



Vom Judoka zum Ausdauersportler: Der Riehener Simon Sägeser nimmt mit der Teilnahme am Gigathlon Tenero-Basel seine bisher grösste sportliche Herausforderung in Angriff.

Foto: zVg

**AUSDAUERSPORT** Ein Riehener am Gigathlon Tenero-Basel

## Simon Sägeser will nach Basel

Mit Simon Sägeser nimmt ein Riehener am 9./10. Juli als Einzelsportler am Gigathlon von Locarno nach Basel teil. Der als Begleitveranstaltung organisierte, wesentlich kürzere City-Gigathlon führt am Sonntag auch durch Riehen.

rs. Eigentlich war er Judoka. Während 22 Jahren betrieb der heute 35-jährige Simon Sägeser diese asiatische Kampfsportart, gehörte zu den Besten der Region und nahm an Schweizer Meisterschaften teil. Als er sich eine Nackenverletzung zuzog, war für ihn Schluss mit Wettkampfsport. Mit dem Sport aufhören wollte er aber nicht.

So kam er zum Ausdauersport. «Ich muss ein Ziel haben, brauche den Wettkampf. Und durch Kollegen kam ich so zum Triathlon», sagt der in Birsfelden aufgewachsene Karosseriepengler, der inzwischen in Riehen wohnt. Und so setzte sich Simon Sägeser die «Ironman»-Distanz zum Ziel: 3,8 Kilometer schwimmen, 180 Kilometer Velo fahren und 42,195 Kilometer laufen. Seinen ersten Wettkampf bestritt er in Roth (Deutschland), danach nahm er dreimal am Triathlon von Zürich teil und steigerte sich dabei stetig. Alle vier Wettkämpfe beendete er

– für einen Neuling nicht ganz selbstverständlich.

### Von Tenero via Luzern nach Basel

Seine bisher grösste sportliche Herausforderung nimmt Simon Sägeser morgen Samstag im Tessin in Angriff, wenn er frühmorgens in Tenero in den See springt und nach Locarno schwimmt. Inlineskatend, auf dem Mountainbike, auf dem Rennvelo und schliesslich zu Fuss geht es dann nach Luzern und nach einer vermutlich nicht allzu langen Nachtruhe von Horw über Sursee und Welschenrohr nach Laufen, wo die 31 Kilometer lange Laufetappe nach Basel beginnt.

Im Lauf des Sonntagnachmittags oder -abends will Simon Sägeser dann auf dem Basler Messeplatz ins Ziel einlaufen – Zeit dazu hat er bis um 22 Uhr, dann ist Kontrollschluss. Das eindrucksvolle Pensum in zehn Etappen: 394 Kilometer (6 Kilometer Schwimmen, 60 Kilometer Inlineskating, 84 Kilometer auf dem Mountainbike, 187 Kilometer auf dem Rennvelo und 57 Kilometer zu Fuss). Ausserdem gilt es 8210 Höhenmeter zu überwinden.

Die Idee, am Gigathlon teilzunehmen, stammt von einem Klubkollegen Simon Sägesers bei «Tria Basilea» – schliesslich sei das Ziel in Basel. Im Single-Wettbewerb wird der Klub mit drei Athleten am Start sein. Unterstützt wird Simon Sägeser während des

Wettkampfes von seiner Verlobten Melanie Burkewitz, mit der er seit viereinhalb Jahren in Riehen zusammen wohnt. Im August sollen die Hochzeitsglocken läuten.

Einen Teil des Trainings – etwa fünfzehn Stunden pro Woche wendet er dafür auf – kann Simon Sägeser auf dem Arbeitsweg absolvieren. Die dreizehn Kilometer nach Reinach legt er, je nach Trainingsphase, zu Fuss, auf den Inlineskates oder – dann meist mit einem «Umweg» – per Velo zurück. Hinzu kommen Schwimm- und Wechseltrainings mit seinem Klub.

### Mountainbiker in Riehen und Bettingen

Die ersten Gigathleten werden übermorgen Sonntag ab 14 Uhr auf dem Messeplatz in Basel erwartet. Am selben Ort ins Ziel kommen die Teilnehmenden des City-Gigathlon, einer Kurzvariante des Gigathlon, die als Rahmenprogramm zum «grossen» Gigathlon am Sonntag um 10.30 Uhr in der Isteinerstrasse in Basel gestartet wird. Die Mountainbike-Route dieses Kurz-Gigathlons führt von der Wittlingerstrasse her kommend durch den Riehener und Bettinger Wald auf St. Chrischona und von dort zum Tingueley-Museum, wo die Schwimmstrecke im Rhein beginnt. Die Ein-Tages-Gigathleten werden zwischen 11.30 Uhr und 13.30 Uhr in Riehen und Bettingen unterwegs sein.