MEIN HIGHLIGHT
In der FIT-for-LIFE-Rubrik zeigen ehemalige Schweizer Sportgrössen ein Bild, das den Höhepunkt ihrer Laufbahn repräsentiert, und erzählen die Geschichte dazu. Bisher erschienen: Alois Kälin (Ski nordisch), Fredy Glanzmann (Ski nordisch), Marcel Schelbert (Leichtathletik), Xaver Kurmann (Rad), Urs Zimmermann (Rad), Xeno Müller (Rudern), Anita Weyermann (Leichtathletik), Sandra Gasser (Leichtathletik), Remo Lütolf (Schwimmen), Urs Freuler (Rad), Martin Feigenwinter (Eisschnelllauf), Albert Zweifel (Radquer) und Robert Dill-Bundi (Bahnrad).

MARKUS RYFFEL

über seine 5000-m-Silbermedaille an den Olympischen Spielen 1984 in Los Angeles

Markus Ryffel mit dem Bild von der Siegerehrung, bei der er stolz seine Olympia-Medaille präsentiert.

FOTO: ANDREAS GONSETH/KEYSTONE

Wegweisend für meine Olympiavorbereitung auf Los Angeles waren die Weltmeisterschaften ein Jahr zuvor in Helsinki. Im 10 000-m-Vorlauf stieg ich nach der Hälfte völlig frustriert und weit abgeschlagen aus dem Rennen. Alles schien sinnlos. Über 5000 m konnte ich mich zwar rehabilitieren und schaffte es bis in den Final, aber dort war der Ofen aus, und es reichte nur noch für Rang 12.

Die Medien gaben mir danach nur noch wenig Kredit. Sie glaubten nicht, dass ich die Vorgabe von Moskau, wo ich an den Spielen 1980 Fünfter über 5000 m wurde, noch einmal würde erreichen können. Ich konnte nur sportlich antworten und entschied mich, für Los Angeles voll und ganz auf eine Distanz, die 5000 m, zu setzen. Als ich an den Hallen-Europameisterschaften 1984 über 3000 m die Silbermedaille gewann, wusste ich, dass ich auf dem richtigen Weg war.

Die Ausgangslage vor dem Olympia-Final war speziell. Es hatte viele Ausnahmeläufer wie John Walker oder auch Said Aouita, die von den 1500 m her kamen, und mit denen ich in einem langsamen Rennen auf der letzten Runde nicht mithalten konnte. Ich brauchte daher ein schnelles Rennen, um eine Chance zu besitzen. Glück für mich war, dass der Portugiese Antonio Leitao die gleichen Voraussetzungen wie ich hatte und mit Ezequiel Canario ein zweiter Portugiese im Final stand, der bereit war, das Rennen schnell zu machen und sich für seinen Landsmann als Hasen zu opfern.

Im Call-Room kurz vor dem Rennen warteten wir auf den Aufruf, aber unser Lauf hatte Verspätung. Da verlor der amerikanische Mitfavorit Doug Padilla völlig die Nerven und redete auf uns ein wie ein Verrückter. Der sehr gläubige Mormone Padilla erklärte uns, in welcher Ausnahmesituation wir uns befänden, und dass nur ganz wenige Menschen auf der Welt so einen Final erleben dürften. Die Situation war grotesk, Padilla völlig von der Rolle. Der Neuseeländer John Walker, Olympiasieger 1976 über 5000 m, grosses Vorbild und Mentor zugleich, legte seinen Arm um meine Schulter und flüsterte mir ins Ohr, ich solle ganz ruhig bleiben und mich freuen, denn ich hätte jetzt einen Gegner weniger.

Dann ging alles wie im Traum: Canario machte den Final von Beginn weg schnell, ich lief so ökonomisch und kräfteschonend wie möglich, immer an der Innenkante den kürzesten Weg, und nach 3200 Metern verschaffte ich mir einen Überblick: Weltrekordhalter Dave Moorcraft war bereits abgehängt, und auch Padilla und Walker verloren den Anschluss, wir waren vorne noch zu siebt. Ich fühlte mich gut in diesem Schnellzug und wusste, das ist das perfekte Rennen, heute kann ich eine Medaille gewinnen. Gleichzeitig wusste ich aber auch, dass es keinen Endspurt geben durfte, und in der Euphorie glaubte ich rund 300 m vor Schluss gar, Said Aouita angreifen zu können. Der Marokkaner war aber unwiderstehlich und zog los. Ich ihm nach, und 200 m vor Schluss klaffte eine Lücke von rund zwei Sekunden zwischen mir und dem Dritten, da war ich mir sicher, das bringe ich nach Hause. Ich genoss den Einlauf in vollen Zügen und war überglücklich. Die Zeit von 13:07,54 war neuer Schweizer Rekord. Danach ging ich als Erstes zu Canario und bedankte mich.»

Aufgezeichnet von Andreas Gonseth

Was danach geschah: *Nachdem Markus Ryffel 1985 seine Bestleistung über 10 000 m auf 27:54,29 min gesteigert hatte, wollte er sich auf die Marathondistanz konzentrieren und sich für seine vierten Olympischen Spiele 1992 in Atlanta qualifizieren. Doch das Marathon-Abenteuer misslang und 1991 gab Ryffel seinen Rücktritt bekannt. Im Anschluss an seine sportliche Karriere widmete er sich zusammen mit seinem Bruder Urs und Markus Bill ganz den Aktivitäten ihrer Firma Ryffel Running. Zusammen bauten sie verschiedene Standbeine auf, darunter zwei Sportgeschäfte in Uster und Bern samt Versandhandel, diverse Kursangebote im Gesundheitsbereich sowie Marathonreisen und Leiterausbildungen in Aqua-Fit, Running und Walking. Zudem waren die beiden Brüder massgeblich am Aufbau von Sportveranstaltungen beteiligt wie unter anderem Greifenseelauf, Schweizer Frauenlauf oder Swiss Walking Event.* **F**