

## Trainingsweekend zum Saisonstart

**Turnen.** – Am letzten Wochenende weilte der Turnverein Sargans in Chur, wo die Gymnastik- und die Bodenriege im Hinblick auf die kommende Wettkampfsaison ein Trainingsweekend absolvierte. Dabei wurden die einstudierten Programme immer wieder geturnt und verfeinert. Mittels Video konnte jeder seine eigenen Fehler sehen und bis zum Sonntagabend auch einen grossen Fortschritt erkennen. Daneben konnte jeder für sich üben und seine Teile fürs Programm erlernen. Es war eine Saisonvorbereitung unter idealen Bedingungen.

## Training mit Tschechiens Staffel

**Leichtathletik.** – Der LC Vaduz absolvierte sein Trainingslager unter der Leitung von Gregor Kocherhans und Brigitte Borghi in Tirrenia in der Toskana. Das Lager stand ganz im Zeichen des Mehrkampftrainings. Technik-, Schnellkeits-, Kraft- und Ausdauertrainings waren die Schwerpunkte. Das Sprungkraft- und Athletiktraining konnte im Sand am Meer durchgeführt werden. Leistungsfördernd war auch der direkte Vergleich mit andern Leichtathleten aus St. Gallen, Bellinzona, der 4x100-m-Nationalstaffel der Damen aus Tschechien und vielen andern Athleten aus dem In- und Ausland. (gk)

## Wanderpreis an August Wyss

**Schiessen.** – Zur Freiluftsaison-Eröffnung haben die Sportschützen Sargans zusammen mit Gästen aus befreundeten Sektionen einen Wettkampf absolviert. Die teilweise recht schwierigen äusseren Bedingungen forderten von den Schützen einiges ab. Zum dritten Mal in Folge durfte sich August Wyss mit 196 Punkten als Sieger ausrufen lassen. Damit ging der Wanderpreis in Form einer Glocke definitiv in seinen Besitz über. Alle lizenzierten Junioren der Sportschützen Sargans haben an diesem Wettkampf teilgenommen. (cbi)

### RESULTATE

#### Rad: Mountainbike

##### Mehretappenrennen Cape-epic in Südafrika

**Herren:** 1. Christoph Sauser/Silvio Bundi (SUI), 2. Johannes Sickmüller (GER)/Christian Heule (SUI), 3. Karl Platt/Carsten Bresser (GER).

**Mixed:** 1. Dolores Mächler-Rupp/Severin Rupp (SUI), 2. Fourie Kotze an Anke Erlank (RSA), 3. Louise Kobiin/Eric Warkentin (USA).

#### Schiessen: Kleinkaliber

##### Eröffnungsschiessen Sportschützen Sargans

**Elite**  
196 Punkte: August Wyss Sargans. 195 Punkte: Bless Roger Mels, Kaufmann Gustav, Vaduz. 193 Punkte: Schrotter Arnold Vaduz, Siegenthaler Daniel Sargans.

##### Junioren

190 Punkte: Pfiffner Manuel Sargans. 189 Punkte: Bieri Thomas Sargans. 188 Punkte: Siegenthaler Martin Sargans, Siegenthaler Reto Sargans, Willi Tobias Sargans.

##### Veteranen

194 Punkte: Schmid Werner Grabs, Mani Armin Domat Ems. 193 Punkte: Nauer Martin Sargans. 190 Punkte: Stoffel Josef Grabs. 188 Punkte: Büchel Otto Sargans.

##### Liegend aufgelegt

192 Punkte: Sonderegger Brigitt Grabs. 190 Punkte: Greuter Sandro Sargans. 187 Punkte: Hermann Paul Sargans. 186 Punkte: Spichtig Nando Grabs. 174 Punkte: Lutz Jolanda Sargans.

#### Turnen: Bündner Cup in Schiers

##### Ranglistenauszug

**Programm 1:** 1. Fabio Litscher (TZR/TV Rebstein) 66.875; 2. Manuel Wildhaber (Flums/TZ Maienfeld) 65.200; 3. Sisto Carta (TZ Maienfeld) 64.075; 21. Cyril Disch (TZ Maienfeld) 51.300. – 27 klassiert.

**Teamwertung Programm 1:** 1. TZ Maienfeld (Manuel Wildhaber, Sisto Carta, Cyril Disch) 180.575; 2. TZ March II 175.000; 3. TZ Fürstenland 172.325; 4. TZ March I 166.550.

# Geschwister-Sieg in Südafrika

**Die Valenser Geschwister Dolores Mächler-Rupp und Severin Rupp holen auf der letzten Etappe den Gesamtsieg am prestigeträchtigsten Bike-Mehretappen-Rennen der Welt, der Cape-epic in Südafrika.**

**Rad.** – Das Interesse an diesem berühmtesten Mehretappenrennen der weltbesten Marathon-Biker ist derart gross, dass das Team Mächler-Rupp/Rupp nur dank einer Wildcard aufgrund ihrer Zugehörigkeit zur Marathon-Nationalmannschaft starten konnte. Das 900 Kilometer lange Etappenrennen mit über 16000 Höhenmetern war dieses Jahr noch härter als bisher.

#### Logistik auf dem besten Stand

Die 500 Zweiertteams aus 31 Nationen kämpften sich entlang der Küste von Südafrika und teilweise im Landesinnern von Knysna nach dem Cap der guten Hoffnung durch brütende Hitzetäler (teilweise weit über 30 Grad), eisige Bäche, durch Schlammlöcher, auf staubigen Jeeptracks, Schottertrails und sandigen Singeltrails mit gefährlichen Abfahrten. Für diese Spitzenleistungen braucht es auch eine Topbetreuung. Dolores Mächler-Rupp wechselte aus diesem Grunde zum Wangser Team Sportplanet und fährt mit Nati Kollege Thomas Girardi unter dem Namen PeRu-Racing-Team/Giant («Sarganserländer» vom 31. März).

Für dieses Rennen wurden zusammen mit weiteren Fahrern aus der Nationalmannschaft zwei Grossraum-Camper, ein Masseur sowie ein Mechaniker organisiert. «Materialmässig und organisatorisch waren wir auf dem besten Stand», bestätigte Severin Rupp.

#### Die Königsetappe gewonnen

Während den ersten sechs Etappen fuhren die Geschwister Rupp immer auf den zweiten oder dritten Rang.



Startklar für die letzte, siegreiche Etappe: Dolores Mächler-Rupp (links) und ihr Bruder Severin Rupp in Südafrika.

Am siebten Tag war die Königsetappe über 146 Kilometer mit 3000 Höhenmetern. Für die Rups war klar, dass sie auf dieser schwierigsten Etappe angreifen wollen, denn ihre extremen Ausdauerfähigkeiten und Kletterqualitäten in schwierigem Gelände konnten sie hier am besten umsetzen.

Nach 6 Stunden und 26 Minuten hartem Kampf gewannen sie diese Etappe überlegen und etablierten sich auf dem 2. Gesamtrang. Severin Rupp

lobte seine Schwester: «Ein Riesenkompiment an Dolores, die wie wild die Berge rauf gefahren ist.» Einige Schrecksekunden mit einem schweren Sturz von Severin mussten sie jedoch überstehen. Auf den letzten 60 Kilometern folgte aber Kampf und nochmals Kampf um jede Sekunde.

#### Grossartige Schweizer Bilanz

Auf der achten und letzten Etappe siegte das Team Rupp erneut überle-

gen und gewann damit die prestigeträchtige Gesamtwertung. Beeindruckend war, dass die Geschwister Rupp auf der letzten Etappe auch inmitten aller 400 Herrenteams als Siebte ins Ziel einfuhren.

Bei den Herren siegten die Natifahrer Christoph Sauser und Silvio Bundi (SUI). Gesamthaft sind das somit grossartige Erfolge der Schweizer bei diesem internationalen Grossanlass in Südafrika. (pd)

## Zweiter Rang am Bündner-Cup

**Am dritten Bündner-Cup im Kunstturnen in Schiers erkämpfte der Flumser Manuel Wildhaber den zweiten Platz. In der Teamwertung holte das Trainingszenter Maienfeld mit Manuel Wildhaber gar den Sieg.**

Von Reto Niederberger

**Turnen.** – Die Kunstturnervereinigung Graubünden führte in Schiers den vor drei Jahren eingeführten Bündner-Cup im Kunstturnen durch. Dabei beteiligten sich nebst den Bündnern selbst weitere Trainingszentren und Vereine aus der Ostschweiz und dem Kanton Zürich an

#### Bester am Boden und Sprung

Im P1 starteten die Turner vom TZ Graubünden/Maienfeld hervorragend am Boden. Dabei setzte sich Manuel Wildhaber (Flums) mit einer soliden Darbietung und 11.750 Punkten gleich an die Spitze und sein Kamerad Sisto Carta (Schiers) meldete mit 11.200 ebenfalls seine Ambitionen auf einen Podestplatz an.

Auch an den weiteren Geräten hielten sich die beiden in der Spitzengruppe, wobei Wildhaber am Pferd auf den zweiten und an den Ringen auf den dritten Platz zurückfiel. Beim Sprung gelang dem Flumser wiederum das beste Ergebnis mit 11.950, was ihn wieder auf den zweiten Zwischenrang brachte. Diesen gab er in der Folge am Barren mit dem zweitbesten Ergebnis (10.950) und am Reck (10.200) nicht mehr ab.

Zusammen mit Sisto Carta und Cyril Disch (Malans) schaffte Manuel Wildhaber den Sieg im Mannschaftsergebnis für das TZ Maienfeld. Der Flumser Loris Nadig, der ebenfalls im TZ Graubünden mitturnt, musste infolge eines Reitunfalles pausieren.



Erfolgreich geturnt: Der Flumser Manuel Wildhaber wird am Bündner-Cup guter Zweiter.

Bild Reto Niederberger

## Drei Sarganserländer «karten» mit

**Im Formel-Karting-Club Glarus sind mit Marco Bless (Flumserberg), Tanja Bless (Walenstadt) und Thomas Nadig (Mols) drei Sarganserländer aktiv. Das Trio macht am Samstag Werbung in eigener Sache.**

**Motorsport.** – Der Glarner Kartclub und seine Mitglieder möchten weitere junge Kartsportfans für sich gewinnen. So findet am kommenden Samstag auf dem Gelände der ehemaligen Zürcher Ziegelei in Tuggen ein Schnuppertag statt.

Von 13.30 bis 17 Uhr haben Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren mit dem Einverständnis der Eltern die Möglichkeit, einmal einen Minikart zu steuern, um so einen Eindruck vom Gefühl zu bekommen, ein Rennfahrer zu sein. Auch Informationen und Beratung über den Kartsport im Allgemeinen werden vermittelt.

Minikart ist eine Rennkategorie für Jungen und Mädchen im Alter von 6 bis 13 Jahren. Gefahren wird mit Karts, die von den Abmessungen her kleiner sind als normale Karts. Angetrieben werden sie von einem 60-ccm-Zweitaktmotor mit einer Höchstgeschwindigkeit von 60 km/h.

Der Schnuppertag ist der erste Teil eines dreiteiligen Lehrgangs. Dabei sollen die Geschicklichkeit beim Fahren geschult und Kenntnisse über die Technik eines Karts vermittelt werden. Der Lehrgang ermöglicht einen methodischen Einstieg in den Kartsport. Der Minikart-Lehrgang findet an drei Samstagen von 13.30 Uhr bis 17 Uhr statt. Die Karts werden vom Club zur Verfügung gestellt. (pd)