

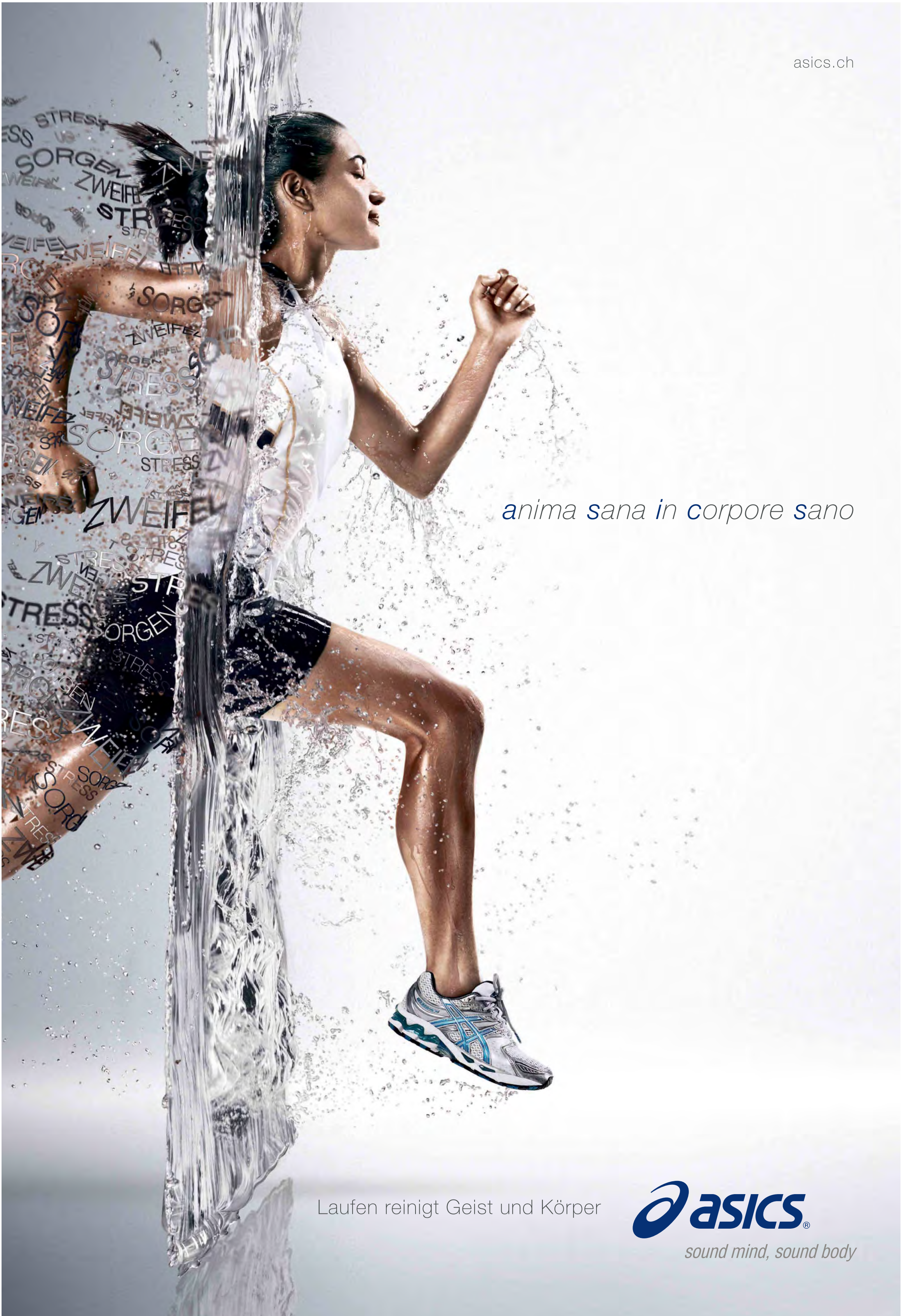
# emotion N° 05

## TRIATHLON



SWISS   
 TRIATHLON





*anima sana in corpore sano*

Laufen reinigt Geist und Körper

**asics**<sup>®</sup>

*sound mind, sound body*



## Liebe Triathlon-Freunde

Eine weitere Ausgabe «emotion triathlon» liegt in euren Händen. Die Saison hat bereits für Emotionen gesorgt und wird ganz bestimmt zu weiteren Gefühlsausbrüchen führen. Diese Zeitschrift hält wie gewohnt schöne Momente fest, blickt auf kommende Ereignisse und liefert spannende Informationen rund um unseren Sport.

Von unserer Nationalmannschaft schildern wir nochmals die grossen Taten und tollen Resultate an den Rennen der ITU World Championship Serie in Seoul und Madrid!

Tolle Resultate sind bekanntlich nur durch hartes Training zu erzielen. Mit der Training Base im Tessin kann Swiss Triathlon ab 2010 neue Wege gehen. Einen kleinen Einblick in dieses ideale Trainingszentrum in der Südschweiz erhalten Sie ebenfalls in dieser Ausgabe.

Die Schweiz ist ein Land mit einer überdurchschnittlich hohen Anzahl an gut organisierten Sportveranstaltungen und Grossevents. Dank dem Organisationskomitee des Triathlon de Lausanne erfreut sich die Schweiz in diesem Jahr eines zusätzlichen Grossereignis'. Im August finden am Genfersee gleich zwei Weltmeisterschaften statt. Das besondere daran? Die Schweiz hat dabei einen Titel zu verteidigen! Lesen Sie, wie es zum Schweizer Titelgewinn 2009 kam, wie die Ziele für 2010 lauten und wie der

Parcours der beiden Sprint-Weltmeisterschaften verläuft. Die Startzeiten der Rennen sind längst bekannt und können dick in die Agenda eingetragen werden!

Zu einer Premiere kommt es anlässlich eines weiteren Events in der Westschweiz. Erstmals findet auf Schweizer Boden ein Rennen der an Popularität zunehmenden XTerra World Tour statt. Dabei ist erst noch eine Schweizerin die Topfavoritin bei den Frauen! Ermöglicht wird der Event dank ehrenamtlichen Funktionären und einem grosszügigen Event-Sponsor, der sich schon lange im Triathlonsport engagiert!

Die Ehrenamtlichkeit ist auch zentrales Thema von «Swiss Olympic Volunteers». Erfahren Sie mehr über dieses Projekt, die Ziele und über den Partner, der das Projekt mitfinanziert.

In der Nachwuchsabteilung wird durch engagierte Trainer in den Vereinen und Checkpoints viel ehrenamtliche Arbeit geleistet. Stellvertretend dafür finden Sie in dieser Ausgabe eine Reportage über einen Checkpoint und einen Nachwuchsathleten.

Ich wünsche viel Vergnügen beim Lesen!



Oliver Imfeld  
Redaktor/Geschäftsführer

## Chers amis du triathlon

Vous avez entre les mains un nouveau numéro de «l'emotion triathlon». La saison a d'ores et déjà veillé aux émotions et conduira à coup sûr à d'autres élans de sentiments. Cette revue retient comme d'habitude les bons moments, jette un oeil sur les événements à venir et livre des informations captivantes concernant notre sport.

Nous décrivons une fois encore les prouesses et les excellents résultats de notre équipe nationale à la course de l'ITU World Championship Serie à Séoul et Madrid!

Comme chacun le sait, ce n'est qu'au prix d'un dur entraînement que l'on atteint d'excellents résultats. Avec la nouvelle base d'entraînement au Tessin, Swiss Triathlon peut emprunter de nouvelles voies dès 2010. Dans ce numéro, vous obtiendrez également un petit aperçu de ce centre d'entraînement idéal dans le Sud de la Suisse.

La Suisse est un pays avec une moyenne élevée de manifestations sportives et de gros événements bien organisés. Grâce au comité d'organisation du Triathlon de Lausanne, la Suisse jouit cette année d'un événement important supplémentaire. Ce sont en effet deux championnats du monde qui auront lieu en août sur le lac Léman. Qu'y a-t-il de particulier à cela? La Suisse a un titre à y défendre! Lisez comment le titre helvétique a été décroché en 2009, quels sont les buts pour 2010 et comment se pré-

sente le parcours des deux championnats du monde de sprint. Les horaires de départ des courses sont connus depuis longtemps et peuvent être marqués en rouge dans les agendas!

Une autre première a lieu à l'occasion d'un autre événement en Suisse romande. Pour la première fois sur sol helvétique se déroule une course de la XTerra World Tour qui croit en popularité. Et c'est la première fois encore qu'une Suissesse est favorite pour le titre! L'événement a été rendu possible grâce à des responsables bénévoles et grâce à un sponsor Event généreux, qui s'engage depuis longtemps déjà pour le triathlon!

Le bénévolat est aussi un thème central de «Swiss Olympic Volunteers». Apprenez-en plus sur ce projet, les buts et les partenaires qui cofinancent le projet.

En ce qui concerne la relève, un grand travail bénévole est accompli par des entraîneurs engagés dans les clubs et les checkpoints. Pour illustrer cet engagement, vous trouverez dans ce numéro un reportage sur un checkpoint et un jeune athlète.

Je vous souhaite beaucoup de plaisir à la lecture!



Oliver Imfeld  
Rédacteur/Directeur



werbung



4 Elitesport



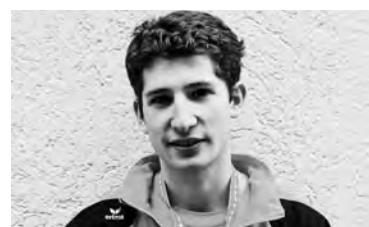
7 Elitesport



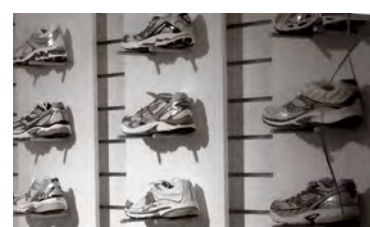
8 Events



10 Championships Lausanne



10 Nachwuchs/Relève



12 Tempo Sport



12 erdgas/gaz naturel



14 X-Terra comes to Switzerland

www.swisstriathlon.ch



IMPRESSUM

Herausgeber/Edition:  
Swiss Triathlon

Redaktion/Rédaction:  
Swiss Triathlon, Oliver Imfeld

Texte/Textes:  
Sandra Christen, Oliver Imfeld, Marco Lorenzetti, Dominik Pürro, Nicole Räber, Reinhard Standke, Markus Steinhauser

Übersetzung/Traduction:  
let's translate

Fotos/Photos:  
Iwan Schuway, Reinhard Standke, Markus Steinhauser, Kirsten Stenzel, triathlon.org

Konzept:  
c2 Beat Cattaruzza GmbH

Gestaltung/Realisation:  
clixx:design atelier für visuelle gestaltung, www.clixx.ch

Druck/Impression:  
ediprim, Biel

Auflage/Tirage:  
24 000 Ex.



# ON THE ROAD



**PARMIGIANI**  
Fleurier



**BASPO**  
TESTING I & II  
Magglingen

**ERDGAS**  
Zürich

**ASICS**  
Neuendorf



**JUNE-AUGUST 2010**  
**SWISS TRIATHLON**  
**TRAINING BASE**  
Davos

**JANUARY 2010**  
**SWISS OLYMPIC/SWISS TRIATHLON**  
**KICKOFF-MEETING**  
Ittigen

**AUGUST 8**  
**SWISS CHAMPIONSHIPS**  
Nyon

**AUGUST 21/22**  
**SPRINT & TEAM WORLD**  
**CHAMPIONSHIPS**  
Lausanne

**DECEMBER 2009-JUNE 2010**  
**SWISS TRIATHLON**  
**TRAINING BASE**  
Tenero

**AUGUST 15**  
**EUROPEAN CUP**  
Geneva



**FEBRUARY 2010**  
**TRAININGS CAMP**  
Gran Canaria



## 2010 ELITESPORT 1 TO 10

- 1 Team of 30 Athletes
- 2 Swiss Triathlon Training Bases (Tenero & Davos)
- 3 Disciplines that make up a great sport
- 4 Team-members at the ITU Team Sprint Championships in Lausanne
- 5 Races to count for the final WCS ranking
- 6 Top10 results for Switzerland in the first three WCS races
- 7 Races of the World Championship Series in 2010
- 8 Worldcup Races in 2010
- 9 Weeks altitude Training Base
- 10 x 1000 km per athlete per year on the bike



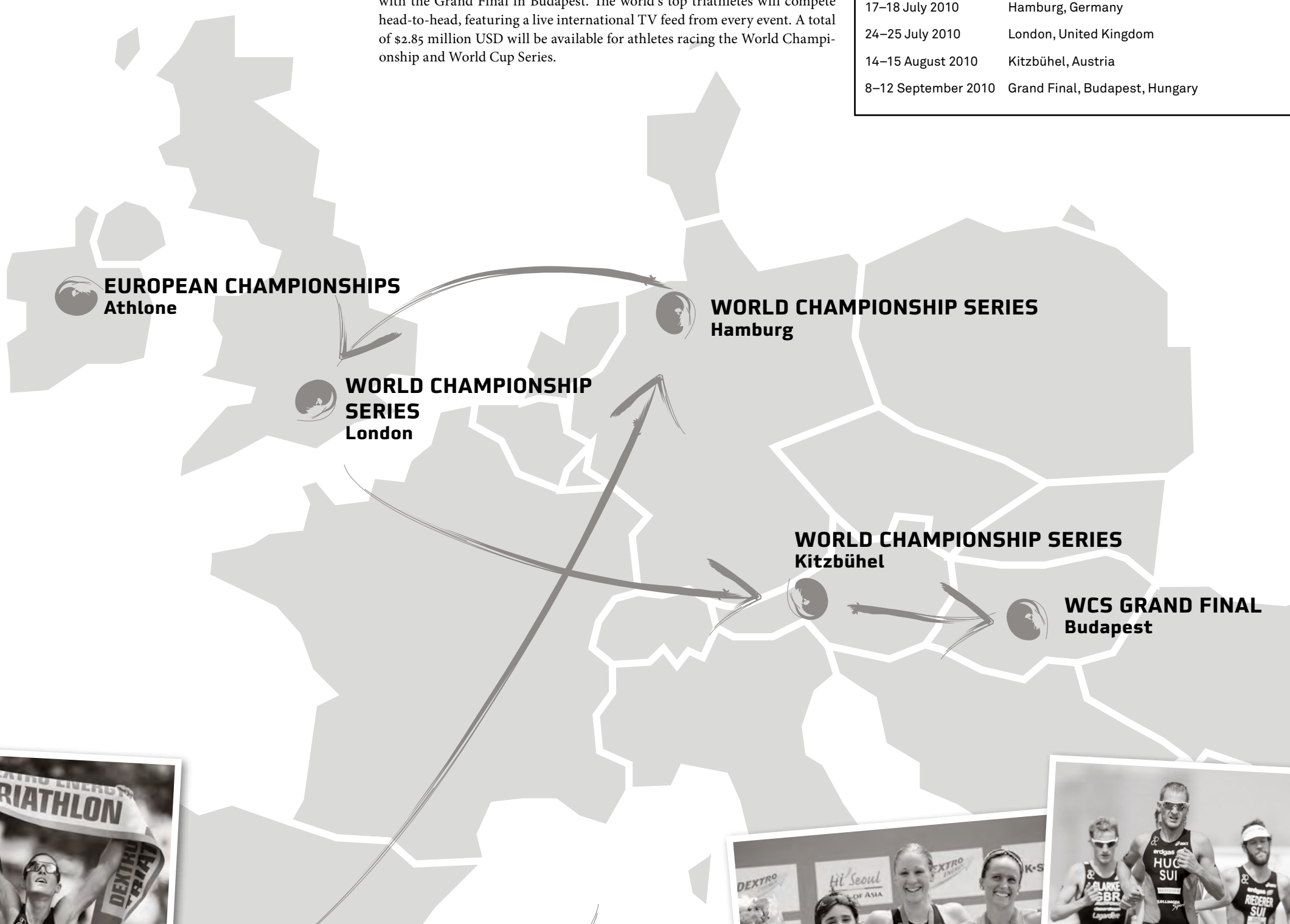
# WORLD CHAMPIONSHIP SERIES 2010

## ITU World Championship Series

The Triathlon ITU World Championship Series was introduced in 2009, creating a series of world championship races rather than a singleday world championship. There will be seven stops throughout the 2010 season, culminating with the Grand Final in Budapest. The world's top triathletes will compete head-to-head, featuring a live international TV feed from every event. A total of \$2.85 million USD will be available for athletes racing the World Championship and World Cup Series.

## SERIES SCHEDULE

11 April 2010	Sydney, Australia
8-9 May 2010	Seoul, Republic of Korea
5-6 June 2010	Madrid, Spain
17-18 July 2010	Hamburg, Germany
24-25 July 2010	London, United Kingdom
14-15 August 2010	Kitzbühel, Austria
8-12 September 2010	Grand Final, Budapest, Hungary



**EUROPEAN CHAMPIONSHIPS**  
Athlone

**WORLD CHAMPIONSHIP SERIES**  
Hamburg

**WORLD CHAMPIONSHIP SERIES**  
London

**WORLD CHAMPIONSHIP SERIES**  
Kitzbühel

**WCS GRAND FINAL**  
Budapest

**WORLD CHAMPIONSHIP SERIES**  
Madrid

**WORLD CHAMPIONSHIP SERIES**  
Seoul

**WORLD CHAMPIONSHIP SERIES**  
Sydney



# PARMIGIANI



CREATEUR DE PATRIMOINE \*

**Air Watch Center SA**  
Aéroport de Genève

**Benoît De Gorski**  
Genève, Gstaad

**Brändli Creation & Co**  
Villars-sur-Ollon

**Espace Chronométrie**  
Crans-Montana

**Gold Time Sa**  
Chiasso

**Gübelin AG**  
Basel, Bern  
Genève, Lugano, Luzern,  
St. Moritz, Zürich

**Guillard SA**  
Lausanne

**Haute Horlogerie Schindler**  
Zermatt

**Herschmann Doris**  
Ascona

**Kirchofer AG**  
Interlaken

**La Gioielleria di Via Luvini**  
Lugano

**Maissen & Co**  
Klosters

**Michaud SA**  
Neuchâtel

**Zbinden**  
Montreux

**Zeit Zone Zürich**  
Zürich



**PARMIGIANI**  
SWISS     
**TRIATHLON**

WWW.PARMIGIANI.COM

\* HERITAGE IN THE MAKING



ELITESPORT

# BEHIND THE SCENES





## EVENTS

# FRAGEN AN DIE TEAMWELTMEISTER 2009



### Magali di Marco

*Was sind deine Erinnerungen an das Rennen 2009 in Des Moines?*

Meine Erinnerungen an Des Moines sind super. Normalerweise bestreite ich als Triathletin Wettkämpfe alleine, deshalb war der Teamwettkampf sehr speziell für mich. Wenn ich für einen Einzelwettkampf am Start stehe, bin ich mit meiner Angst vor dem Rennen alleine. Bei der Teamweltmeisterschaft konnten wir unsere Gefühle vor dem Start teilen, das war ein sehr schönes Erlebnis für mich. Die Stimmung während dem ganzen Wettkampf war wirklich sehr schön und ich erinnere mich gerne daran zurück. Wir wollten ein gutes Resultat erreichen, waren auf dem Papier aber nicht das stärkste Team. Wir rechneten mit einem zweiten oder dritten Platz, da die besten Teams mit den besten Athleten am Start waren. Umso schöner war dann der Teamsieg!

*Was sind deine Erwartungen an die Team-WM 2010 in Lausanne?*

Da ich noch nicht weiss, ob ich für das erste Team der Schweiz in Lausanne qualifiziert werde, mache ich mir noch keine grossen Gedanken und habe noch keine Erwartungen. Es wäre super, im Team starten zu können. Auf die beiden WM-Rennen in Lausanne freue ich mich aber sehr, ich werde sicher das Einzelrennen über die Sprint-Distanz bestreiten. Das Rennen wird für mich sehr speziell werden, da es wahrscheinlich mein letztes internationales Rennen sein wird.

*Quels sont tes souvenirs de la course 2009 à Des Moines?*

Mes souvenirs à Des Moines sont super. En tant que triathlète, j'avais l'habitude de disputer les compétitions seule, c'est pourquoi l'équipe du championnat du monde était si spéciale pour moi. Quand je me retrouve au départ d'une compétition individuelle, je suis seule avec mes peurs. Avec l'équipe du championnat du monde, nous pouvions partager nos sentiments avant le départ, c'était une bonne expérience pour moi. D'ailleurs, je me souviens volontiers de l'ambiance qui fut durant toute la compétition des plus agréables. Nous voulions atteindre un bon résultat, mais dans les pronostics nous n'étions pas l'équipe la plus forte. Nous comptions sur la deuxième ou troisième place, étant donné que les meilleures équipes se trouvaient au départ avec les meilleurs athlètes. La victoire de l'équipe fut d'autant plus belle!

*Quels sont tes attentes de l'équipe participant au championnat du monde 2010 à Lausanne?*

Puisque je ne sais pas encore, si je serai qualifiée pour la première équipe de Suisse à Lausanne, je n'y pense pas tellement et je n'ai pas encore d'attentes. Ce serait super de prendre le départ avec l'équipe. La course sera pour moi très particulière, car elle sera probablement ma dernière course internationale.



### Ruedi Wild

*Was sind deine Erinnerungen an das Rennen 2009 in Des Moines?*

Ich verbinde mit der Teamweltmeisterschaft 2009 sehr schöne Erinnerungen! Da wir nicht die Favoriten waren, kam der Sieg sehr unerwartet und machte ihn umso schöner. Der Grund, warum wir diesen Teamwettkampf gewonnen haben, sehe ich im starken Teamgeist, der uns in Des Moines verband: Am Samstag fanden die Einzelwettkämpfe statt, am Sonntag der Teamwettkampf. Wir gingen alle zusammen am Samstagabend essen und stiessen auf unser Team an. Dank dem guten Zusammenhalt war die Summe des Teams am Sonntag grösser, als sie die Summe von vier Einzelathleten gewesen wäre. Dies war der Grund, warum wir die Favoritenteams schlagen konnten. Im Triathlon liegen Freud und Leid oft nahe beisammen. Der Sieg im Team war extrem schön, da wir uns alle zusammen freuen konnten. Das Mannschaftsgefühl war enorm stark.

*Was sind deine Erwartungen an die Team-WM 2010 in Lausanne?*

Die Erwartungen an die Teamweltmeisterschaft 2010 sind bei mir noch weit weg. Als Einzelathlet bestreite ich im Moment sehr viele wichtige Wettkämpfe, auf die ich mich vorbereiten und konzentrieren muss. Daneben bleibt nicht viel Platz, um bereits an die Teamweltmeisterschaft zu denken. Etwa eine Woche vor dem Wettkampf wird sich dies jedoch ändern. Dann wird das Gefühl vom Teamweltmeistertitel zurückkehren. Das Schweizer Team wird am Vorabend des Wettkampfes sicher wieder versuchen, diesen starken Teamgeist hinaufzubeschwören. Mit Hilfe der unglaublichen Erinnerungen an letztes Jahr wird dies nicht schwierig werden!

*Quels sont tes souvenirs de la course 2009 à Des Moines?*

J'associe de beaux souvenirs à l'équipe du championnat du monde 2009! Vu que nous n'étions pas dans les favoris, la victoire fut des plus inattendues et donc aussi des plus belles. La raison, pour laquelle nous avons gagné cette compétition d'équipe, est d'après moi étroitement liée à l'esprit d'équipe, qui nous relia à Des Moines: Le samedi les compétitions individuelles eurent lieu, et le dimanche la compétition d'équipe. Nous allâmes tous ensemble manger samedi soir et nous levâmes le verre à notre équipe. Grâce à une bonne cohésion, la somme de l'équipe était plus grande que ce qu'aurait été la somme de quatre athlètes prise dans leur individualité. C'était la raison pour laquelle nous réussîmes à battre les équipes favorites. Au triathlon, la joie et la peine se trouvent non-loin l'une de l'autre. Le sentiment d'équipe était ici très fort.

*Quels sont tes attentes de l'équipe participant au championnat du monde 2010 à Lausanne?*

Les attentes de l'équipe du championnat 2010 se trouvent encore loin pour moi. En tant qu'athlète individuelle, je dispute en ce moment encore beaucoup de compétitions importantes, pour lesquelles je dois bien me préparer et me concentrer. A côté de cela, il reste donc peu de place pour penser à l'équipe du championnat du monde. Cependant, environ une semaine avant la compétition, tout cela va changer. Le sentiment du titre de champion du monde va revenir. L'équipe suisse va certainement essayer le soir d'avant de créer un esprit d'équipe soudé. Avec l'aide de tous les incroyables souvenirs de l'année dernière, cela ne sera pas bien difficile!



### Daniela Ryf

*Was sind deine Erinnerungen an das Rennen 2009 in Des Moines?*

Es war eine Premiere für alle. Ich freute mich besonders darauf, weil für uns jungen Athleten ein Sprint sehr viel Spass macht, Schnelligkeit liegt uns. Zudem war es eine grosse Besonderheit und daher reizvoll, einmal nicht Einzelkämpferin, sondern Teil eines Teams zu sein. Und wir hatten ein tolles Team mit einem guten Team-Spirit. Wir absolvierten zwar alle einen anstrengenden Wettkampf am Vortag, doch wir standen an diesem Sonntag top motiviert am Start. Ich war als Dritte an der Reihe. Ich übernahm von Ruedi Wild an vierter Position und konnte noch auf dem Sprint zum Wasser bereits die amerikanische Athletin überholen. Vorne lagen Australien und Kanada. Meine Arme und Beine fühlten sich ab dem ersten Armzug und schliesslich während dem ganzen Rennen völlig übersäuert an. Dennoch kam ich mit der Kanadierin aus dem Wasser und konnte einen tollen Radsplit hinlegen. Es gelang mir, zur führenden Australierin Emma Snowsill auf zu schliessen. Beim Lauf blieb ich dran und konnte Lukas Salvisberg gleichzeitig mit seinem australischen Konkurrenten Brad Kahlefeldt ins Rennen schicken.

*Was sind deine Erwartungen an die Team-WM 2010 in Lausanne?*

Lausanne ist eine wunderschöne Stadt und das Organisationskomitee steht für hohe Qualität bezüglich Triathlon-Events. Das Ziel muss sicher lauten, vor heimischem Publikum den Titel zu verteidigen. Der Parcours auf dem Rad wird sicher Steigungen haben, das kommt uns Schweizer Athleten sehr entgegen.

*Quels sont tes souvenirs de la course 2009 à Des Moines?*

C'était une première pour tous. Je me réjouissais particulièrement de cette course, car pour nous, jeunes athlètes, les sprints nous plaisent beaucoup, comme d'ailleurs la vitesse en général. En outre, il était unique, et de ce fait fort intéressant, de ne pas être un coureur individuel mais de faire partie d'une équipe. Et, nous étions une équipe formidable avec un bon esprit d'équipe. Malgré l'épreuve pénible du jour d'avant, nous étions fort motivés le dimanche au départ de la course. Durant celle-ci, je me trouvais en troisième position après avoir dépassé Ruedi Wild qui fut relégué en quatrième position. Puis, en sprintant jusque dans l'eau, je dépassai l'athlète américaine. Devant moi se trouvaient alors l'Australie et le Canada. Dès le premier mouvement de crawl, je sentis une raideur dans mes bras et mes jambes, qui dura durant toute la course. Néanmoins, je sortis de l'eau en même temps que la Canadienne et je réussis à prendre le dessus à vélo. Cela me permit de me recoller au peloton de tête avec l'Australienne Emma Snowsill. Durant la course à pied, je gardai ma position et donnai le relais à Lukas Salvisberg qui partit en même temps que son concurrent australien.

*Quels sont tes attentes de l'équipe participant au championnat du monde 2010 à Lausanne?*

Lausanne est une magnifique ville et le comité d'organisation est connu pour sa haute qualité à organiser les événements de Triathlon. Devant le public de chez nous, l'objectif est de défendre le titre. Le parcours à vélo aura sûrement des montées, ce qui conviendra tout à fait à nous, athlètes suisses.



## EVENTS

# QUESTIONS À L'ÉQUIPE CHAMPIONNE DU MONDE 2009



Lukas Salvisberg

*Was sind deine Erinnerungen an das Rennen 2009 in Des Moines?*

An die Teamweltmeisterschaft 2009 in Des Moines habe ich sehr schöne Erinnerungen. Vor dem Wettkampf war ich jedoch aus zwei Gründen sehr angespannt: Erstens war es das erste Mal für uns alle, einen solchen Wettkampf zu bestreiten. Zweitens entstand für mich durch die neue Erfahrung, nicht selber für Erfolg oder Misserfolg verantwortlich zu sein, ein ganz neuer Druck. Mit dem umzugehen, musste ich erst lernen. Entsprechend schwierig war die Vorbereitung für mich. Ich wusste nicht, wie der Wettkampf genau ablaufen würde. Wegen diesen Herausforderungen war dann umso schöner, dass am Ende alles perfekt gelaufen ist und wir den Wettkampf in einem spannenden Sprint gegen Australien für uns entscheiden konnten.

*Was sind deine Erwartungen an die Team-WM 2010 in Lausanne?*

Für die Teamweltmeisterschaft in Lausanne muss es unser Ziel sein, den Titel zu verteidigen. Die Titelverteidigung wird sicher nicht einfach werden, da die Teams aus den anderen Nationen – wie Australien, Kanada oder Deutschland – sicher mit stark besetzten Teams an den Start gehen werden. Chancen zur Verteidigung bestehen für die Schweiz allerdings: Lausanne wird ein Heimrennen, die Unterstützung durch das Publikum darf nicht unterschätzt werden! Ich freue mich auf jeden Fall auf diese populären Wettkämpfe, wo nicht nur die Einzelleistung der Athleten zählt, sondern die Taktik des ganzen Teams entscheidet. Es wird spannend werden, die verschiedenen Teamleistungen und -taktiken zu sehen.

*Quels sont tes souvenirs de la course 2009 à Des Moines?*

J'ai d'excellents souvenirs de l'équipe du championnat du monde 2009 à Des Moines. Avant l'épreuve, j'étais cependant très tendu à cause de deux raisons: Tout d'abord, c'était la première fois pour nous tous, que nous disputions une telle compétition. Deuxièmement, une pression avait surgi car l'expérience était tout à fait nouvelle et que je ne savais pas comment la compétition allait se dérouler. Cela n'était pas lié tant au fait de gagner ou de perdre, mais de se familiariser à la nouvelle situation. C'est pourquoi la préparation fut difficile pour moi. Le défi était d'autant plus grand et donc gratifiant lorsque finalement tout se passa parfaitement bien et que nous réussîmes à remporter la compétition dans un sprint serré contre l'Australie.

*Quels sont tes attentes de l'équipe participant au championnat du monde 2010 à Lausanne?*

Pour l'équipe du championnat du monde à Lausanne, nous nous devons de défendre le titre. Cela ne sera certainement pas simple, étant donné que les autres nations – comme l'Australie, le Canada ou l'Allemagne – se trouveront au départ sûrement avec des équipes fortes. Des chances de défendre le titre existent toutefois pour la Suisse: Lausanne sera une course ayant lieu chez nous et le soutien du public ne doit pas être sous-estimé! Dans tous les cas, je me réjouis de cette compétition populaire, durant laquelle pas seulement la performance individuelle de l'athlète compte, mais la tactique de toute l'équipe est également décisive. De ce fait, il sera captivant de voir les différentes performances et tactiques d'équipe mises en place.



### ITU TRIATHLON TEAM WORLD CHAMPIONSHIPS 2009

- 1 SWITZERLAND Team I
- 2 AUSTRALIA Team I
- 3 CANADA Team I
- 4 USA Team I
- 5 CANADA Team II
- 6 NEW ZEALAND Team I
- 7 RUSSIA Team I
- 8 UKRAINE Team I
- 9 NEW ZEALAND Team II
- 10 JAPAN Team I
- 11 ITALY Team I
- 12 MEXICO Team I
- 13 CANADA Team III
- 14 USA Team II
- 15 MEXICO Team II
- 16 USA Team III



## EVENTS

# ITU CHAMPIONSHIPS LAUSANNE 2010

## ITU Elite Sprint World Championship 21.8.2010, Start Men 09h30, Start Women 11h30



## ITU TEAM WORLD CHAMPIONSHIP 22.8.2010, Start 14h30



## TEAM-SPRINT SOLL OLYMPISCH WERDEN

Die ITU hat eine Kampagne entwickelt, mit dem Ziel, die Mixed Team Staffel in das Programm der Olympischen Sommerspiele 2016 aufzunehmen. Bereits für 2012 war das Interesse für den Mannschaftstriathlon vorhanden, jedoch brauchte es mehr Zeit, um sich zu etablieren. Mit erfolgreicheren Weltmeisterschaften, die Daten produzieren und die Einzigartigkeit dieses Events zeigen sollen, ist die ITU überzeugt, für die nächste Überprüfung des Programms der Olympischen Sommerspiele in einer starken Position zu sein.

Die Vorteile des Mannschaftstriathlons als Olympischer Sport sind folgende:

- Die Athleten können sich sowohl individuell als auch in der Mannschaft bewerben - es erfordert keine zusätzlichen Athleten.
- Der Austragungsort des Triathlons kann mit minimalen zusätzlichen Kosten wiederverwendet werden.
- Das vorgeschlagene Kurzformat ist für das Fernsehen geeignet.
- Das Verhältnis Männer/Frauen von 50:50 ist im Sinne des IOC's.
- Der Event ist sowohl für die Zuschauer vor Ort als auch für das Fernsehpublikum ideal.
- Der Event ist eine Chance, Medaillen auch an Nationen zu vergeben, die in individuellen Sparten nicht unbedingt erfolgreich sein könnten.

Marisol Casado, ITU-Präsidentin und IOC-Mitglied, die an der Spitze der Kampagne für die Aufnahme

des Mannschaftstriathlons ins olympische Programm steht, sagte: «Die Mannschaftsweltmeisterschaften sind entscheidend für das Bestreben der ITU, einen Mannschafts-Event im Olympischen Programm zu haben. Der IOC-Vorstand genehmigte die Mixed-Staffel für die Olympischen Jugend-Spiele und zeigte damit seine Unterstützung dieser Idee. Dies bedeutet einen wichtigen Schritt für das Aufnehmen der Mannschaftsstaffel ins Programm der künftigen Olympischen Spiele.»

Die Mannschafts-Weltmeisterschaften in Lausanne sind ein wichtiger Meilenstein in der Kampagne der ITU. Der Event wird die Idee auf höchstem Niveau veranschaulichen und den Nationen die Möglichkeit geben, für einen Weltmeisterschaftstitel anzutreten. Die Veranstaltung wird gefilmt und weltweit übertragen, um das Profil dieser aufregenden Sportart aufzuwerten.

## LE TEAM-SPRINT SERA OLYMPIQUE

L'ITU a lancé une campagne concertée dans le but d'inclure le relais mixte au programme des Jeux Olympiques de l'été 2016. Le triathlon par équipe avait suscité un intérêt important pour l'année 2012, mais le format était encore très jeune et avait besoin de plus de temps pour se mettre en place. Cependant, avec plus de succès aux Championnats du monde qui produiront un plus grand nombre de données et permettront de démontrer la singularité de l'événement, l'ITU estime d'être en position de force pour le prochain examen du programme des Jeux Olympiques d'été.

Les avantages de l'équipe de triathlon comme sport olympique sont les suivants:

- Les mêmes athlètes peuvent concourir dans les événements individuels et d'équipe, sans nécessité de numéros supplémentaires.
- Le Stade de triathlon peut être réutilisé pour un coût supplémentaire minime.
- Le format court proposé serait parfait en tant que programme télévisé.
- Le ratio de 50:50 entre hommes et femmes est en ligne avec l'objectif du CIO d'équité entre les sexes.
- L'événement est très excitant, autant pour les spectateurs sur place que pour l'audience de télévision.
- L'événement représente une chance pour la distribution de médailles à des nations qui ne pourraient pas nécessairement gagner les épreuves individuelles.

Marisol Casado, présidente de l'ITU et membre du CIO qui dirige la cam-

pagne pour l'inclusion de l'équipe de triathlon précise, «Les championnats du monde par équipe sont essentiels dans la quête de l'ITU d'avoir une épreuve par équipe au programme olympique. La commission exécutive du CIO a approuvé le relais mixte pour les Jeux Olympiques de la Jeunesse, exprimant ainsi son soutien du concept. Cette acceptation représente également un pas important pour l'inclusion du relais par équipe dans les prochains Jeux Olympiques»

Le championnat par équipes à Lausanne est une étape très importante dans la campagne de l'ITU. L'événement fera la démonstration du concept à son plus haut niveau et offrira aux nations la possibilité de concourir pour un championnat mondial. L'événement sera filmé et diffusé au niveau mondial afin d'accroître la visibilité de ce sport passionnant.



## NACHWUCHS/RELEVÉ

# Ce sport est devenu une passion qui ne me lâche plus



Markus Steinhauser

**Auf diesen Satz stösst man beim Lesen des Blogs von Valentin Fridelance, einem Nachwuchstriathleten aus dem Raum Lausanne. Er spricht von seiner grossen Leidenschaft, dem Triathlon. Motivation pur. Doch wer ist Valentin? Wird er bald auch auf internationaler Ebene zu sehen sein?**

Geboren am 30. September 1991 kommt Valentin aus einem kleinen Ort namens Saint-Barthélemy, wenige Kilometer nördlich von Lausanne. Bereits von Kindesbeinen an interessiert er sich für den Sport und beginnt im Alter von zehn Jahren, Leichtathletik zu betreiben. Seinen ersten Triathlon bestreitet Valentin in Lausanne im Jahr 2003 und seitdem lasse ihn dieser Sport nicht mehr los, wie er berichtet. So entschliesst er sich auch, zusammen mit einigen Freunden der im gleichen Jahr ins Leben gerufenen Jugendabteilung des Russteam Ecublens beizutreten. Dort beginnt der Nachwuchsatlet neben der Leichtathletik mit dem Schwimmen und konzentriert sich seit nunmehr vier Jahren ausschliesslich auf den Triathlon. Seine Problem-disziplin sei jedoch – möglicher Weise durch diesen verspäteten Einstieg – das Schwimmen. Daher wolle er in Zukunft auch im Wasser an seine Stärken, das Laufen, anknüpfen.

Im Mai dieses Jahres gewann Valentin beim Intervall Duathlon Zofingen seinen ersten nationalen Titel und wurde Schweizer Meister bei den Junioren. Nach einigen Titeln an den Team-Meisterschaften im Triathlon und Duathlon in den vergangenen Jahren konnte er sich damit auch als Einzelsportler beweisen. Dabei bedankt er sich vor allem bei seinem Verein und den darin engagierten Eltern, ohne die solche Ergebnisse gar nicht möglich gewesen seien. Ein gutes Beispiel hierfür ist Valentins Vater, der bis zum letzten Jahr auch gleichzeitig sein Trainer war.

Momentan noch im Swiss Triathlon Nachwuchskader, erhofft sich der junge Romand anschliessend in das U23-Team aufgenommen zu werden. So will er dann später den Sprung zu den Profis schaffen. Damit verbunden sind auch Valentins sportliche Ziele. Nach einer angestrebten Qualifikation für die Triathlon Europameisterschaften in diesem Jahr, seien die Olympischen Spiele 2016 in Rio de Janeiro sein grosser Traum. Aber auch an eine Teilnahme beim Ironman, dem härtesten Triathlon der Welt, denkt er bereits. Bis dahin ist es jedoch noch ein weiter Weg, welcher neben der bereits vorhandenen Motivation vor allem viel Ausdauer und Training erfordert.

### Die Rushkids – Triathlonsport im familiären Umfeld

Im Jahr 1997 wurde der Multiportsportverein Russteam Ecublens von Stéphane Ruchti und einigen seiner Kollegen ins Leben gerufen. Neben Sportarten wie Schwimmen und Radfahren als Einzeldisziplin liegt der Fokus des Clubs vor allem beim Triathlon. «Rush» kommt dabei aus dem Englischen und bedeutet soviel wie «Ansturm» oder «Eiltempo», wodurch ein Triathlonsteam mehr als zutreffend beschrieben wird. Zusätzlich handelt es sich dabei um eine Anspielung auf den ähnlich klingenden Namen des Gründers Ruchti. Sowohl die Erhöhung der Triathlonpräsenz in der Region Lausanne, als auch den Menschen

dort eine Möglichkeit zu geben, diesen Sport auszuüben, war die Motivation für die Gründung des Clubs. Nachdem es zu Beginn lediglich ein Erwachsenen-Team gab, wurde das Russteam im Jahr 2003 schliesslich um die Jugendabteilung Rushkids erweitert.

Verantwortlich für den Nachwuchsbereich ist Pierre-André Besse, der in diesem Jahr etwa 25 junge Athleten und Athletinnen unter sich hat. Bezeichnend ist hierbei, dass auch er durch seine Kinder zu diesem Sport gefunden hat. Als im Jahr 1999 der erste Triathlon in Prévenges bei Lausanne stattfand, wollten seine Tochter sowie seine beiden Söhne unbedingt teilnehmen. Besse hat sich vom Interesse seiner Sprösslinge mittragen lassen und sich auch weiterhin engagiert, wodurch er schliesslich zum Russteam kam. Vor allem seine langjährige Erfahrung im Wasserball war dabei sehr willkommen, denn die meisten Mitglieder des Clubs kommen aus der Leichtathletik und haben nur wenig Erfahrung im Schwimmen.

Dabei betont Besse den familiären Charakter des Teams, der sich seit der Gründung als dessen Stärke erwiesen hat. Obwohl er als Verantwortlicher mehr im Vordergrund stehe, seien es vor allem die Eltern, welche die Jugendabteilung am Laufen halten. So übernehmen sie nicht nur das Training der Kinder und begleiten sie ins Trainingslager, sondern es werden auch private Kontakte für die Sponsorsuche genutzt. Trotz der grossen Motivation aller Mitglieder sieht man sich neben den finanziellen Herausforderungen auch mit organisatorischen Problemen konfrontiert. Beispielsweise limitiert bereits die Grösse des Schwimmbeckens die Anzahl der Mitglieder auf etwa 25. Auf der anderen Seite könnte ein grösserer Kader aber auch den familiären Charakter des Teams beeinflussen. Trainiert wird bei den Rushkids demnach nicht nach Altersklasse, sondern es müssen alle zusammen schwitzen. Dadurch entstehen natürlich auch Schwierigkeiten, denn es muss auf die unterschiedlichen Ansprüche und Leistungsmöglichkeiten der Jugendlichen eingegan-

gen werden. Wichtig ist hierbei, dass die Übergänge zu den erwachsenen Athleten flüssend gestaltet werden. Bei Bedarf kann jeder ambitionierte Nachwuchssportler auch bei den Grossen mittrainieren.

Neben dem Familienfaktor ist die Philosophie bei den Rushkids vor allem auf Spass ausgelegt. Weit vom Ziel entfernt, sich ausschliesslich auf den Profisport zu konzentrieren, geht es vielmehr um die Freude am Sport selbst. Nur wer Spass daran hat, bleibt auch dabei und kann Erfolge erzielen. Schliesslich sei die Ju-

Mélangeant trois disciplines que j'apprécie énormément, le triathlon me permet d'enchaîner des entraînements très variés où plaisir et sérieux sont de mise.

gend enorm wichtig für die Zukunft des Clubs, fügt Besse an. Aus den heutigen Nachwuchsatleten sollen später einmal tragende Persönlichkeiten des Clubs werden, denn nur so könne dessen Zukunft gesichert werden. Auch die Tatsache, dass der Triathlon bei weitem nicht zu den Breitensportarten zählt, spielt hierbei eine grosse Rolle. Langfristig lasse sich dies eben nur durch eine gute Jugendarbeit ändern. Deshalb zeigt die Tatsache, dass neben Valentin Fridelance fünf weitere Mitglieder der Rushkids zum nationalen Nachwuchskader zählen, dass sich diese auf Spass basierende Trainingsphilosophie letztendlich auszahlt.

Markus Steinhauser

**Cette phrase, on peut la lire dans le blog tenu par Valentin Fridelance, jeune triathlète de la région lausannoise qui fait déjà figure de relève prometteuse dans sa discipline. Dans son blog, il nous parle de sa passion pour le triathlon. Et le jeune sportif est motivé! Mais qui est Valentin? Apparaîtra-t-il bientôt sur le devant de la scène sportive mondiale?**

Né le 30 septembre 1991, Valentin vient d'un petit village de Saint-Barthélemy situé quelques kilomètres au nord de Lausanne. Très jeune déjà il s'intéresse au sport et commence par pratiquer l'athlétisme dès l'âge de dix ans. C'est en 2003 qu'il participe à son premier triathlon à Lausanne. Depuis, et comme il le dit lui-même, ce sport ne le lâche plus. Avec quelques copains, il décide donc de rejoindre le Russteam Ecublens. C'est dans ce club sportif axé sur le triathlon que le jeune athlète commence la natation. Dès lors, il se concentre pendant 4 années exclusivement sur le triathlon. Son point

D'ailleurs, jusqu'à l'an passé, le père de Valentin était aussi son entraîneur! Actuellement, le jeune romand fait partie du cadre national relève et il espère rejoindre bientôt l'équipe suisse U23 et faire ainsi un pas dans le monde des pros. Les objectifs sportifs de Valentin reposent là-dessus. Il tentera de se qualifier cette année pour les Championnats d'Europe individuels de triathlon et rêve de participer aux Jeux Olympiques de Rio de Janeiro en 2016.

Il songe aussi déjà à une possible participation à l'Ironman, le triathlon le plus difficile au monde. Mais il reste beaucoup de chemin à parcourir d'ici là. La motivation sera nécessaire mais ne suffira pas: il faudra beaucoup de travail et de persévérance. (Markus Steinhauser)

### Les Rushkids – Le triathlon dans une ambiance familiale

C'est en 1997 que Stéphane Ruchti créa, aidé par quelques copains, le Russteam Ecublens, un club multisport. En effet, à côté des disciplines comme la natation ou le cyclisme, la vision du club est surtout axée sur le triathlon. En anglais, «Rush» veut dire «assaut» ou «ruée» ce qui est particulièrement désigné pour une équipe de triathlètes. Mais c'est aussi un clin d'œil au fondateur du club dont le nom est Ruchti! Au départ, c'est aussi bien la volonté d'affirmer la présence du triathlon comme sport dans la région lausannoise que l'envie de permettre aux personnes de pratiquer ce sport qui a motivé la création du club. Au début il n'y avait pas d'équipe Junior mais cela a changé en 2003 avec la création de la section jeune: les Rushkids.

Pierre-André Besse est responsable du pôle espoir. Il entraîne 25 athlètes. Anecdote révélatrice de l'état d'esprit de ce club, c'est grâce ses enfants qu'il a découvert le triathlon. Lorsqu'en 1999 se tient le premier triathlon de Prévenges, tout près de Lausanne, ses deux fils et sa fille veulent absolument y participer. Pierre-André Besse se laisse entraîner par ses enfants et fini

par s'engager activement dans le club. C'est ainsi qu'il décide de rejoindre la Russteam. L'expérience tirée de ses années de pratique du water-polo, et donc de la natation, s'est très vite révélée utile dans ce club dont la majorité des adhérents viennent à l'époque du monde de l'athlétisme.

L'exemple de Pierre-André Besse illustre le caractère familial d'une équipe qui a trouvé là une force supplémentaire. Et même s'il occupe aujourd'hui le premier plan, c'est l'engagement de tous les parents qui permet de faire tourner l'équipe des jeunes. Les parents se chargent non seulement des entraînements mais accompagnent également les jeunes en stage ou bien participent à la recherche de sponsors. En dépit de l'engagement de tous les membres du club, il y a aussi parfois des problèmes logistiques à régler. La piscine ne peut par exemple accueillir que 25 membres. Cela limite donc leur nombre. D'un autre côté, un plus grand nombre nuirait au caractère familial. Chez les Rushkids, l'entraînement réunit tous les jeunes en même temps, sans distinction d'âge. Tous transpirent en même temps. Cela entraîne bien sûr quelques difficultés, notamment celle de jongler avec les différences liées aux besoins des jeunes car tous n'ont pas les mêmes capacités ou les mêmes attentes. Il est important de bien préparer la transition avec le groupe des adultes. Un jeune particulièrement prometteur peut s'entraîner avec les adultes s'il le souhaite.

A côté du facteur familial, le plaisir est un élément important chez les Rushkids. Il s'agit avant tout de prendre plaisir en faisant du sport. Le but n'est pas de préparer des futurs sportifs professionnels. Ceux qui prennent du plaisir et s'amuse en faisant du sport sont aussi plus à même d'atteindre de grands objectifs. Les jeunes sont l'avenir de ce club ajoute Pierre-André Besse. Les jeunes d'aujourd'hui seront plus tard les moteurs du club et c'est uniquement comme cela que l'on peut assurer un avenir à la Russteam. Enfin le triathlon n'est pas pour l'instant un sport très pratiqué mais cela peu changer, entre autres grâce au travail sur le long terme avec les jeunes. Valentin Fridelance fait partie du cadre national relève. A côté de lui, ce ne sont pas moins de cinq autres membres des Rushkids qui en font aussi partie. Cela prouve qu'un entraînement basé sur le plaisir et l'envie de faire du sport porte ses fruits avec le temps.



## INFOBOX

### Valentins Blog:

fridelance-valentin-triathlon-duathlon.over-blog.com

Russteam Ecublens:  
www.russteam.ch



# WER TRIATHLONSHOP SAGT, MEINT TEMPO-SPORT

TEMPO SPORT 20 years  
Speed and Emotions

Als offizieller Shop von Swiss Triathlon bietet Tempo-Sport in Thalwil auf über 500 m<sup>2</sup> die grösste Auswahl und kompetenteste Beratung in allen drei Triathlon Disziplinen. Zahlreiche Seminare, Neopren-Testschwimmen, Velotreffe, Leistungstests, Lauf-/Sitzpositionsanalysen, Trainingsberatung und vieles mehr machen Tempo-Sport zum ersten und einzigen Kompetenzzentrum für Triathlon in der Schweiz.

Tempo-Sport hat sich zum führenden Triathlongeschäft und einzigartigem Kompetenzzentrum in der Schweiz entwickelt. Nirgendwo anders findet ihr eine derart grosse Produktauswahl für alle drei Disziplinen kombiniert mit einem umfassenden Dienstleistungsangebot. Bei uns beraten euch aktive Triathleten, Läufer und Velofahrer. Triathlon ist unsere Passion.

## Grösste Produktauswahl der Schweiz

Wir richten unser Angebot nach euren Bedürfnissen aus, und es gibt bei uns einfach alles, was ein Triathlet braucht. Wir sind stolz, dass wir euch als grösster Cervélo-Händler der Schweiz mit grossem Know-how unterstützen können. Mit Cannondale verbindet uns eine lange Tradition, und wir gehören ebenfalls zu den grössten Händlern der Schweiz.

## Nicht nur Spitzenathleten vertrauen auf Tempo-Sport

Viele einheimische und internationale Spitzenathleten sind bei Tempo-Sport Kunden. Unter anderem vertraut auch Ironmanchampion Ronnie Schildknecht auf Tempo-Sport. Auch unser Triathlonsteam mit über 40 Athletinnen und Athleten nutzt unser Know-how. Aber ebenso wichtig sind uns alle anderen Kunden, darunter auch sehr viele Einsteiger und Genussathleten. Bei uns gibts neben dem richtigen Equipment auch

## «Triathlon ist unser Leben» – Der Geschäftsführer von Tempo-Sport, Marcel Kamm, steht Red und Antwort.

**Marcel, für was steht Tempo-Sport?**  
Tempo-Sport ist mehr als nur ein Sportgeschäft. 1990 als Bikeshop gegründet, sind wir vor fünf Jahren umgezogen und haben unsere Passion, den Triathlon, auf über 500 m<sup>2</sup> umgesetzt. Seither haben wir uns als grösstes und in dieser Art einziges Triathlonfachgeschäft der Schweiz etabliert.

## Ihr bietet also alles für den Triathleten?

Ja. Weil wir selber aktive Triathleten sind, wissen wir auch, was gefragt ist. Wir führen in allen Disziplinen die führenden Produkte. Wir setzen kompromisslos auf Qualität. Wir sind ein Kompetenzzentrum für Triathlon: Neben dem Angebot im Geschäft

viele Tipps und Tricks rund um den Triathlon.

## Dienstleistungen für Triathleten

Beratung heisst bei uns: Laufschuhe erhält ihr bei uns nach einer Fuss- und Ganganalyse. Bei einem Velokauf nehmen wir uns viel Zeit, um mit euch eure individuellen Wünsche umzusetzen. Jedes bei uns neu gekaufte Velo passen wir mit einer Sitzpositionsanalyse perfekt auf euch an. Leistungstests, Trainingsberatung und unsere diversen Seminare gehören ebenfalls zum umfassenden Angebot von und für Triathleten.

## Grösster Triathlon-Shop der Schweiz online

Vollkommen neu aufgesetzt haben wir den Internet-Shop: Über [www.triathlonshop.ch](http://www.triathlonshop.ch) gelangt ihr auf den grössten Triathlon-Online-Shop der Schweiz.

Der Swiss Triathlon Shop von Tempo-Sport liegt im Zentrum von Thalwil. Öffnungszeiten: an Werktagen von 09.00 Uhr (Montag von 11.00 Uhr) bis 18.30 Uhr und am Samstag bis 16.00 Uhr durchgehend geöffnet.

Tempo-Sport/Swiss Triathlon Shop  
Gotthardstr. 12  
8800 Thalwil  
Tel.: 044 222 12 12  
[www.swisstriathlonshop.ch](http://www.swisstriathlonshop.ch)  
[www.tempo-sport.ch](http://www.tempo-sport.ch)

bieten wir unzählige Dienstleistungen rund um den Triathlon: Seminare, Sitzpositionsanalysen, Coaching, Leistungstests, Neotests, Rennvelotreffe und vieles mehr.

## Was ist neu?

Neben dem vollkommen neu aufgesetzten Online-Shop haben wir auch im Geschäft in Thalwil das Sortiment erweitert. In Zusammenarbeit mit Asics haben wir den gesamten Laufsportbereich neu gestaltet und ausgebaut. Wir bieten dort diverse Laufsportmarken und entsprechende Produkte für Läufer und Triathleten.

## Führende Marken: Das findet ihr 2010 bei Tempo-Sport

**Laufschuhe** von Asics, New Balance, Saucony, Mizuno, ON, Zoot, Nike  
**Triathlonbekleidung** von Cocoon, 2XU, Pearl Izumi, Sailfish, Craft  
**Neopren** von Sailfish Wetsuits, BlueSeventy und Ironman by Aqua Sphere  
**Laufbekleidung** von Cocoon, Pearl Izumi, Odlo, Craft, Gore, Nike, Asics  
**Tri- und Rennvelos** von Cannondale, Cervélo, Kuota und Price  
**Mountainbikes** von Cannondale, Saile und Price  
Und zudem viel, viel Zubehör

## Neopren-Testtour, Seminare, Leistungstests

Auch dieses Jahr gehen wir auf eine grosse Neopren-Testtour mit insgesamt zehn Terminen. Zahlreiche Schwimm-, Lauf- und Triathlonseminare sowie Leistungstests und Trainingsberatung sind im Angebot. Weitere Informationen unter: [www.tempo-sport.ch](http://www.tempo-sport.ch)

## Vorteile für Mitglieder von Swiss Triathlon

Wer eine gültige Lizenz vorweist, erhält beim Swiss Triathlon Shop von Tempo-Sport auf das gesamte Sortiment 13% Rabatt. Swiss Triathlon erhält auf den mit den Mitgliedern erzielten Umsatz eine Abgabe. Mit jedem Einkauf von euch profitiert also auch der Triathlon-nachwuchs.

Boutique officielle de Swiss Triathlon, le magasin Tempo-Sport de Thalwil (ZH) propose, sur plus de 500 m<sup>2</sup>, le plus grand choix et des conseils très pointus dans les trois disciplines du triathlon. De nombreux séminaires, des séances de tests avec les néoprènes, des rencontres à vélo, des tests de performances, des analyses de course et de position assise, des conseils d'entraînement et bien d'autres choses font de Tempo-Sport le premier et unique centre de compétence en Suisse pour le triathlon.

Tempo-Sport est devenu le magasin leader pour le triathlon et le seul centre de compétence du genre en Suisse. Nulle part ailleurs vous ne trouverez un tel choix de produits pour les trois disciplines et un tel éventail de prestations. Chez nous, vous êtes conseillé par des triathlètes, des coureurs et des cyclistes aguerris. Le triathlon, c'est notre passion.

## Le plus grand choix de produits en Suisse

Nous adaptons notre assortiment à vos exigences et proposons tout ce dont un triathlète a besoin. Plus grand revendeur Cervélo de Suisse, nous sommes fiers de pouvoir vous assister avec tout notre savoir-faire. Une longue tradition nous unit à Cannondale, dont nous sommes également l'un des principaux revendeurs en Suisse.

## Les grands athlètes ne sont pas les seuls à miser sur Tempo-Sport

Tempo-Sport compte de nombreux athlètes de haut niveau, suisses et internationaux, parmi ses clients. Parmi ceux qui ont décidé de faire confiance au savoir-faire de Tempo-Sport, citons Ronnie Schildknecht, vainqueur de l'Ironman, ou encore notre équipe de triathlon composée de plus de 40 athlètes. Mais nous accordons la même attention à tous les clients, débutants et amateurs. Outre le bon équipement, nous offrons

## «Le triathlon, c'est notre vie» – Entretien avec le directeur de Tempo-Sport, Marcel Kamm.

### Marcel, comment décrire Tempo-Sport?

Tempo-Sport est bien plus qu'un simple magasin de sport. Ce qui a commencé comme une boutique de vélo en 1990 est devenu, suite à notre déménagement il y a 5 ans, un concept dédié à notre passion, le triathlon, sur plus de 500 m<sup>2</sup>. Depuis, nous sommes devenus le plus grand spécialiste de triathlon de Suisse – et le seul du genre.

### Vous êtes donc le «paradis» des triathlètes?

Oui. Etant nous-mêmes des triathlètes, nous savons ce qui est demandé. Nous avons en rayon les produits phare de chaque discipline et privilégions tou-

également de nombreux conseils et astuces sur le thème du triathlon.

## Prestations aux triathlètes

Voici notre conception du conseil: pour trouver les bonnes chaussures de course, nous procédons d'abord à une analyse du pied et du mouvement. Et lors de l'achat d'un vélo, nous prenons le temps de comprendre vos attentes. Tout vélo neuf acheté chez nous est adapté aux besoins du client après une analyse de la position assise. Chez nous, les tests de performances, les conseils d'entraînement et les divers séminaires sont prodigués par des triathlètes, pour les triathlètes.

## La plus grande boutique en ligne de triathlon en Suisse

Nous avons entièrement repensé notre boutique en ligne. Rendez-vous sur [www.triathlonshop.ch](http://www.triathlonshop.ch) pour découvrir l'assortiment de la plus grande boutique en ligne de triathlon en Suisse.

L'espace Swiss Triathlon de Tempo-Sport est situé au centre-ville de Thalwil. Heures d'ouverture: les jours ouvrables, de 9 h (le lundi, de 11 h) à 18 h 30 et, le samedi, en continu jusqu'à 16 h.

Tempo-Sport/Swiss Triathlon Shop  
Gotthardstr. 12  
8800 Thalwil  
Tél. 044 222 12 12  
[www.swisstriathlonshop.ch](http://www.swisstriathlonshop.ch)  
[www.tempo-sport.ch](http://www.tempo-sport.ch)

jours la qualité. Nous sommes un centre de compétence pour le triathlon. En plus de notre assortiment, nous proposons un grand nombre de prestations: séminaires, analyses de la position assise, coaching, tests de performances, tests de néoprènes, rencontres à vélo de course et bien d'autres choses.

## Quelles nouveautés?

Outre notre toute nouvelle boutique en ligne, nous avons également élargi l'assortiment du magasin de Thalwil. En collaboration avec Asics, nous avons repensé et transformé tout l'espace réservé à la course. Nous y proposons diverses marques et les produits correspondants pour les coureurs et les triathlètes.

## Grandes marques: l'offre 2010 chez Tempo-Sport

**Chaussures de course:** Asics, New Balance, Saucony, Mizuno, ON, Zoot, Nike  
**Tenues de triathlon:** Cocoon, 2XU, Pearl Izumi, Sailfish, Craft  
**Combinaisons néoprènes:** Sailfish Wetsuits, BlueSeventy, Ironman by Aqua Sphere  
**Tenues de course:** Cocoon, Pearl Izumi, Odlo, Craft, Gore, Nike, Asics  
**Vélos de triathlon/course:** Cervélo, Cannondale, Kuota, Price  
VTT: Cannondale, Saile, Price  
Et un large choix d'accessoires.

## Tournée de tests avec des combinaisons néoprènes, séminaires, tests de performances

Cette année encore, nous organisons une tournée de dix dates pour tester les combinaisons néoprènes. Notre offre comprend de nombreux séminaires de natation, de course et de triathlon, ainsi que des tests de performances et des conseils d'entraînement. Informations complémentaires sur Internet, sous [www.tempo-sport.ch](http://www.tempo-sport.ch)

## Avantages pour les membres de Swiss Triathlon

Sur présentation d'une licence valide, vous bénéficiez d'un rabais de 13% sur l'ensemble de l'assortiment proposé dans l'espace Swiss Triathlon de Tempo-Sport. Une contribution basée sur le chiffre d'affaires réalisé grâce aux membres sera reversée à Swiss Triathlon. Par votre achat, vous soutenez ainsi la relève du triathlon.





# Ein Projekt für den Schweizer Sport Un projet pour le sport suisse

**630 000** Freiwillige und Ehrenamtliche bilden das Fundament des Schweizer Sports. Sie schenken dem Sport jedes Jahr über **75 Millionen** Arbeitsstunden. Würde man diese Arbeit mit **40 Franken pro Stunde** entschädigen, käme man auf ein Volumen von über drei Milliarden Franken jährlich. **Swiss Olympic Volunteer powered by erdgas** kanalisiert und koordiniert diese enorme Volunteer-Energie im Schweizer Sport und bietet den Volunteers zusätzliche Anerkennung und Wertschätzung.

**Eine Bedingung, viele Vorteile**  
Swiss Olympic Volunteer steht allen Personen offen, die sich ehrenamtlich im Schweizer Sport engagieren. Einzige Bedingung, um sich bei Swiss Olympic Volunteer zu registrieren, ist das Einverständnis mit den sieben Prinzipien der Ethik-Charta ([www.swissolympic.ch/spiritofsport](http://www.swissolympic.ch/spiritofsport)) und damit das Bekenntnis zu einem gesunden, respektvollen und fairen Sport. Jeder Volunteer verfügt über ein passwortgeschütztes Profil, das er selbst bearbeiten kann. Dem Datenschutz wird dabei höchste Priorität eingeräumt.

Im Gegenzug kann ein Volunteer:  
– sich direkt als Volunteer für Sportveranstaltungen und bei Sportvereinen anmelden  
– alle Einsatzpläne seiner Sportevents und Sportvereine auf einen Blick einsehen  
– Volunteer-Points sammeln und sie im Volunteer-Shop (siehe unten) einlösen  
– Kontakte mit Gleichgesinnten knüpfen und ein starkes Netzwerk aufbauen

**Einfachere Suche nach Volunteers**  
Verbände, Vereine und Veranstalter profitieren von einer Teilnahme an der Bewegung, indem die Suche nach Volunteers massiv vereinfacht wird: Eine grosse Anzahl von qualifizierten, erfahrenen und motivierten ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern

kann direkt angeschrieben werden. Zudem können Volunteers für ihren Einsatz mit der Vergabe von Volunteer-Points belohnt werden. Veranstalter haben die Möglichkeit, mit der zur Verfügung gestellten Software ihren gesamten Helferstamm, die Aufgaben sowie die Einsätze ihrer Volunteers zu koordinieren. Vereinen bietet die Software eine webbasierte Mitglieder-Adressverwaltung. Swiss Olympic Volunteer steht allen Sportverbänden, -vereinen und -veranstaltern offen, deren Sportart oder Disziplin einem Mitgliedverband von Swiss Olympic unterstellt ist. Bei anderen Sportarten sind individuelle Abklärungen nötig. Die Geschäftsstelle von Swiss Olympic Volunteer entscheidet, wer Swiss Olympic Volunteer nutzen kann. Voraussetzung ist auch hier das Einverständnis mit den sieben Prinzipien der Ethik-Charta ([www.swissolympic.ch/spiritofsport](http://www.swissolympic.ch/spiritofsport)), den fünf Commitments von «cool and clean» und den Anliegen von Ecosport.ch.

**Ein bewährtes Konzept**  
Swiss Olympic Volunteer baut auf der webbasierten Software HERA auf, die schon an mehreren grossen Schweizer Sportveranstaltungen (beispielsweise Host Cities UEFA EURO 2008, 2009 IIHF World Championship, Ironman Switzerland, Beach World Tour Grand Slam Gstaad, Gigathlon) erfolgreich eingesetzt wurde oder wird. Swiss Olympic Volunteer kann so bereits auf rund 10'000 registrierte Volunteers zurückgreifen. HERA spart Kos-

ten und personelle Ressourcen, weil die Software die Administration und Einsatzplanung der Volunteers vereinfacht oder Vereinen beispielsweise die Planung von Trainingseinheiten und Trainereinsätzen erleichtert. Verbände, Vereine und Sportveranstalter, die Swiss Olympic angeschlossen sind, können HERA zu sehr günstigen Konditionen nutzen, wobei sich der Solidaritätsbeitrag nach dem Budget der jeweiligen Veranstaltung bzw. des jeweiligen Vereins oder Verband richtet.

**Ein attraktiver Shop**  
Für jeden Einsatz erhält ein Volunteer eine bestimmte Anzahl Volunteer Points. Im Volunteer-Online-Shop können mit diesen Punkten ab April 2010 aus einem breiten Angebot Sach- und Dienstleistungen bezogen werden.

**Eine Ergänzung, keine Konkurrenz**  
Die Bewegung Swiss Olympic Volunteer sieht sich in keiner Weise als Konkurrenz zu bestehenden lokalen, regionalen oder kantonalen Programmen und Zertifikaten, welche die ehrenamtliche Arbeit unterstützen und fördern. Vielmehr stellt diese Bewegung eine Ergänzung der bereits bestehenden Aktivitäten dar.

**Zwei starke Partner**  
Swiss Olympic Volunteer wird von Swiss Olympic ([www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)) und erdgas ([www.erdgas.ch](http://www.erdgas.ch)) getragen.

**630 000 volontaires et bénévoles constituent le fondement du sport suisse. Ils lui font chaque année cadeau de plus de 75 millions d'heures de travail. Si on dédommageait leurs efforts à raison de CHF 40.- de l'heure, on dépenserait plus de trois milliards de francs par année. Parrainé par Gaz naturel, le mouvement «Swiss Olympic Volunteer» canalise et coordonne cette énergie bénévole colossale investie dans le sport suisse, et offre aux bénévoles une reconnaissance et une estime accrues. Le mouvement sera lancé le 1<sup>er</sup> janvier 2010.**

**Une seule condition pour de nombreux avantages**  
«Swiss Olympic Volunteer» s'adresse à toutes les personnes qui s'engagent bénévolement pour le sport suisse. La seule condition préalable à l'inscription est l'approbation des sept principes de la Charte d'éthique ([www.swissolympic.ch/fr/spiritof-sport](http://www.swissolympic.ch/fr/spiritof-sport)) et, partant, l'engagement en faveur d'un sport sain, respectueux et loyal. Chaque bénévole dispose d'un profil, protégé par un mot de passe qu'il peut déterminer lui-même. La protection des données est une priorité absolue.

En échange de son engagement, un bénévole peut:  
– s'inscrire directement comme bénévole pour des manifestations sportives et auprès de clubs sportifs;  
– consulter d'un seul coup d'oeil tous les plans d'engagement de ses événements sportifs et de ses clubs sportifs;  
– collectionner des points «Volunteer» et les faire valoir dans la boutique «Volunteer» (voir ci-dessous);  
– nouer des contacts avec des pairs et se constituer un réseau solide.

Une recherche de bénévoles simplifiée  
Les fédérations, les clubs et les organisateurs ont également un intérêt à par-

ticiper au mouvement, qui leur permet de profiter d'une recherche de bénévoles fortement simplifiée: ils peuvent prendre directement contact avec un grand nombre d'auxiliaires bénévoles qualifiés, expérimentés et motivés. En outre, les bénévoles peuvent être récompensés pour leur engagement via l'attribution de points «Volunteer». Grâce au logiciel mis à leur disposition, les organisateurs ont la possibilité de coordonner l'ensemble de l'effectif de leurs auxiliaires, ainsi que les tâches et les interventions de leurs bénévoles. Quant aux clubs, ce logiciel leur permet d'administrer les adresses de leurs membres en ligne. «Swiss Olympic Volunteer» s'adresse à toutes les fédérations sportives, à tous les clubs sportifs et aux organisateurs de manifestations sportives dont la spécialité ou la discipline dépend d'une fédération membre de Swiss Olympic. Pour les autres spécialités sportives, des accords au cas par cas doivent être conclus. Il incombe au secrétariat de «Swiss Olympic Volunteer» de décider qui peut utiliser les services du mouvement. Dans ce cas également, une promesse de respect des sept principes de la Charte d'éthique ([www.swissolympic.ch/fr/spiritofsport](http://www.swissolympic.ch/fr/spiritofsport)), des cinq engagements de «cool and clean»

et des intérêts d'ecosport.ch est obligatoire.

**Un concept qui a fait ses preuves**  
«Swiss Olympic Volunteer» se base sur le logiciel en ligne HERA, qui a déjà été ou est utilisé avec succès lors de plusieurs grands rendez-vous sportifs suisses (par exemple dans les villes hôtes de l'UEFA EURO 2008, lors des Championnats du monde IIHF 2009, lors de l'Ironman en Suisse, lors du Beach World Tour Grand Slam de Gstaad et lors du Gigathlon). «Swiss Olympic Volunteer» peut ainsi déjà compter sur la participation de quelque 10 000 bénévoles enregistrés. Le logiciel HERA permet d'économiser des coûts et des ressources humaines, car il simplifie la gestion des bénévoles et la planification de leurs interventions ou permet par exemple aux clubs de planifier plus facilement les unités d'entraînement et les interventions des entraîneurs. Les fédérations, les clubs et les organisateurs de manifestations sportives affiliés à Swiss Olympic ont la possibilité d'utiliser HERA à des conditions très avantageuses, étant donné que la contribution de solidarité est proportionnelle au budget de la manifestation ou du club/de la fédération concerné(e).

Ton engagement fait bouger le sport.

---

Les auxiliaires bénévoles sont enfin remerciés:  
**swissvolunteer.ch**



Le prochain événement sportif t'attend déjà :  
inscris-toi maintenant sur [swissvolunteer.ch](http://swissvolunteer.ch)





Dein Einsatz bewegt den Sport.

---

Endlich erhalten auch die freiwilligen Helfer etwas zurück: **swissvolunteer.ch**



Der nächste Sportevent wartet schon auf Dich.  
Jetzt anmelden auf [swissvolunteer.ch](http://swissvolunteer.ch)



**Une boutique attrayante**  
Pour chaque intervention, les bénévoles récoltent un certain nombre de points «Volunteer». Dans la boutique en ligne «Volunteer», ils pourront échanger ces points contre une vaste palette de prestations matérielles et de prestations de services à compter du mois d'avril 2010.

**Une offre complémentaire, pas concurrentielle**  
Le mouvement «Swiss Olympic Volunteer» ne se considère aucunement comme un concurrent vis-à-vis des programmes et des certificats locaux, régionaux et cantonaux qui soutiennent et encouragent le bénévolat. Ce mouvement vient bien plutôt compléter les services existants.

**Deux partenaires solides**  
«Swiss Olympic Volunteer» est soutenu par Swiss Olympic ([www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)) et Gaz naturel ([www.gaz-naturel.ch](http://www.gaz-naturel.ch)).



# XTERRA COMES TO

Text/Interview: Marco Lorenzetti Bild: X-Terra Switzerland (ZVG)

**X-TERRA Switzerland findet in diesem Jahr zum ersten Mal in der Schweiz statt. Mittendrin ist Eric Häfelin, seit 20 Jahren Aussendienstmitarbeiter von ASICS, mehrfacher Ironmanfinisher und Outdoorfreak. Der Vater von zwei erwachsenen Kindern lebt in Genf und ist bei der ersten Austragung für die Technik zuständig.**

**Wie ist die Idee entstanden, ein X-Terra Switzerland durchzuführen?**  
Wir sind fünf Freunde, die sich dem Outdoorsport verschrieben haben. Gemeinsam und mit Leidenschaft etwas aufzubauen und anderen Menschen eine Freude dabei zu machen war stets unser Wunsch. Nun sind wir auf dem richtigen Weg dazu, diesen Traum zu verwirklichen, doch gibt es noch Einiges zu tun.

**Mit wie vielen Outdoorbegeisterten rechnet ihr?**  
Wir möchten einmal starten und uns stets weiterentwickeln. Wir rechnen mit 500 Teilnehmenden. Die Rahmenbedingungen, um dies im ersten Jahr zu bewältigen, sind gegeben. Mit 120 Helferinnen und Helfern sind wir startklar.

**Warum wurde Nyon als Austragungs-ort des X-Terra Switzerland gewählt?**  
Die Umgebung von Nyon bietet unglaublich viele Vorteile: der See ist in der Nähe, das Gelände rundherum coupiert und die Infrastruktur für eine Austragung eines solchen Anlasses kann genutzt werden. Zudem möchten wir, dass die Athletinnen und Athleten die französisch sprechende Schweiz kennenlernen.

**Welche Partner konntet ihr bereits für den Anlass gewinnen?**  
Die Verankerung in der Region ist uns sehr wichtig. Die Gemeinde Prangins und Nyon Région Tourisme unterstützen uns in allen Belangen. Mit ASICS, Erdgas, Banque Heritage, PowerBar, Implenia, Fond du Sport de la Loterie Romand und SB Sports Service in Gland haben wir Partner gefunden, die gleiche Werte vertreten wie X-Terra Switzerland, nämlich outdoor und Nachhaltigkeit. Es freut mich, dass mein Arbeitgeber ASICS als Hauptsponsor und Ausrüster uns unterstützt. Die Philosophie von ASICS deckt sich mit unserer Ansicht von Sporttreiben: sich draussen bewegen macht den Kopf frei! Für weitere Partner die Gemeinsamkeiten mit unserer Philosophie haben sind wir offen.

**Wie schafft ihr es, so viele freiwillige Helferinnen und Helfer zu finden?**  
Es freut uns sehr, dass wir auf die Unterstützung der Vereine «Cercle des nageurs de Nyon» und «Geneva triathlon.org» zählen können. Zudem ist die Unterstützung und Vermarktung von Swiss Triathlon eine zusätzliche wichtige Hilfe. Allen vorab ein herzliches Dankeschön für die Unterstützung.

Text/Interview: Marco Lorenzetti Image: X-Terra Switzerland (ZVG)

**X-TERRA Switzerland aura lieu pour la première fois en Suisse. En plein cœur se trouve Eric Häfelin, collaborateur itinérant de ASICS depuis 20 ans, plusieurs fois Ironmanfinisher et passionné par l'outdoor. Ce père de deux enfants adultes vit à Genève et sera responsable de la technique pour la première édition.**

**Comment est apparue l'idée d'organiser un X-Terra Switzerland?**  
Nous sommes cinq amis totalement dévoués aux sports outdoor. Notre souhait constant était de construire quelque chose ensemble et avec passion ainsi que d'apporter de la joie à d'autres gens. Nous sommes maintenant sur la bonne voie pour réaliser ce rêve même s'il reste encore beaucoup à faire.

**Combien d'enthousiastes de l'outdoor pensez-vous compter?**  
Nous voulons commencer une fois et nous développer ensuite constamment. Nous estimons à 500 le nombre de participants. Les conditions cadres pour surmonter cela la première année sont réunies. Avec 120 bénévoles nous sommes parés.

**Pourquoi avoir choisi Nyon comme lieu de déroulement du X-Terra Switzerland?**  
Les environs de Nyon offrent des avantages incroyablement nombreux: le lac à proximité, le terrain entrecoupé tout autour et l'infrastructure peut être utilisée pour un tel événement. En plus, nous voulons que les athlètes apprennent à connaître la Suisse romande.

**Quels partenaires avez-vous déjà pu gagner pour cet événement?**  
L'ancrage dans la région est très important à nos yeux. La commune de Prangins et Nyon Région Tourisme soutiennent tous nos intérêts. Avec ASICS, Gaz naturel, la Banque Heritage, PowerBar, Implenia, le Fond du Sport de la Loterie Romande et SB Sports Service à Gland, nous avons trouvé des partenaires qui défendent les mêmes valeurs que X-Terra Switzerland, à savoir l'outdoor et la durabilité. Je me réjouis du fait que mon employeur, ASICS, nous soutienne en qualité de sponsor principal et fournisseur. La philosophie d'ASICS se recoupe avec notre vision du sport: bouger à l'extérieur libère la tête! Nous sommes ouverts à d'autres partenaires qui partagent notre philosophie.

**Comment parvenez-vous à trouver autant de volontaires pour vous aider?**  
Nous nous réjouissons de pouvoir compter sur le soutien des sociétés «Le Cercle des nageurs de Nyon» et «Geneva triathlon.org». En outre, le soutien et le marketing de Swiss Triathlon représentent une aide supplémentaire importante. A tous, un grand merci d'avance pour votre soutien.



Weitere Infos unter: [www.xterraswitzerland.ch](http://www.xterraswitzerland.ch)

Plus d'infos sur: [www.xterraswitzerland.ch](http://www.xterraswitzerland.ch)

## Für jedes Gelände die Richtige Sohle La semelle juste pour chaque terrain

Text: Nicole Räber Bild: ASICS

**Es geht bergauf und bergab, über Stock und Stein, Geröll, Wasser, glitschiges Moos oder Acker. Je nachdem wie man die Strecke auswählt, ob am Berg oder in der Ebene.**

Im Outdoor unterscheidet ASICS zwischen verschiedenen Kategorien und bietet für jedes Gelände eine passende Sohle. Outdoor heisst bei ASICS Trailrunning und Walking. Trailrunning fordert den Läufer anders als beim Strassenlauf. Der Schuh muss stabiler sein, das Profil griffiger, das Obermaterial auch mal wasserdicht oder wasserabweisend.

ASICS bietet die optimalen Voraussetzungen, dass der Triathlet outdoor gehen kann. Als Sponsor von Swiss Triathlon und der Veranstaltung Lausanne Triathlon baut ASICS sein Engagement im Triathlonsport aus: X-Terra Switzerland vom 11. September 2010 passt perfekt

Texte: Nicole Räber Image: ASICS

**Sur les montagnes, par monts et par vaux, à travers les éboulis, dans l'eau, sur la mousse glissante ou dans les champs. Selon que l'on choisisse un parcours en montagne ou en plaine.**

ASICS distingue différentes catégories d'outdoor et offre pour chaque terrain une semelle adéquate. Outdoor signifie trail-running et walking. Le trail-running exige du coureur un autre équipement que la course à pied en ville. La chaussure doit être plus stable, le profil plus antidérapant, la tige également imperméable et hydrofuge.

ASICS offre des conditions optimales afin que le triathlète puisse pratiquer l'outdoor. En tant que sponsor de Swiss Triathlon et de la manifestation du Triathlon de Lausanne, ASICS renforce son engagement: le X-Terra Switzerland du 11 septembre 2010 correspond par-faitement à la philosophie de la maison: «anima

sana in corpore sano» (= gesunder Geist in gesundem Körper).

**Unser Wettkampfschuhtipp für Triathleten, die outdoor gehen wollen:**

**GEL-Fuji ES**

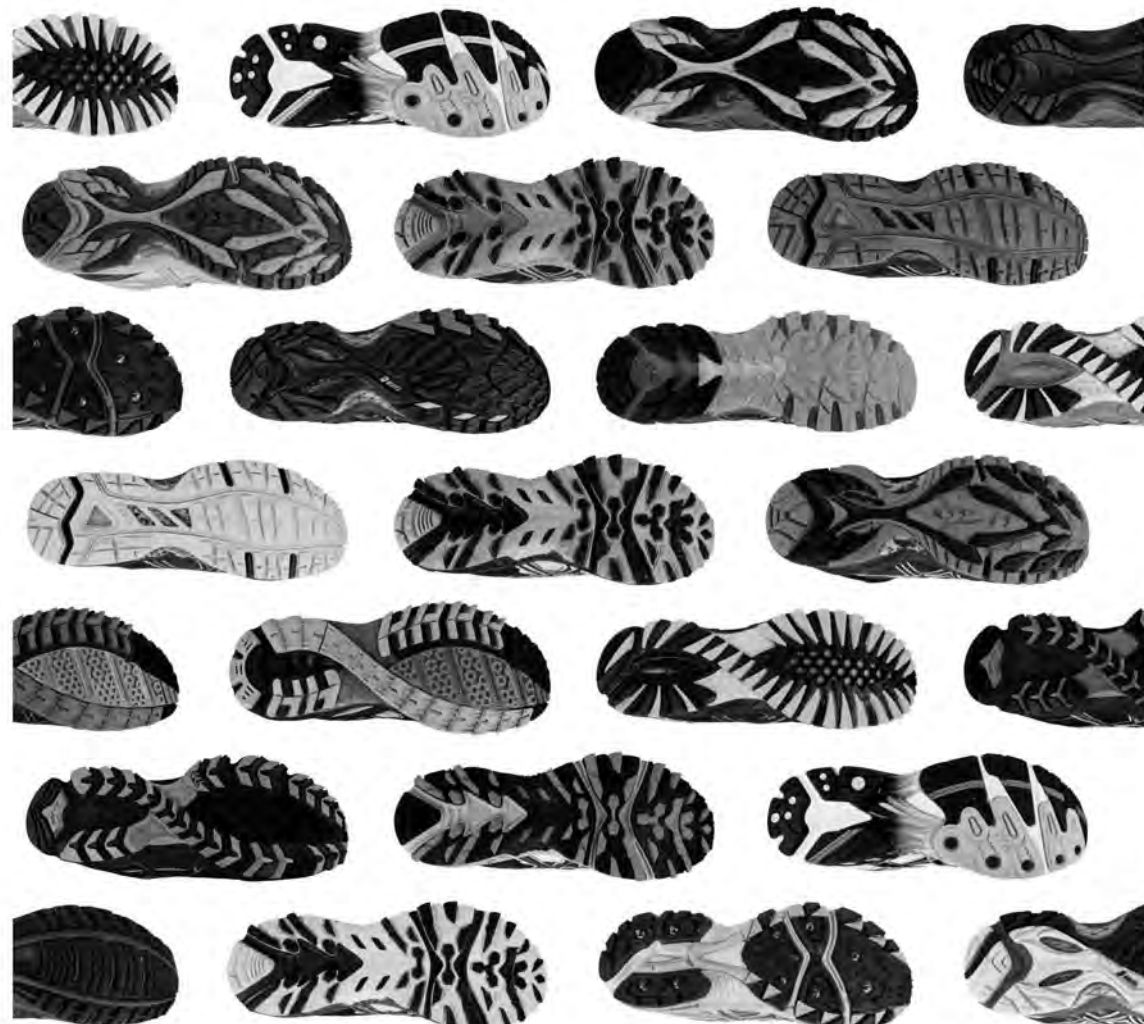
Neu im Programm ist der leichte GEL-Fuji ES. Man könnte ihn auch den DS-Trainer des Trails bezeichnen. Er ist stabil und ideal für unwegsames Gelände. Ausserdem direkt und dynamisch. Er hat GEL im Rückfuss und eine spezielle Up- and Downhill Sohle. Dank Mesh ist er zudem sehr atmungsaktiv. Eine Freude für alle Berg- und Trailrunner.

sana in corpore sano» (= un esprit saint dans un corps saint).

**Notre conseil pour des chaussures de concours aux triathlètes qui veulent pratiquer l'outdoor:**

**GEL-Fuji ES**

La légère GEL-Fuji ES est toute nouvelle dans le programme. On pourrait aussi la définir comme la DS-Trainer du Trail. Elle est stable et idéale pour les terrains difficilement praticables. En plus directe et dynamique. Elle possède à l'arrière du pied un amorti GEL ainsi qu'une semelle Up- and Downhill. Grâce à sa tige en matière mesh, elle permet au pied de respirer. Un plaisir pour tous les adeptes de la course en montagnes et du trail-running.



asics



# SWITZERLAND



**X TERRA**  
**SWITZERLAND**

## RENATA BUCHER

XTerra ist die grosse Passion der 32jährigen Renata Bucher. Seit sieben Jahren gehört sie zu den weltbesten Athletinnen im XTerra. Sie ist amtierende Europameisterin und hat nicht weniger als 20 Rennen in zehn verschiedenen Ländern gewonnen. Natürlich möchte Renata Bucher bei der Schweizer XTerra-Premiere vor heimischem Publikum einen weiteren Sieg erringen.

Le XTerra est la grande passion de Renata Bucher, 32 ans. Depuis sept ans, elle fait partie des meilleures athlètes mondiales en XTerra. Championne d'Europe en titre, elle a remporté pas moins de 20 courses dans dix pays différents. Renata Bucher voudrait na-

turellement décrocher une nouvelle victoire devant son public lors de la première suisse d'XTerra.

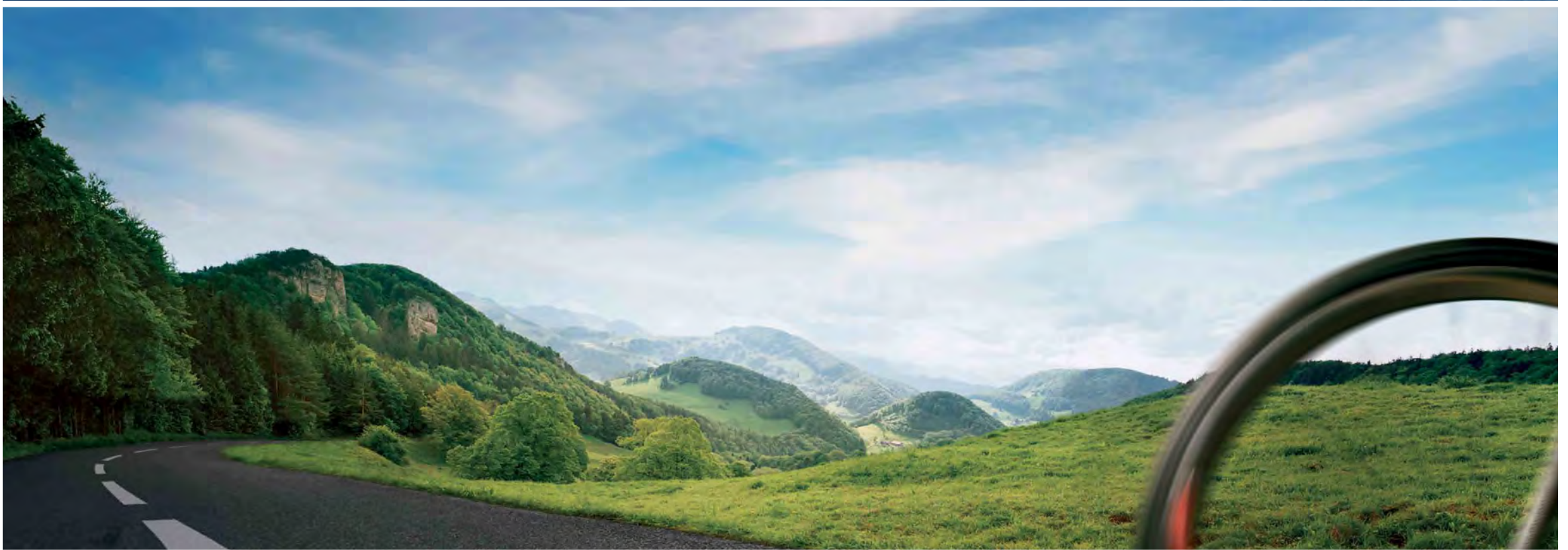
### INFOBOX

#### Renata Bucher

**Beruf/Profession:** Sportlehrerin ETH/ monitrice sportive EPF  
**Geburtsdatum/Date de naissance:** 30. 5. 1977  
**Team:** Stöckli Outdoor Sports  
**Hobbies:** Klettern, Garten, Barbecues/ la grimpe, le jardinage, les barbecues  
**Internet:** [www.renatabucher.ch](http://www.renatabucher.ch)







## Wir wünschen den Schweizer Triathleten eine extrem schnelle Saison.

Erdgas ist offizieller Hauptsponsor von Swiss Triathlon. Und das mit gutem Grund. Denn auch Erdgas steht für Multipower – vom Heizen übers Kochen bis zum Autofahren. Ob beim Sanieren oder bei einem Neubau: Schonen auch Sie die Umwelt und Ihr Portemonnaie. Mehr Informationen über die Vorzüge von Erdgas gibt's bei Ihrer lokalen Erdgas-Versorgung oder auf [www.erdgas.ch](http://www.erdgas.ch)

