

**Herausgeber** Schweizerischer Leichtathletik-Verband (Swiss Athletics) | Haus des Sports | Talgut-Zentrum 27 | 3063 Ittigen  
Tel. 031 - 359 73 00 | Fax 031 - 359 73 01 | E-Mail [info@swiss-athletics.ch](mailto:info@swiss-athletics.ch) | Internet [www.swiss-athletics.ch](http://www.swiss-athletics.ch)

**Redaktion** Beat Freihofer | Leiter Kommunikation Swiss Athletics | E-Mail [beatfreihofer@swiss-athletics.ch](mailto:beatfreihofer@swiss-athletics.ch)  
Tel. 031 - 359 73 00 oder 076 - 331 85 12 | Fax 031 - 359 73 01

## London-Marathon (So, 23. April)

### Nächster grosser Städtemarathon für Maja Neuenschwander

**Am Sonntag, 23. April bestreitet Maja Neuenschwander (STB) das erste grosse Rennen der Saison: Beim Marathon in London (GBR) läuft die 37-jährige Bernerin in einem Weltklassefeld mit und will zum vierten Mal in ihrer Karriere unter 2:30 Stunden laufen.**

Maja Neuenschwander hat sich einmal mehr akribisch auf einen Marathon vorbereitet. Im Januar reiste sie erstmals für ein Trainingslager nach Dullstroom in den Osten Südafrikas. Im März folgte ein vierwöchiger Vorbereitungsblock in Iten (KEN), wo sie in den vergangenen Jahren schon mehrmals zu Trainingszwecken hingereist ist. Dazwischen absolvierte sie Mitte Februar einen Halbmarathon in Barcelona (ESP), den sie in 1:12:28 Stunden als Achte beendete. Ein Resultat, mit dem sie sich angesichts der windigen Rennverhältnisse zufrieden zeigte.

#### „Ich fühle mich bereit“

Wenige Tage vor ihrer ersten Teilnahme beim renommierten London-Marathon (Start um 10.15 Uhr Schweizer Zeit) blickt Maja Neuenschwander zufrieden auf ihre Vorbereitung zurück. „Die Trainings sind nach Plan gelaufen und ich fühle mich für den Sonntag bereit“, sagt die Bernerin. Was den Rennverlauf anbelangt, kann sie sich zwei Szenarien vorstellen. „Entweder wird es ein schnelles Rennen, in dem ich in einer gut harmonisierenden Gruppe mitlaufen kann, oder es wird eine Kopfsache, weil ich über weite Strecken alleine laufen muss.“ Das Szenario, dass sie viel alleine laufen muss, ist darin begründet, dass das Elitefeld der Frauen 45 Minuten vor den Männern auf die Strecke geschickt wird und sich den Läuferinnen dadurch eine Ausgangslage wie an einem Grossanlass präsentiert, wo Frauen und Männer – anders als in den meisten Städtemarathons üblich – ebenfalls getrennt starten und keine Pacemaker im Einsatz sind.

#### Eine der schnellsten Europäerinnen

Es versteht sich von selbst, dass die Variante mit einer harmonisierenden Gruppe für die Schweizerin die angenehmere wäre. Dreimal ist sie in ihrer Karriere die traditionsreiche Marathonstrecke schon unter 2:30 Stunden gelaufen. Ihr Schweizer Rekord steht bei 2:26:49, gelaufen im September 2015 in Berlin (GER). Auch im Februar 2016 blieb sie in Tokio (JAP) mit 2:27:36 deutlich unter der Zweieinhalbstunden-Marke, die sie 2013 in Frankfurt (GER/2:29:42) erstmals unterboten hatte. Mit all diesen Topleistungen – hinzu kommt der Sieg im Frühling 2015 in Wien (AUT) – verdiente sich Maja Neuenschwander einen Platz unter Europas besten Marathonläuferinnen. In der Saisonbestenliste 2016 belegte sie den 3. Platz.

In London will sie einmal mehr unter Beweis stellen, dass sie sich perfekt auf einen solchen Wettkampf vorzubereiten vermag. Ihre Trainingswerte stimmen die Athletin, die in der britischen Hauptstadt von ihrem Trainerduo Sandra und Beat Aeschbacher begleitet wird, zuversichtlich. Je nach Rennverlauf könnte sie sogar in den Bereich ihrer nationalen Bestmarke vorstossen. Sie betont jedoch stets, „dass man einen Schweizer Rekord nicht planen kann. Dafür müssen viele Puzzleteile zusammenspielen.“

Für die zweifache Olympiateilnehmerin ist schon länger klar, dass die WM im August in London für sie kein Thema ist. Ihre Planung sieht vor, in der zweiten Saisonhälfte nochmals einen Städtemarathon zu laufen.

#### Tadesse Abraham muss auf Start verzichten

In London war auch Tadesse Abraham (LC Uster) angemeldet. Der Schweizer Rekordhalter und aktuelle Europameister im Halbmarathon muss jedoch aufgrund einer Stressfraktur im Kreuzbein eine längere Laufpause einlegen und kann bis auf weiteres keine Wettkämpfe bestreiten.

Link zum London-Marathon:

[www.virginmoneylondonmarathon.com/en-gb/](http://www.virginmoneylondonmarathon.com/en-gb/)

#### Die geplanten Starts der Schweizer Topathleten\*

##### Sonntag, 23. April

Maja Neuenschwander (STB) London (GBR) Marathon

\* = Swiss Starters und World Class Potentials