

Koras Mut macht sich bezahlt

Das Niveau der Schweizer Top-Sprinterinnen ist höher denn je – und mittendrin die St. Gallerin Salomé Kora.

Jörg Greb

Dieses Klassement ist eine eindrückliche Momentaufnahme. Mujinga Kambundji gewinnt das 100-m-Rennen in Genf in erstklassigen 11,07 Sekunden, Salomé Kora verliert nur fünf Hundertstel und läuft mit 11,12 eine persönliche Bestzeit. Die Hallen-Europameisterin Ajla Del Ponte lässt sich nach überstandener Coronainfektion 11,18 notieren – und alle sind sie vor der zweifachen Weltmeisterin über 200m, Dafne Schippers, im Ziel. Die Niederländerin lässt sich 11,25 Sekunden notieren.

Kora spricht von «einem unglaublich guten Rennen». Sie sieht nicht nur «weitere Perspektiven», sondern macht ebenso einen enormen Hunger auf noch mehr aus. Dieser bezieht sich auch auf die 4x100-m-Staffel. Das Schweizer Trio realisierte zu Programmbeginn mit der Rheintalerin Riccarda Dietsche über 4x100 m mit 42,42 Sekunden eine Jahresweltbestzeit. «Grossartig», sagt Kora. Nur 24 Hundertstelsekunden fehlten zum Schweizer Rekord. Sie betont: «Das war noch lange nicht das Optimum. Der Wechsel zwischen Mujinga und mir liess zu wünschen übrig.»

Ehrenvolle Nomination

Doch auch so hat sich für Kora die Reise von der Ostschweiz nach Genf mehr als bezahlt gemacht. Die Bestätigung ist ihr gelungen. Ihre Absicht, die Olympia-Limite von 11,15 Sekunden nach 2019 auch aktuell zu unterbieten, hat sie erfüllt. Und davon profitiert sie unmittelbar. Für die Team-EM vom kommenden Wochenende im rumänischen Cluj-Napoca ist sie neben der Staffel für den 100-m-Einzellauf nominiert worden. «Den Hunderter zu laufen, ist für mich eine Riesenereignis», sagt sie. Kambundji wird das 200-m-Rennen bestreitet, Kora erhielt den Vorzug gegenüber Del Ponte, weil sie die Direktbegegnung in Genf für sich entschied.

Noch dauert es eineinhalb Monate bis zum Saisonhöhepunkt, den Olympischen Spielen in Tokio. Der Traum, als Ziel formuliert, könnte anspruchsvoller



«Das war noch lange nicht das Optimum»: Salomé Kora.

Bild: Martial Trezzini/KEY (Genf, 12. Juni 2021)

Wieder Rekorde für Lobalu

Ausrufezeichen Dominic Lobalu vom LC Brühl hat am internationalen Meeting von Genf ein weiteres Mal auf sich aufmerksam gemacht. Mit 3:40,79 Minuten über 1500 m hat er einen Klubrekord aufgestellt – um eine winzige Hundertstelsekunde.

Eigentlich fühlt sich Lobalu auf etwas längeren Strecken zu Hause. Den Start über 1500 m vom Wochenende in Genf sah er eher als Tempotest. Diesen hat der Flüchtling aus Südsudan

aber mit Bravour bestanden. Mit 3:40,79 Minuten stellte er einen Klub- und Kantonalrekord auf. Er lief um eine Hundertstelsekunde schneller als Hansruedi Knill im Jahr 1968. Knill war, ob schon seinerzeit als Amateurläufer unterwegs, dreifacher Schweizer Meister und zweifacher Olympia-Teilnehmer.

Lobalu setzt damit ein weiteres Ausrufezeichen. Schon vor einer Woche hatte er an der Schweizer Meisterschaft über

10 000 m auf der Bahn einen persönlichen Rekord aufgestellt und dabei Tadesse Abraham um eine halbe Minute distanziert. Als Flüchtling lief er jedoch an der nationalen Meisterschaft ausser Konkurrenz. Als Nächstes steht für Lobalu die Schweizer Meisterschaft über 5000 m an. Noch darf Lobalu nur Wettkämpfe in der Schweiz bestreiten, da sein Ausländerausweis mit dem Status F keine Auslandsreise zulässt. (rst)

kaum sein: eine Olympia-Medaille mit der Sprint-Staffel. «Wir müssen und werden uns nochmals steigern», sagt Kora. Platz vier an der WM 2019 vermittelt Zuversicht.

Mutige Schritte und der richtige Weg

Ihre jüngste Entwicklung sieht Kora als Bestätigung für die mutigen Schritte, welche sie in den vergangenen eineinhalb Jahren gemacht hat. Diese war verbunden mit einem Reifeprozess und der Suche nach dem für sie richtigen Weg. 2019 gab die Initialzündung. «Die Olympia-Limite von 11,13 war ein grosser Erfolg, verbunden aber mit zu vielen Auf und Abs.» Sie erinnert sich an die Knieverletzung. Wegen Corona und der Olympia-Verschlebung konnte sie der Reha nach der Operation im Februar 2020 die nötige Zeit geben.

Und im Training hat sie sich neu ausgerichtet. Seit dem Abschluss des Studiums zur Oberstufenlehrerin im Februar setzt sie voll auf den Sport. Örtlich ist sie nicht mehr gebunden. Nach «einem kurzen Exkurs nach Zypern» wechselte sie vergangenen Herbst zu Goran Obradovic, einer Trainerkapazität aus Serbien, und dessen bunt zusammengesetzter Gruppe. Kora sagt: «Goran hat erkannt, dass ich nur geringe Umfänge ertrage und die Reize sehr gezielt gesetzt haben muss.»

«Ich fühle mich weniger abhängig»

Viele Wochen und Monate hat die 27-Jährige seit vergangener Herbst in Serbien verbracht. Im Winter profitierte sie nicht zuletzt von den weniger harten Covid-19-Einschränkungen im Vergleich mit der Schweiz. Gelernt hat sie aber ebenso, auf sich zu hören. Wenn sie – wie jetzt – in St. Gallen trainiert, ist dies besonders wichtig. «Im Vergleich zu früher fühle ich mich deutlich weniger abhängig», sagt sie. Sie versteht es, vom 1:1-Kontakt wie vom eigenverantwortlichen Wirken zu profitieren. Und eine weitere Konsequenz: Das Selbstvertrauen ist gewachsen. Dabei handelt es sich bei Kora womöglich um die wesentlichste Veränderung.

St. Gallens Muheim zieht es nach Hamburg

Fussball St. Gallens Miro Muheim wechselt zum Hamburger SV in die 2. Bundesliga. Gestern hat der 23-jährige Zürcher in Deutschland offenbar die medizinischen Checks absolviert. Recherchen bestätigen die Meldung, die zunächst auf Bild.de publiziert worden war.

Muheim wird einen Leihvertrag für ein Jahr unterschreiben, danach können ihn die Norddeutschen definitiv verpflichten für die kolportierte Summe von 1,5 Millionen Euro. Im Prinzip würde der Vertrag des Linksverteidigers mit dem FC St. Gallen im Sommer 2022 auslaufen, doch einhergehend mit dem Leihgeschäft wird Muheim den Kontrakt mit den Ostschweizern verlängern. Dies aus einem einfachen Grund: Der HSV muss derzeit ebenfalls sparen, und schiebt die etwaig zu zahlende Summe damit um ein Jahr vor sich hin. Wovon letztlich auch der FC St. Gallen profitiert.

Schon zum Trainingsstart soll Muheim da sein

Neben Muheim weilte gestern auch noch Mittelfeldspieler Jonas Meffert von Holstein Kiel zum Medizincheck in Hamburg. Beide sollen schon zum Train-



Miro Muheim

Bild: Keystone

ningsauftakt unter Trainer Tim Walter am Mittwoch dabei sein.

Muheim, der in den Nachwuchsabteilungen des FC Zürich und des FC Chelsea ausgebildet wurde, spielt seit Februar 2018 für St. Gallen. Nachdem er sich einen Kreuzbandriss zugezogen hatte und lange ausgefallen war, entwickelte sich der gelernte Flügelspieler zu einem der besten Aussenverteidiger der Super League.

Wie St. Gallen die Lücke schliessen will, die der frühere Nachwuchs-Internationaler hinterlässt, ist offen. Zuletzt gab es die Gerüchte, der Klub sei an Luganos Linksverteidiger Adrian Guerrero interessiert. Doch seit dem verlorenen Cupfinal vor drei Wochen haben die Ostschweizer weder Zu- noch Abgänge kommuniziert. Schon seit März ist bekannt, dass auch Captain Jordi Quintillà St. Gallen verlässt. Am Freitag nimmt die Mannschaft mit den Leistungstests die Vorbereitung auf die neue Saison auf. (cbr/pl)

Morgenkaffee als Muntermacher für Federer

Bei seinem ersten Rasenturnier seit dem verlorenen Wimbledon-Final 2019 steht Roger Federer in den Achtelfinals.

701 Tage sind vergangen, seit Roger Federer letztmals auf Rasen gespielt hat. Dazwischen liegen zwei Jahre und zwei Operationen am Knie. Das alles will er nun endlich hinter sich lassen. Wie auch die Erinnerung an diesen 14. Juli 2019. Es war der Wimbledon-Final, in dem Federer gegen den Serben Novak Djokovic zwei Matchbälle nicht verwerten konnte. Nun kehrt Federer mit einem 7:6 (7:4), 7:5-Erfolg gegen den Qualifikanten Ilya Iwaschka (27, ATP 90) zurück, bekundet gegen den Weissrus-

sen aber vor allem zu Beginn der Partie mehr Mühe als erhofft. Zwei Breakchancen muss Federer abwehren, ehe er sich im Tiebreak mit 7:4 durchsetzt. Im zweiten Durchgang gelingt ihm das einzige Break der Partie – zum 7:6, 7:5-Erfolg.

Nach der Partie sagte Federer: «Ich spielte nun auf Hartplatz, auf Sand und jetzt auf Rasen. Das lässt sich kaum vergleichen, aber es ist aufregend, zurück zu sein. Ich habe es vermisst.» Körperlich fühle er sich gut, nicht einmal Muskelkater

habe er nach den ersten Trainingsauf Rasen gehabt, wie das sonst üblich sei. Allerdings habe er in Halle, wo er seit Donnerstag mit seiner Familie weilt, auch noch nie voll trainiert, weil er sich noch von den Strapazen in Paris erholen müssen.

Kein Muskelkater, «aber das Alter spüre ich schon»

Auf Frage dieser Zeitung sagte Federer: «Nach den Spielen gegen Cilic und Koepfer spürte ich diesen Schock, den der Körper braucht. Das zeigt mir auch,

dass ich ans Limit gehe.» Er habe keinerlei Beschwerden, sei aber gespannt, wie er sich am Tag danach fühle. «Das einzige, das ich jeweils spüre, ist das Alter. Die ersten fünf Minuten bis zum ersten Kaffee bin ich etwas steif unterwegs. Aber ich glaube, das hat jeder.»

Nach Doha im März auf Hartbelag, Genf und den French Open auf Sand, wo er sich nach der dritten Runde wegen einer Blessur am Knie zurückgezogen und dafür Kritik geerntet hatte, bestreitet Federer das erste Tur-

nier seit zwei Jahren auf Rasen und erst das vierte in den letzten 17 Monaten. In Halle, wo er mit zehn Titeln Rekordsieger ist und 2019 den gewann, will sich der 39-jährige Federer den Feinschliff für Wimbledon holen.

Am Dienstag geniesst Roger Federer einen spielfreien Tag. Dann ermitteln der Kanadier Félix Auger-Aliassime (20, ATP 21) und der Pole Hubert Hurkacz (24, ATP 17) seinen Gegner in den Achtelfinals.

Simon Häring

Sport im TV

SRF2	Fussball-EM:
17.20	Ungarn – Portugal
20.30	Fussball-EM:
	Frankreich – Deutschland
23.35	Sportflash

Eurosport	Tennis: ATP-Turnier in Halle
11.00	