

Von der Loipe an die Ironman-WM

Vor eineinhalb Jahren beendete Livio Bieler seine Karriere als Profilingläufer. Nun qualifizierte sich der Bonaduzer für die Ironman-WM in Hawaii. Wie ein Bubentraum plötzlich in Erfüllung ging.

von Roman Michel

Wer den «alten» Livio Bieler kennenlernen will, muss sich durch sein Instagramprofil scrollen. Runter. Bis mindestens in den März 2021. Oder aber er besucht Bieliers Website. «Livio Bieler – Langläufer», heisst es da.

Schauplatz Rheinschlucht. Versambrücke. Rechts und links geht es steil in das Versamertobel runter. Livio Bieler lehnt sich auf der Brücke an sein Rennrad. Putzt mit einem Tuch seine Sportbrille. Schliesst seinen Velohelm. «Beim Ironman erlebst du während eines einzigen Rennens so viele Höhen und Tiefen. Und aus jeder Krise findest du irgendwie raus. Das ist cool.»

Die Nahrung fehlte

Es lohnt sich, den «alten» Livio Bieler zu kennen, um die Geschichte des «neuen» etwas besser zu verstehen. Mitte Juli lief der 29-jährige Bonaduzer in Thun seinen ersten Ironman. 3,8 Kilometer Schwimmen. 180 Kilometer Radfahren. 42,195 Kilometer Rennen. Acht Stunden und 58 Minuten brauchte Bieler hierfür. Es war im ersten Anlauf das Ticket für die berühmte Ironman-WM in Hawaii. Der Mann, der vor nicht einmal eineinhalb Jahren noch zur erweiterten Weltelite im Langlauf zählte, gehört jetzt plötzlich zu den besten Ironman-Athleten der Welt. Bieler sagt, er sei in Thun erstmals einen Marathon im Rahmen eines Ironman gelaufen. Entsprechend überraschend kam für ihn die WM-Qualifikation. «Für solche Tage wie in Thun habe ich ein ganzes Leben als Langläufer hingearbeitet. Was ich im Langlauf nicht erleben durfte, durfte ich nun im Ironman erleben.»

Im März 2021 hatte Bieler seine Langlaufplatten an den Nagel gehängt. Nach 15 Jahren im Leistungssport und mit 27 im besten Sportleralter. «Erfolge sind für einen Athleten die Nahrung»,



Ein Hauch Hawaii am Dorfrand von Bonaduz: Livio Bieler stellt sich schon einmal auf sein WM-Abenteuer ein. Bild Mayk Wendt

sagt er. Und davon hatte er zu wenig. Oder zumindest nicht so viel, wie er es sich vorgestellt hätte. Zweimal schaffte es Bieler während seiner Karriere in die Weltcuppunkte. Dreimal wurde er Schweizer Meister. Zu wenig. 2020 entzog ihm Swiss-Ski den Kaderstatus. Bieler wagte den Neuanfang. Er ging nach Norwegen, versuchte sich alleine zurückzukämpfen. Und zog knapp ein Jahr später einen Schlussstrich.

«Wie auf dem Piratenschiff»

Der Schritt in den Ironman-Sport war dann ein kurzer. Bevor Bieler voll auf die Karte Langlauf gesetzt hatte, wurde er mehrmals Bündner Meister im Triathlon. Vater Norbert Bieler reiste bereits dreimal an die WM in Hawaii. Stundenlang hing der kleine Livio dann jeweils am Livestream vor dem Laptop. Die Atmosphäre imponierte ihm. «Vor allem der Startschuss», erinnert sich Bieler. «Der kam aus einer Kanone, wie auf dem Piratenschiff.» Die Augen leuchten noch heute. Seither war dieser Traum von der eigenen Hawaii-Teilnahme im Hinterkopf. Geplant war die Premiere im Herbst 2023. Doch dann kam Thun. Die WM-Qualifikation bei erster Gelegenheit. Dass er, sofern alles aufgehe, eine Zeit unter neunehalb Stunden laufen könne, das habe er gewusst, sagt Bieler. Am Ende war er über eine halbe Stunde schneller. «Das nehme ich natürlich auch.»

Auch wenn die Belastung und die Intensität aufgrund der längeren Dis-

tanzen im Ironman ganz anders sind als im Langlauf, kommt seine Vergangenheit Bieler entgegen. «Ich habe ein ganzes Leben immer trainiert. Davon kann ich noch eine Weile zehren.» Der Körper ist sich die sportliche Tätigkeit gewohnt. Die Muskulatur erinnert sich auch nach einer kurzen Pause schnell wieder an die Belastungen. Gerade in den Sommermonaten trainieren die Langläufer oft auf dem Rennvelo und absolvieren Ausdauerläufe.

Der Luxus war früher

Verändert hat sich Bieliers Alltag trotzdem. Er ist jetzt nicht mehr Profi, arbeitet im Sportgeschäft der Eltern. Für die zwei täglichen Trainingseinheiten bleibt der frühe Morgen und die Zeit nach Feierabend. Vor allem die Erholung leidet darunter. «Das ist natürlich nicht mehr das Luxusleben von früher», sagt Bieler. Als Langläufer konnte er quasi 24 Stunden für seinen Sport leben. Ebenfalls ungewohnt ist die Ernährung, gegenüber den Jahren als Langläufer ein nochmals intensiveres Thema. Pro Stunde im Wettkampf nimmt Bieler rund 100 g Kohlenhydrate zu sich. Eine ungewohnte Menge. «Auch solche Dinge musste ich im Training üben.»

Am 8. Oktober, in knapp zwei Monaten, steht Bieliers WM-Wettkampf in Hawaii an. Der Bündner ist sich bewusst, dass das Rennen auf der Ferieninsel im Zentralpazifik ein ganz anderes werden dürfte als noch in Thun. «Die Feuchtigkeit. Die Temperaturen. Ich muss mich auf etwas Härteres vorbereiten, auch mental.» Immerhin muss er die Reise nach Hawaii nicht alleine antreten. Vater Norbert Bieler hat sich zum vierten Mal für die WM qualifiziert. Die spezielle Geschichte von Livio Bieler ist damit um ein weiteres Kapitel reicher.

Übrigens: Bieler sagt, er überarbeite seinen Internetauftritt demnächst einmal. Dann ist aus dem Langläufer definitiv ein Ironman-Athlet geworden.

«Erfolg ist für einen Athleten die Nahrung.»

Livio Bieler
Ironman-Athlet aus Bonaduz

Auf einen Blick

REITEN SOMMERCONCOURS HIPPIQUE ST. MORITZ

21. Prüfung (R/N120): 1. Katrin Holzer (Worblaufen; A/Rock) 0; 40. 43. 2. Giulia Locatelli (Silvaplana; Lou Lou) 0; 41. 5. 3. Laura Hunziker (Unterkulm; KLC Octopussy) 4; 42. 89.
22. Prüfung (B75): 1. Alena Bareiss (Barzheim; Lady la Bonne) 0. 2. Naira Filiri (Davos Platz; Thagoras) 0. 3. Noemi Gutknecht (Basadingen; For Top) 4.

SCHWINGEN FESTE VOM WOCHENENDE

Sörenberg LU. Bergschwinget. Schlussgang: Joel Wicki (Sörenberg) bezwingt Urs Doppmann (Romooos) nach 10 Sekunden mit Kurz und Ableren übers Knie. Rangliste: 1. Wicki 59, 75. 2. Marro Fankhauser (Hasle) 58, 50. 3. Doppmann, Lukas Bissig (Attinghausen) und Remo Käser (Burgäschli) je 57, 75. 4. Stefan Ettlin (Kerns), Marc Lustenberger (Hasle) und Roman Wandel (Buttisholz) je 57, 25.

Boveresse NE. Regionalfest. Schlussgang: Marro Waeber (Gurmels) bezwingt Branighan Monney (Châbles). Rangliste: 1. Waeber 58, 75. 2. Monney 57, 25. 3. Fabio Mettler (Lengnau BE) 56, 75. 4. Jason Schweizer (Sulpiole) 56, 50.
Engstlenalp ob Innertkirchen BE. Regionalfest. Schlussgang: Matthias Aeschbacher (Rüegsau) bezwingt Reto Thöni (Innertkirchen) mit Haken. Rangliste: 1. Aeschbacher 59, 50. 2. Thöni 57, 25. 3. Simon Anderregg (Unterbach) und Kevin Steudler (Hasliberg Reuti) je 57, 00. 4. Martin Sommer (Häusermoos) 56, 75. 5. u. a. Maroel Bieri (Edlibach) 56, 50.

SPORT NACH REDAKTIONSSCHLUSS
www.suedostschweiz.ch/sport



Giger und Tscherner triumphieren

Der beste Bündner Jungschütze heisst Fabio Giger. Der dreifache Sieger bei den Jugendlichen siegte erstmals bei den Jungschützen. In der Kategorie Jugendliche war Livio Tscherner am treffsichersten.

von Gion Nutegn Stgier

Die ausgezeichneten Bedingungen im Schiessstand in Versam ermöglichten den 100 Teilnehmern und Teilnehmerinnen, am Jugend- und Jungschützenfest 2022 sehr gute Resultate zu erzielen. In der Gruppenkonkurrenz kämpften bei den Jungschützen 16 Gruppen um den Bündner Meistertitel, bei den Jugendlichen waren es deren sieben Teams. Der kantonale Anlass wurde von der Schützengesellschaft Signina organisiert unter der Leitung von Hans Stucki.

Vater war schon Schützenkönig

Im Einzelwettkampf der Jungschützen gewann mit Fabio Giger (Paspels) ein grosses Talent den Wettkampf, gehört er seit 2016 zu den besten Nachwuchsschützen des Kantons. Bereits drei Mal siegte Giger bei den Jugendlichen (2016/2018/2019) und nun als 17-Jähriger auch erstmals in der Kategorie Jungschützen U21. Treffsicher zeigte er sich vor allem in der Serie, welche ihm auch den Erfolg ermöglicht hat. Der Gewinner war überglücklich nach dem Erfolg an diesem Wettkampf, wo er 93 Punkte geschos-

sen hat. Giger hat seine Treffsicherheit wohl von seinem Vater Hansruedi Giger erlernt, war dieser vor zehn Jahren Schützenkönig Gewehr Ordonanz 300 Meter liegend am Bündner Kantonal Schützenfest. Platz zwei belegte in Versam Ray Perfler (Felsberg) ebenfalls mit 93 Punkten, jedoch mit

einem Punkt weniger als Giger in der Serie. Die Podestplätze bei den Jungschützen ergänzte mit 91 Punkten Ronja Levy (Sedrun-Tujetsch). Den Gruppensieg bei den Jungschützen holte sich nicht unerwartet die Gruppe Castrisch II mit 685 Punkten vor Castrisch I mit einem Punkt weniger

und Davos mit einem total von 683 Punkten.

Überraschender Sieger bei den Jugendlichen

Eine Überraschung ist der Sieg von Livio Tscherner (Schiers) im Einzelwettkampf der Jugendlichen. Der Schüler wird im November zwölf Jahre alt und ist seit einem Jahr aktiver Jungschütz. Nach seinem Erfolg strahlte der Prättigauer, welcher bereits entschieden hat, dass er eine Lehre als Polymechaniker machen werde, wenn möglich bei der Rhätischen Bahn. Tscherner siegte mit guten 91 Punkten. Seine Treffsicherheit hat der Knabe wohl von seiner Mutter Sybill Tscherner, welche in der Schweiz zu den besten Pistolenschützinnen gehört. Lucas Caviezel (Vrin) als Zweiter schoss 90 Punkte und sicherte sich damit eine weitere Medaille für die Surselva. Das Podest ergänzt hat bei den Jugendlichen Rajmonda Omura (Andeer), welche ebenfalls 90 Punkte erzielt hat. Im Gruppenwettkampf U15 holte sich Tomils klar den Sieg mit 491 Punkten vor Sedrun II mit dem Resultat von 484 Punkten und Sent mit dem Ergebnis von 479 Punkten.



Am treffsichersten in Versam: Fabio Giger (links) und Livio Tscherner. Bild Gion Nutegn Stgier