den Schweizer Meisterschaften der Elite von Ende Juni in Zürich auch seinen bisher wohl wertvollsten Erfolg. Jetzt fokussiert er sich auf die folgenden Rennen, primär auf die U23-Landesmeisterschaften, sowie die Schweizer Meisterschaften mit der Staffel und mit dem Team. «Ich kann der Zukunft entspannt entgegenblicken», sagt der Automatiker. Übrigens ist Silas Zurfluh nicht nur des Sports wegen ins Zürcher Unterland gezogen: Mit Sina Laube läuft auch seine Freundin im LC Regensdorf.

Viele neue Bestmarken

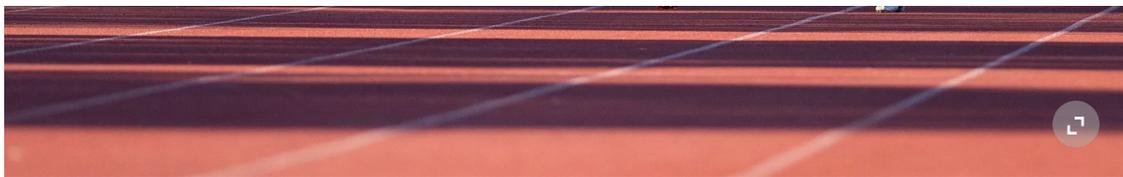
Das 1500-m-Rennen der Männer war indes längst nicht das einzige sehenswerte. Über 1500 Meter der Frauen setzte die Bielerin Joceline Wind mit 4:16,23 Minuten den Hauptakzent. Dahinter lief die erst 14-jährige Fiona von Flüh mit 4:22,79 als Drittplatzierte eine persönliche Bestmarke. Die Athletin vom TV Cham blieb damit nur um eine Hundertstelsekunde hinter der Französin Joanna Guyot, die für den LC Regensdorf startet.

Im gemischtgeschlechtlichen 5000-Meter-Lauf siegte der Genfer Morgan Le Guen in starken 13:37,22 Minuten. Die nächstplatzierten Sebastian Frey (D/14:01,55), Luca Noti (Bern/14:08,82) und Eric Rüttimann (Zürich/14:10,50) hatten das Nachsehen. Und der junge Ustemer Ali Abdi Salem realisierte mit 14:18,30 eine vielversprechende, neue persönliche Bestmarke. Bei den Frauen setzte sich Selina Ummel (Suhr) in 16:31,54 durch. Über 400 Meter Hürden zeigte die Zürcherin Annina Fahr (Zürich) mit 56,29 Sekunden über 400 Meter Hürden, dass sie sich in EM-Form befindet. In München ist ihr Einsatz für die 4x400 Meter-Staffel geplant.

Grosse Weiten im Kugelstossen

Im Flachrennen über 400 Meter blieb Lokalmatadorin Michelle Gröbli in 54,29 Sekunden um sechs Hundertstel hinter ihrer besten Zeit des laufenden Jahres und musste als Zweitplatzierte Julia Niederberger von der LA Nidwalden (52,88) den Vortritt lassen.





Michelle Gröbli (Startnummer 249) beendet ihr Heimrennen über 400 Meter als Zweitplatzierte hinter der Nidwalnderin Julia Niederberger (308).

Foto: Robert Pfiffner

Wie im Vorfeld erwartet, gab es heuer auf dem Wisacher für einmal auch in den technischen Disziplinen überdurchschnittliche Leistungen zu sehen. Im Kugelstossen der Männer setzte sich der amtierende Schweizermeister Stefan Wieland aus Bern mit 17,88 Metern vor Jéphthé Vogel (16,50) durch. Bei den Frauen siegte mit Miryam Mazenauer (Teufen/14,83 m) ebenfalls die amtierende Landesmeisterin vor Vanessa Fust (Langenthal/14,53 m).

Fehler gefunden? [Jetzt melden.](#)

0 Kommentare