

ANSPIELZEITEN

2. Liga, Gruppe 1

Samstag, 1. September
17.00 Uhr: Arbon 05 – Buchs

Sonntag, 2. September
18.30 Uhr: Grabs – Goldach

3. Liga, Gruppe 1

Samstag, 1. September
17.00 Uhr: Valposchiavo – Sevelen

3. Liga, Gruppe 2

Samstag, 1. September
17.00 Uhr: Au-Berneck 05 – Rüthi

4. Liga, Gruppe 1

Sonntag, 2. September
14.00 Uhr: Trübbach – Lusitanos de Samedan

4. Liga, Gruppe 3

Samstag, 1. September
16.30 Uhr: Gams – Buchs
16.30 Uhr: Grabs – Au-Berneck 05 b

5. Liga, Gruppe 3

Samstag, 1. September
16.30 Uhr: Sevelen – Trübbach

5. Liga, Gruppe 4

Freitag, 31. August
20.00 Uhr: Haag – Vaduz

Samstag, 1. September
14.00 Uhr: Rebstein a – Rüthi
18.30 Uhr: Gams – Sargans a

Mittwoch, 5. September
20.00 Uhr: Rüthi – Gams

Frauen, 3. Liga, Gruppe 1

Sonntag, 2. September
16.00 Uhr: Gams – Kirchberg-Wil U20

Frauen, 4. Liga, Gruppe 1

Sonntag, 2. September
11.00 Uhr: Buchs – Laax

RANGLISTEN

2. Liga

Gruppe 1

Montlingen – Triesenberg 2:3.

1. Triesenberg	2	2	0	0	6:2	6
2. St. Margrethen	2	2	0	0	5:3	6
3. Buchs	2	2	0	0	5:3	6
4. Weesen	2	1	1	0	3:1	4
5. Goldach	2	1	0	1	1:3	3
6. Ems	2	1	0	1	6:3	3
7. Montlingen	2	1	0	1	7:5	3
8. Diepoldsau-Schm.	2	1	0	1	5:6	3
9. Rorschach	2	0	1	1	1:2	1
10. Grabs	2	0	0	2	2:5	0
11. Steinach	2	0	0	2	2:5	0
12. Arbon 05	2	0	0	2	3:8	0

3. Liga

Gruppe 1

1. Valposchiavo	2	2	0	0	6:3	6
2. Sargans	2	1	1	0	4:2	4
3. Balzers	2	1	1	0	7:5	4
4. Sevelen	2	1	1	0	4:3	4
5. Landquart-Herr.	2	1	0	1	6:3	3
6. Chur United	2	1	0	1	10:8	3
7. Bad Ragaz	2	1	0	1	7:5	3
8. Schluein Ilanz	2	1	0	1	6:3	3
9. Walenstadt	2	0	2	0	3:3	2
10. Celerina	2	0	1	1	1:3	1
11. Mels	2	0	0	2	3:11	0
12. Thusis-Cazis	2	0	0	2	1:9	0

Gruppe 2

1. Rheineck	2	2	0	0	4:1	6
2. Rebstein	2	1	1	0	5:1	4
3. Schaan	2	1	1	0	5:2	4
4. St. Otmar	2	1	0	1	6:5	3
5. St. Amand	2	1	0	1	5:7	3
6. Ruggell	2	1	0	1	8:2	3
7. Rüthi	2	0	2	0	3:3	2
8. Appenzell	1	0	1	0	3:3	1
9. Rorschach	1	0	1	0	0:0	1
10. Au-Berneck 05	2	0	1	1	2:3	1
11. Triesenberg	2	0	1	1	1:4	1
12. Besa	2	0	0	2	1:12	0

4. Liga

Gruppe 1

1. Flums	2	2	0	0	6:3	6
2. Trübbach	2	1	1	0	7:5	4
3. Triesenberg	2	1	1	0	5:3	4
4. Samedan	1	1	0	0	4:2	3
5. Davos	2	1	0	1	4:5	3
6. Bregaglia	2	1	0	1	6:4	3
7. Lenzerheide	2	0	2	0	5:5	2
8. Eschen/Mauren	2	0	1	1	6:8	1
9. Luso Chur	2	0	1	1	3:4	1
10. Ruggell	1	0	0	1	0:3	0
11. Landquart-Herr.	2	0	0	2	1:5	0

Gruppe 3

1. Widnau a	2	2	0	0	13:2	6
2. Diepoldsau-Schm.	2	2	0	0	5:2	6
3. Haag	2	2	0	0	7:1	6
4. Nefstal a	1	1	0	0	3:0	3
5. Montlingen	1	1	0	0	2:1	3
6. Gams	2	1	0	1	4:3	3
7. Grabs	1	0	0	1	0:1	0
8. Glarus b	1	0	0	1	0:2	0
9. Uznach b	2	0	0	2	3:6	0
10. Au-Berneck 05 b	2	0	0	2	1:13	0
11. Buchs	2	0	0	2	2:9	0

«Eine Heim-WM ist speziell»

Der Buchser Ralf Birchmeier ist einer von fünf Läufern, die an den Berglauf-Weltmeisterschaften das Team Schweiz vertreten. Die Titelkämpfe finden im Rahmen des Jungfrau-Marathons im Berner Oberland statt. Auf einer Strecke, die nicht auf Birchmeier zugeschnitten ist.

Von Robert Kucera

Berglauf. – «Ich fühle mich gut, mein Körper kann wieder Extrembelastungen absorbieren», ist Ralf Birchmeier froh, dass er unmittelbar vor den Berglauf-Weltmeisterschaften wieder fit ist. Im Frühling erlitt er einen Ermüdungsbruch im linken Mittelfuss, was ihn zurückwarf. Seinen Formstand bezeichnet er heute als «sehr gut» und ergänzt: «Am Berg bin ich 'tifu' wie eh und je.» Dies will er am 9. September im Berner Oberland zeigen. Denn dann starten die Männer zu ihrem WM-Rennen.

Erster Abschnitt ist zu flach

Die Strecke ist dieselbe wie am Jungfrau-Marathon, den er schon drei Mal bestritten hat. «Sie ist extrem schön von der Kulisse und der Zuschauermenge her», schwärmt der Buchser. «Aber leider nicht auf mich zugeschnitten. Das Streckenprofil ist zu flach», erklärt der Berg-Spezialist. Der 30-Jährige fühlt sich nun mal am wohlsten, wenn das Gelände hügelig und steil ist. Ein Dorn im Auge sind ihm folglich die ersten 26 Kilometer des WM-Rennens. Sie führen von Interlaken nach



Steil bergauf läuft er am liebsten: Der Buchser Ralf Birchmeier wird erst auf den letzten 16 Kilometern der Berglauf-WM im Element sein. Bild Robert Kucera

Lauterbrunnen. «Für mich sind es deshalb zwei Rennen. Erst ein verlängerter Halbmarathon, dann ein Berglauf.»

Ab Wengen aufs Tempo drücken

Der letztjährige WM-Fünfte auf einer topografisch völlig anderen Strecke zählt deshalb nicht zu den Favoriten. Im Schweizer Team sind die anderen vier Läufer stärker einzuschätzen. Zum Plausch nimmt Birchmeier aber nicht teil. Mit dem Schweizer Kreuz auf dem Dress will er die Zeit von 3:15 Stunden endlich knacken. Und falls zwei Schweizer ausfallen, ist der Buchser ein starker Rückhalt, um das Ziel Mannschaftsmedaille zu sichern. Seine Taktik ist klar: Bis Lauterbrunnen den Körper nicht zu fest fordern, ab der Steigung hoch nach Wengen heisst es Vollgas. Im weniger steilen Abschnitt von Wengen in Richtung Kleine Scheidegg will er aufs Tempo drücken und dort die entscheidende Zeit herausholen. Dies gelang ihm in der Vergangenheit nicht. Dass er das Gelände gut kennt, sieht er weder als Vor- noch Nachteil. «Ich weiss aber gerne, was auch mich zukommt.»

Schweizer Kreuz weckt Emotionen

Obwohl die WM-Strecke nicht auf Ralf Birchmeiers Fähigkeiten zugeschnitten ist und er deswegen nicht um einen Podestplatz mitreden kann, wird er den Event in vollen Zügen geniessen: «Eine Heim-WM ist speziell. Mit dem Schweizer Kreuz das Rennen zu bestreiten, wird Gefühle und Emotionen wecken.» Er freut sich auf den Kampf gegen sich selber und auf die tatkräftige Unterstützung des Publikums, das jeweils in Strömen zum Jungfrau-Marathon reist.

ARBON 05 – BUCHS

Tabellenlage täuscht: Der Gegner ist stark

Fussball. – «Wir wollen nachlegen und nach drei Spielen neun Punkte auf dem Konto haben», gibt Buchs-Spielertrainer Francesco Clemente die Marschrichtung vor. Ein Selbstläufer wird dies aber nicht. Arbon ist zwar Tabellenletzter, «aber immer noch so stark wie letzte Saison.» Damals belegte Arbon Platz zwei hinter Aufsteiger Schaan. Clementes Team hat also keinen Grund, das Auswärtsspiel auf die leichte Schulter zu nehmen. Arbon gilt als ebenso spielstark wie Ems, gegen das Buchs am letzten Wochenende 2:1 gewonnen hat. Laut Clemente gibt es nur ein Rezept: «Über den Kampf ins Spiel finden.» Das erfolgreiche Spiel gegen Ems soll kopiert werden. «Zeigen wir dieselbe gute Leistung wie gegen Ems, werden wir dieses Spiel gewinnen», ist der Spielertrainer optimistisch. (kuc)

AU-BERNECK 05 – RÜTHI

Mit Köpfchen zum ersten Sieg

Fussball. – Beide Teams warten noch auf den ersten Meisterschaftssieg in dieser Saison. Gegen die verunsicherten Bernecker, die sich vor Saisonbeginn als Aufstiegsfavoriten bezeichneten und nun im Tabellenkeller positioniert sind, möchten die Rütthner zuschlagen. «Mit Köpfchen agieren, von Anfang an sicher stehen und rasches Umschalten in die Offensive», nennt Rütthi-Trainer Andreas Lüchinger das Rezept zum Sieg im Rheintaler Derby. Den Gegner kennt er gut und warnt vor allem vor der schnittigen Angriffsmaschinerie der Gastgeber. «Doch ich bin zuversichtlich, dass wir den ersten Sieg holen.» Mut macht den Rütthnern der Einzug in die 3. Vorrunde des Schweizer Cups. «Das war eine gute Teamleistung», lobt Lüchinger. Selbige will er von seiner Crew auch am Samstag sehen. (kuc)

GRABS – GOLDACH

Nun ist genug Lehrgeld bezahlt

Fussball. – «Wir haben gewusst, dass die ersten zwei, drei Wochen schwierig werden. Uns fehlt noch der Spielrhythmus, die Gegner waren cleverer, wir haben Lehrgeld bezahlt. Es herrscht aber keine Krisenstimmung, wir sind optimistisch», äussert sich Grabs-Trainer Bedros Ercin zur Situation des Aufsteigers. Er sah viele positive Ansätze im Spiel gegen Weesen, das 0:2 verloren ging. «Am Wochenende holen wir die ersten drei Punkte», so die Kampfansage Ercins in Richtung Goldach. Doch der Gegner braucht nur wenige Torchancen für ein Tor und steht in der Defensive sehr kompakt. Deshalb ist der FC Grabs gut beraten, die Fehler der ersten zwei Saisonspiele nicht mehr zu begehen und erstklassige Torgelegenheiten sofort auszunutzen. Ansonsten bleibt das Punktekonto weiter leer. (kuc)

TRÜBBACH – SAMEDAN

Letzte Reserven werden angezapft

Fussball. – Meisterschafts- und Cupspiele, dazu das Grümpeltturnier – die letzten Wochen waren für Trübbachs Kicker mehr als nur streng. «Deshalb wäre ich mit einem Punkt gegen Samedan schon zufrieden», schätzt Trainer Christian Weber die Lage ein. Natürlich wird Trübbach nicht versuchen, ein 0:0 über die Zeit zu retten. «Wie in jedem Spiel versuchen wir auf Sieg zu spielen. Mit der richtigen Einstellung und bedingungslosem Einsatz kann das Glück erzwungen werden», stellt Weber klar. Lusitanos de Samedan gilt als äusserst starkes 4.-Liga-Team. Ein aggressiver und unangenehmer Gegner für alle. Landquart-Herrschaft (3. Liga) setzte sich im Cup erst im Penaltyschiessen durch. «Temperamentvoll und spielerisch gut», fasst der Trainer Samedans Eigenschaften zusammen. (kuc)

VALPOSCHIAVO – SEVELEN

«Müssen selber heissblütig sein»

Fussball. – «Das wird ein heisser Tanz», blickt Sevelen-Trainer Antonio Troisio auf das nächste Spiel. Einerseits wissen Valposchiavos Akteure, wie man das runde Leder im gegnerischen Gehäuse unterbringt. «Wir müssen Fehler vermeiden. Denn jeder wird bestraft», so Troisio. Zudem lebt Valposchiavo von der Heimstärke. Der Trainer weiss, was auf Sevelen zukommt: «Die lange Anfahrt, Höhenluft, der kleine Platz und italienisches Temperament gepaart mit Bündner Kampfgeist, dazu noch heissblütige Zuschauer.» Troisio ist überzeugt, dass man für einen Punkt eine noch bessere Leistung als beim 3:2 über Schluein Ilanz abrufen muss. «Aber drei Punkte sind möglich. Wir haben alles, um zu siegen und müssen selber heissblütig sein. Es wird ein enges Spiel werden.» (kuc)

GAMS – BUCHS

Mit guter Spielkultur das Derby gewinnen

Fussball. – Der FC Gams will im Heimspiel gegen Buchs an den 4:0-Sieg bei Au-Berneck anknüpfen. «Ich erwarte von meinem Team eine gute Spielkultur und dass es unsere Spielphilosophie umsetzt», meint Trainer Patrick Lenherr. Verbessern müsse man aber die Chancenauswertung. Der Gegner, so Lenherr, sei schwer einzuordnen. Man wisse nie, ob noch Spieler der ersten Mannschaft das Team verstärken. (kuc)

IN KÜRZE

Fussball. In der zweiten Vorrunde des Schweizer Cups ist der FC Buchs an Amriswil mit 1:2 gescheitert. Eine Runde weiter sind dagegen Rütthi (1:0 gegen Schmerikon) und Trübbach (5:1 gegen Trun/Rabus).

SMS AUS LONDON



«Die Eröffnungsfeier war super, leider war es sehr, sehr kalt. Ich war sehr gespannt, wie es im Stadion aussieht und es hat alle meine Vorstellungen übertroffen. Wir hatten hohen Besuch aus dem Bundeshaus bekommen, ich freute mich, dass ich Frau Widmer-Schlumpf kennenlernen durfte. Heute haben die Rennrollstuhlfahrerinnen und -fahrer ihr erstes Rennen über 5000 Meter. Ich gehe natürlich meine Teammitglieder anfeuern. Mir selber geht es gut und bin immer noch nicht nervös.»

Alexandra Helbling (Azmoos) ist seit einem Unfall im Jahr 2000 querschnittgelähmt. Sie eilt in der Disziplin Rennrollstuhl von Erfolg zu Erfolg und nimmt in London erstmals an den Paralympics teil.

Kantonalmeistertitel werden vergeben

Geräteturnen. – Dieses Wochenende wird in der Turnhalle Unterdorf in Grabs um die Titel der Kantonalmeisterschaft gekämpft. Die kantonal besten Geräteturnerinnen und Geräteturner aus jeder Kategorie treffen sich zu diesem Anlass. Am Samstag eröffnen um 8 Uhr die jüngsten Turnerinnen (K1 und K2) den Wettkampf. Da sich sehr viele Mädchen qualifizierten, starten die Teilnehmerinnen dieser Kategorien in drei Abteilungen (A1, A2 und A3). Die höheren Klassen greifen am Samstag ab 15.12 Uhr (Abteilung 1 der St. Galler Turnerinnen Klasse K5) ins Wettkampfgeschehen ein. Am Sonntag wird ab 8.15 Uhr gestartet, den Anfang macht die Kategorie K6 der Turnerinnen. Höhepunkt wird um 15.55 der Gerätefinal sein. An ausgewählten Geräten werden nochmals die besten Turner zu sehen sein. Es starten im Übrigen auch zahlreiche ausserkantonale Turner. Diese werden in Gäste-Kategorien separat gewertet. (pd)