

KÖPFE



Mit einem schönen Gesamtsieg in der Tasche kann **Sibylle Matter** ihre Wettkampfsaison 2008 abschliessen. Die 35-jährige Triathletin wurde an der Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii mit einem 13. Rang beste Schweizerin. Zwei Wochen später holte sie sich an der Weltmeisterschaft der XTerra-Serie auf der Hawaii-Insel Maui den 14. Rang. Obwohl sie während des Rennens die Ironman-Strapazen in den Knochen spürte und »in ein Loch gefallen und einfach nur noch müde« war, konnte sie die Kombinationswertung der beiden Weltmeisterschaften für sich entscheiden. Ein krönender Abschluss einer Saison, welche für die Deutschfreiburgerin aussergewöhnlich erfolgreich verlief. Nach dem Triumph beim Ironman Switzerland in Zürich, an dem sie zum ersten Mal einen Sieg auf der Langdistanz verbuchen konnte, durfte sie mit dem Gewinn der Silbermedaille auch an der Europameisterschaft im Cross-Triathlon jubeln. Nun kehrt allmählich etwas Ruhe ein.

Die ausgebildete Ärztin arbeitet in einer 50%-Teilzeitstelle für das medizinische Call Center Medi24 und kann seit Kurzem auch auf finanzielle Unterstützung von ihrem Arbeitgeber zählen. Vorerst ist aber Erholung angesagt: »Das richtige Training nehme ich erst an Weihnachten wieder auf. Und vor allem: Jetzt ist die Zeit, wo ich mich um meine Sponsoren kümmern und viel Zeit mit Kollegen verbringen kann.« Die Zukunftspläne der Ausdauersportlerin sind noch vage. »Geplant ist auf jeden Fall wieder das XTerra-Rennen auf Sardinien.« res



Vom Schwimmen zum Triathlon und wieder zurück zum Schwimmen: **Martina van Berkel** ist zwar erst 19 Jahre jung, besitzt aber bereits doppelte Spitzensportlerfahrung. Nachdem sie ihren zweijährigen Abstecher in den Triathlonsport aufgrund von Kniebeschwerden abbrechen musste, hat sie mit mehreren Schwimmrekorden in den letzten Wochen gezeigt, dass die Rückkehr zum Schwimmen eine gute Wahl war. Beim Weltcup in Berlin Mitte November verbesserte die 19-Jährige gleich fünf aktuelle Schweizer Rekorde, darunter auch denjenigen über 100 m Delphin. Als erste Schweizerin durchflog van Berkel mit 59,94 die Minuten-Schallmauer. Kein Wunder, blieb ihr dieser Rekord am besten in Erinnerung: »Magische Grenzen brechen zu können, ist immer ein ganz besonderes Erlebnis«, freute sich die Publizistikstudentin, die neben rund neun Wassertrainings pro Woche auch regelmässig aufs Rad steigt oder die Laufschuhe schnürt. Mit den jüngsten Rekorden ist auch ihre langfristige Zielsetzung klar: An den Olympischen Spielen 2012 in London will sie auf den Startblöcken stehen. Vorerst aber stehen noch Zwischenziele an, als Erstes die Kurzbahn-Europameisterschaften in Rijeka, die am 11. Dezember beginnen. An die kroatische Hafenstadt hat van Berkel beste Erinnerungen, gewann sie dort doch in der Kategorie Jugend ihre erste EM-Medaille überhaupt – als Starterin im Teamtriathlon. go



Mike Horn gilt als einer der aussergewöhnlichsten Abenteurer der Welt und hat Dinge erlebt, die sich Normalsterbliche nicht einmal vorstellen können. Bereits vor vielen Jahren hat er für sich entschieden, irgendwann einmal die Schönheiten dieses Planeten der Jugend näherzubringen. Nach

seinen spektakulären Soloaktionen der letzten Jahre ist es nun so weit: Der Südafrikaner ist zu seinem neusten, vierjährigen Projekt aufgebrochen. Das Expeditionsschiff Pangea dient als Ausgangsbasis für eine Weltreise, die Horn insgesamt über 100 000 Kilometer weit führen soll. Im Verlauf der Pangea-Expedition wird er die abgelegensten Gegenden dieser Erde erforschen – und das ausschliesslich zu Fuss, per Kajak, Fahrrad, Gleitschirm, Ski oder mit dem Segelschiff. Bereits auf der ersten Etappe mit Kurs in die Antarktis wird Horn von sechs Jugendlichen begleitet. Horn betrachtet die jüngere Generation als »die mächtigste Energiequelle der Welt« und möchte möglichst viele junge Menschen in sein Projekt miteinbeziehen und für die Wunder der Natur sensibilisieren. Pangea bedeutet auf griechisch »allumfassendes Land« und ist die Bezeichnung für den letzten globalen Superkontinent, der vor 250 Millionen Jahren auf der Erde existierte. Mit seiner Expedition, die viele neue Forschungsergebnisse ergeben soll, will Horn einen substanziellen Beitrag schaffen für zukünftige Lösungen zum Schutz der Umwelt. Infos auf www.mikehorn.com go



Unermüdlich und kompetent gibt der Arzt **Matteo Rossetto** seit vielen Jahren unseren Leserinnen und Lesern Tipps und Ratschläge zu allen Bereichen rund um den Ausdauersport. In den letzten zwölf Jahren hat der engagierte Mediziner zudem hauptberuflich in Basel eine eigene sportmedizinische Praxis geführt und er war

massgeblich an der Aufbau- und Entwicklungsarbeit bei Äquilibris Training tätig. Jetzt hat sich Matteo Rossetto zu einem Standortwechsel aufgemacht und Anfang Dezember seine sportmedizinische Praxis in der neuen und topmodern ausgerüsteten Hirsländen Sportklinik Birshof eröffnet. »In alter Frische, aber mit neuem Wind«, wie er seinen Umzug bezeichnet. Dass der polysportive Mediziner auch dem Praxisumzug eine sportliche Seite abgewinnen kann, zeigt der kompakte Zügelplan: Am Freitag wurde abgebaut und transferiert, am Samstag wieder um- und aufgebaut, am Sonntag die neue Praxis fertig eingerichtet und am Montag die Sprechstunde wieder aufgenommen. Und selbstverständlich wird Matteo Rossetto unseren Lesern auch unter neuer Flagge als medizinischer Ratgeber erhalten bleiben. go