Das Lauffeuer flackert auf – auch im Glarnerland

Fertig Winterschlaf. Der Klöntalerseelauf, die Glarner Berggeiss und der Glarner Stadtlauf rücken Schritt für Schritt ins Bewusstsein der Laufenden des Kantons. Es macht Sinn, jetzt die Weichen zu stellen im Hinblick auf die Teilnahme an diesen Volkslauf-Spektakeln.

Jörg Greb

Die Laufsaison ist lanciert. Am Samstag findet der GP Bern mit über 35 000 Teilnehmenden statt. Und das Wiedererwachen des Lauffiebers zeigt sich auch im Kanton Glarus. Bereits frühlingshaft warm ist es gewesen und neben den Laufroutiniers fühlten sich unzählige Gelegenheitsjoggerinnen und -jogger motiviert, die Laufschuhe regelmässig zu schnüren. Kaum etwas Schöneres gibt es, als den Frühling aktiv zu erkunden. Das Erwachen der Natur mitzuverfolgen. Den Duft von Blumen zu riechen. Die Vögel zwitschern zu hören. Sonnenstrahlen ermuntern das Gemüt. Bewegung an der frischen Luft sorgt für neue Energie.

Ruhig lässt es sich vorerst angehen. Aber mit der Regelmässigkeit stellen sich Fortschritte rasch ein. Und vielfach entwickelt sich daraus die Lust, sich zu messen. Im Glarnerland hat sich in den letzten Jahren eine erfreuliche Laufcommunity gebildet. Ihre Mission: das Laufen zu portieren, bestmögliche Voraussetzungen schaffen und Einsteigerinnen und Einsteiger zu motivieren.

Mit Vorbereitungskurs an den Klöntalerseelauf

Wie alles Hand in Hand läuft, zeigt sich an einigen Beispielen. Die bedeutendsten Glarner Laufevents spannen zusammen: der Klöntalerseelauf, die Glarner Berggeiss sowie der Glarner Stadtlauf. Im Glarner Laufcup sind sie zusammengehalten. Und um nicht nur einen Mehrwert für die wettkampferprobten Läuferinnen und Läufer zu generieren, suchen die Veranstalter in Zusammenarbeit mit der IG Lauf Synergien. Explizit richten sie sich zum Beispiel an Anfängerinnen und Anfänger.

Ab nächster Woche – jeweils montags, 18.30 bis 20 Uhr, Turnhalle Buchholz, Glarus – bietet die Gruppierung Vorbereitungskurse an im Hinblick auf den Klöntalerseelauf vom 27. Juni. Der Zeitpunkt ist geschickt gewählt: Die verbleibenden acht Wochen reichen, auch Novizen so vorzubereiten, dass sie an besagtem Freitagabend zu einem beglückenden Erfolgserlebnis kommen am schmucken See.

Trail-Rennen aufgewertet

Zum jetzigen Zeitpunkt spricht vieles für eine erfolgreiche Veranstaltung. Von «einem Bijou» schwärmen erfahrene Läuferinnen und Läufer oft im Zusammenhang mit den gut 12,7 Kilometer langen Rennen um den grössten Glarner See. Sie verweisen nicht nur auf die malerische Umgebung, sondern streichen auch das Abwechslungsreiche hervor. Die Strecke führt auf der Kantonsstrasse vom Staudamm ans Seeende bei Vorauen. Auf den Trail-ähnlichen und besonders pittoresken Abschnitten zurück am südlichen Naturufer entlang, führt die Strecke ins Ziel in unmittelbarer Nähe des Starts.

Als Vollerfolg hat sich die Klöntalersee-Trail-Variante über 13 Kilometer ins Zentrum verschoben. Letztes Jahr erfolgte die Premiere. «Von einer grossartigen Ergänzung» haben die Teilnehmenden geschwärmt. In diesem Jahr figuriert der Trail nicht nur wieder im Programm, vielmehr ist er aufgewertet worden: Neu zählt auch diese Prüfung für die Gesamtwertung des Glarner Laufcups. Vom Mehrwert profitieren alle. Die Anmeldung ist eröffnet. Neu kann diese auch vereinfacht für alle drei Läufe der Glarner Laufcups gemeinsam vollzogen werden.

Weitere Infos zum Klöntalerseelauf unter www.kloentalerseelauf.ch.

Volksschiessen lädt zum Plausch

Näfels lädt erneut zum traditionellen Volksschiessen ein – dem einzigen Kleinkaliber-Volksschiessen im Kanton Glarus. Die Sportschützinnen und Sportschützen Glarnerland freuen sich, Teilnehmende aus nah und fern auf der Schiessanlage Schneisingen begrüssen zu dürfen. Der Anlass ist bekannt für seine gesellige Atmosphäre. Routiniers, Familien, Freundesgruppen und Firmen messen sich jeweils in entspannter Umgebung. Das geräuscharme Kleinkaliberschiessen ermöglicht ein angenehmes Sporterlebnis – ohne Rückstoss und ideal auch für Anfängerinnen und Anfänger.

Sportlich und kulinarisch attraktiv

Die Anlage bietet zwölf elektronische Trefferanzeigen sowie eine Live-Visualisierung beim beliebten Glücksstich. Neben dem Einzelwettkampf auf die 10er- und 5er-Scheibe wird auch ein Gruppenwettbewerb für Firmen, Vereine und Familien durchgeführt. Wer beim Glücksstich mitmacht, braucht nicht nur Zielgenauigkeit, sondern vor allem Fortuna auf seiner Seite. Täglich winken attraktive Preise.

Ein reich bestückter Gabentempel sorgt für zusätzliche Motivation. Möglich machen dies zahlreiche Sponsoren, allen voran die Raiffeisenbank Glarnerland als Hauptsponsorin.

An vier Abenden offen für alle

Geschossen wird am Donnerstag, 15., und Freitag, 16. Mai, sowie am Donnerstag, 22., und Freitag, 23. Mai – jeweils von 17 bis 20 Uhr. Teilnahmeberechtigt ist jeder und jede ab dem zehnten Altersjahr. Die Sportgeräte und die Munition stellen die Sportschützen Glarnerland zur Verfügung.

Für das leibliche Wohl sorgt eine Küchencrew mit Wurst und Pommes frites. Der Anlass eignet sich ideal für ein Treffen abseits von Büro oder Trainingshalle – mit oder ohne Voranmeldung. *(ae)*

Weitere Infos und Voranmeldung unter www.sportschuetzen-gl.ch

Blickt dem Fest freudig entgegen: Manuela Zürcher-Kiener sorgt dafür, dass das Esaf auch in der digitalen Welt präsent ist.
Bilder: Sasi Subramaniam

Hashtag trifft Hosälupf

Sie heisst Zürcher, lebt (noch) in Zürich – und ist trotzdem Glarnerin durch und durch: Die Molliserin Manuela Zürcher-Kiener ist die Social-Media-Chefin des Esaf 2025. Ein Spagat zwischen Tradition und Moderne.

Paul Hösli

Ich bin Glarnerin durch und durch», sagt Manuela Zürcher-Kiener mit voller Überzeugung. Obwohl sie seit Januar und der Hochzeit mit einem Seeländer den Namen Zürcher trägt und derzeit in Zürich wohnt. «Ich war eigentlich nie ein Zürich-Fan, aber manchmal kommt es anders», so die 33-Jährige mit einem Lachen.

«Aber», möchte sie umgehend festhalten, «ab November wohne ich wieder im Glarnerland. Ich konnte meinen Ehemann vom Umzug nach Mollis überzeugen.» Dass sie eine stolze Glarnerin ist, davon zeugt auch ihre nächste Aussage: «Ich hatte meine Schriften, auch während des Studiums in Bern, immer im Glarnerland. Ein Auto ohne GL-Nummer kommt für mich nicht infrage.» An der Uni Bern hat sie von 2012 bis 2017 den Bachelor sowie den Master in Betriebswirtschaftslehre mit Vertiefung Marketing erworben.

Sie will etwas zurückgeben

Aufgrund ihrer Heimatliebe war für Manuela Zürcher-Kiener auch schnell klar, dass sie sich in irgendeiner Form am Eidgenössischen Schwing- und Älplerfest (Esaf) in Mollis engagieren will. «Das Glarnerland hat mir so viel gegeben, nun möchte ich etwas zurückgeben», erklärt sie ihre Beweggründe.

> «Wir wollen nicht nur das Esaf bewerben, sondern auch die Region Glarnerland.»
>
> **Manuela Zürcher-Kiener**
> Social-Media-Chefin Esaf

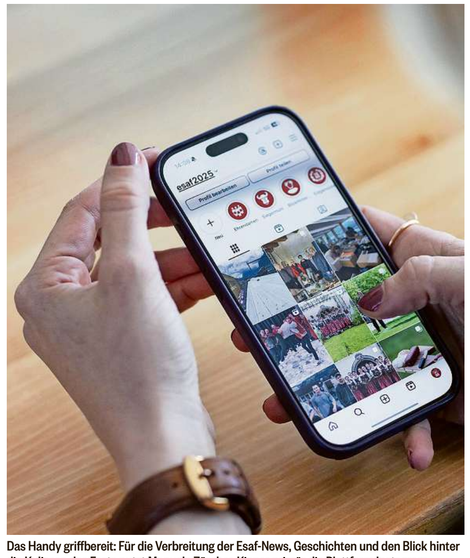
So meldet sich Manuela Zürcher-Kiener nach der Vergabe im März 2021 aktiv für einen Posten im Esaf-OK. Nach einem Gespräch mit der Kommunikationsverantwortlichen Katrin Egger einigten sich die beiden darauf, dass Zürcher-Kiener das Ressort Social Media übernimmt. «Ich bin heute noch nervös, wenn ich etwas auf Instagram veröffentliche», sagt sie. Denn Fehler in einem Beitrag würden sie extrem nerven, gesteht sie. Aber: «Wir waren noch nie einem Shitstorm ausgeliefert und haben eine sehr engagierte und interaktive Community», zeigt sie sich erfreut. Derzeit folgen dem Esaf-Kanal auf Instagram 11 400 Menschen. «Das Ziel sind etwa 20 000 auf das Festwochenende hin», sagt die gebürtige Molliserin.

Tradition trifft auf Moderne, so könnte man das Ressort Social Media bezeichnen. Schwingen ist eine sehr traditionelle Sportart, im und neben dem Sägemehlring. «Zu Beginn wurde die Wichtigkeit von Social Media im OK noch nicht vollumfänglich erkannt, mittlerweile sieht das ganz anders aus», erzählt Manuela Zürcher-Kiener, die ein fünfköpfiges Team leitet. Sie bekomme Fotos von OK-Mitgliedern zugeschickt, welche einst über die sozialen Medien die Nase rümpften. «Diese beliebt zu machen, war ein Prozess. Oder eher ein Kraftakt», sagt sie.

TikTok ist kein Thema

Eine Anstrengung, die sich laut Manuela Zürcher-Kiener gelohnt habe. Heute seien eigentlich alle begeistert von den Möglichkeiten, die Social-Media-Kanäle bieten. Hauptsächlich nutzt sie für das Verbreiten der Esaf-News, Blicke hinter die Kulissen des Fests oder Geschichten die Plattform Instagram. «Wir wollen dabei aber nicht nur das Esaf bewerben, sondern auch die Region Glarnerland», erklärt sie. Weiter nutzt sie Facebook und LinkedIn, das soziale Netzwerk für Unternehmen. Auf TikTok, speziell bei jungen Menschen sehr beliebt, verzichtet sie hingegen bewusst. «TikTok lebt von schnellen, kurzlebigen Trends. Unsere Inhalte sind jedoch auf Nachhaltigkeit und Substanz ausgelegt», erklärt sie den Grund.

Manuela Zürcher-Kiener verfügt bereits über Marketingerfahrung und kennt die sozialen Medien daher bestens. Dennoch sei es beim Esaf-Kanal ein wenig anders. «Wir achten darauf, dass wir in unseren Beiträgen keine englischen Begriffe verwenden. Das passt nicht zum Schwingsport», nennt sie ein Beispiel. Diese Strategie zahlt sich offenbar aus, einen Beitrag auf Instagram über den Bau der Brunnen für das Schwingfest haben über 300 000 Menschen angeschaut.



Das Handy griffbereit: Für die Verbreitung der Esaf-News, Geschichten und den Blick hinter die Kulissen des Fests nutzt Manuela Zürcher-Kiener primär die Plattform Instagram.

Auch kontroverse Themen

Dass Manuela Zürcher-Kiener für ihr Ressort Feuer und Flamme ist, drückt im Gespräch immer wieder durch. Ihre Augen leuchten, wenn sie von ihrer Arbeit erzählt. Etwa ein Zehn-Prozent-Pensum wendet sie neben ihrer Vollzeitstelle in der Immobilienfirma ihres Vaters in Mollis für das Esaf auf.

Gemeinsam mit dem Team produziert sie die Inhalte für die Kanäle und entscheidet, was, wann, wie und wo veröffentlicht wird. «Zum Start wählten wir bewusst unverfängliche Themen wie die Vorstellung von bekannten Schwüngen mit Nachwuchsschwingern und liessen kontroverse Aspekte wie den Verkehr noch aussen vor», erklärt sie das Konzept. «Wir wollten zuerst eine grosse Community und Vertrauen aufbauen. Aber künftig greifen wir auch heiklere Inhalte auf unserem Kanal auf.» Sie sei sich bewusst, dass dies auch dazugehöre.

Mit Rychen Schulbank gedrückt

Als ehemalige sehr talentierte Skirennfahrerin ist Manuela Zürcher-Kiener in der Sportwelt längst daheim – im Schwingen dagegen weniger bewandert. Sie gehörte im Skifahren dem Nationalen Leistungszentrum an, besuchte das Sportgymnasium in Davos und duellierte sich mit Schweizer Skigrössen wie Wendy Holdener oder Michelle Gisin. «Die beiden waren ein bisschen schneller als ich», sagt sie und lacht. Ihr grosser Traum der Skikarriere platzte aber bereits als 19-Jährige. Sie hatte sich zum dritten Mal das Kreuzband gerissen, so zog sie einen Schlussstrich unter ihre aktive Skikarriere. Die Gesundheit war ihr wichtiger. Das Skifahren nimmt aber noch heute eine wichtige Rolle in ihrem Leben ein, wenn dann Zeit dafür bleibt.

Doch eine überraschende Verbindung zum Schwingen gibt es trotzdem schon lange, wie sie erzählt: «Ich bin mit Roger Rychen in die Primarschule gegangen. Damals hatte ich allerdings noch keine Ahnung, was die Jungs da im Sägemehl eigentlich machten», sagt sie lachend. 2015, als sie zur Glarner Sportlerin des Jahres nominiert war, traf sie erneut auf Rychen – ebenfalls nominiert. Seither wächst ihr Interesse am Schwingsport stetig.

> «Manchmal muss ich mich bremsen, wir können nicht alles machen und müssen abwägen.»

Dankbare Menschen

«Es ist Fluch und Segen zugleich», sagt Manuela Zürcher-Kiener, wenn sie auf ihre Vergangenheit als Leistungssportlerin in Verbindung mit ihrer Rolle im Esaf-OK angesprochen wird. Sie sei eine sehr ehrgeizige Person, was Sportlerinnen und Sportler wohl alle gemeinsam haben. «Manchmal muss ich mich bremsen, wir können nicht alles machen und müssen abwägen», sagt sie und ergänzt: «Aber unser Team ist toll, alle sind mit viel Herzblut und Leidenschaft dabei.»

Trotz des zusätzlichen Aufwands als Social-Media-Chefin im OK des Esaf, ihre Entscheidung hat sie keine Sekunde bereut. «Die Menschen sind so dankbar und schätzen selbst die kleinsten Gesten», schwärmt sie von ihrer Arbeit. Ein Beispiel nennt sie gleich: «Wenn wir zum Beispiel Stickerbogen im Wert von 1 Franken verlosen, bedanken sich die Gewinnerinnen und Gewinner immer mit herzlichen Worten.» Es sei keine leere Floskel, wenn man die Schwinger als grosse Familie bezeichne, versichert sie.

Werte wichtiger als Wünsche

Auch Manuela Zürcher-Kiener stammt aus einer grossen Familie, sie hat noch zwei Schwestern, beide als Anwältinnen tätig, und einen jüngeren Bruder, der an der HSG Wirtschaft studiert. Und einen Vater, der im Glarnerland kein Unbekannter ist. Albert Kiener, Gründer der Kunststoff Schwanden AG. Sie sei sich bewusst, dass sie mit vielen Möglichkeiten aufwachsen durfte. Aber: «Wir wurden sehr geerdet und bodenständig erzogen, und uns wurde bei Weitem nicht jeder Wunsch erfüllt», erzählt sie. Als Kind hätte sie das nicht immer verstanden, «umso glücklicher bin ich heute über diese Erziehung. Ich habe auch Demut gelernt.»

So ist sie im Esaf-OK, dem Grossanlass eines bodenständigen und geerdeten Sports, bestens aufgehoben. «Ich freue mich extrem auf das Esaf, auch wenn es drei strenge Tage werden», sagt sie – und man glaubt es ihr sofort. Denn wer mit so viel Herzblut dabei ist, zählt die Stunden nicht, sondern die Begegnungen.

Manuela Zürcher-Kiener – vier Fragen, vier Antworten

Haben Sie einen speziellen Tick? Skirennfahrer haben die Skischuhe so eng zu, dass man die Schnallen nach dem Rennen umgehend öffnen muss. Obwohl ich nun zu den Schön-Wetter-Skifahrern gehöre, öffne ich meine Schnallen vor dem Skilift immer. Diese müssen vor dem Losfahren wieder geschlossen werden – was zu Ungeduld meiner Begleiter führen kann (lacht).

Gibt es eine besonders lustige oder kuriose Anekdote aus Ihrem Leben? Es gäbe so einige «Typisch-Manuela»-Aktionen … Einst bin ich mit dem Zug von einem Rennen nach Hause gereist (Skisack mit vier paar Skis, Koffer, Skirucksack und so weiter). In Ziegelbrücke musste ich umsteigen. Da der Zug nicht direkt losfuhr, habe ich mein ganzes Gepäck hinein gestellt und habe den Zug nochmals verlassen, um zu telefonieren. Dummerweise habe ich die Zeit vergessen und der Zug ist mit meinem Gepäck losgefahren, aber ohne mich …

Welche drei, vier Worte charakterisieren Sie am besten? Empathisch, engagiert, humorvoll.

Was wünschen Sie sich für das Esaf 2025 in Mollis? Dass es uns gelingt, die DNA der Glarnerland+-Region erlebbar zu machen und somit in die ganze Schweiz hinausgetragen wird. Es soll zeigen, dass das Glarnerland viel mehr als der Kanton zwischen Zürich und Chur ist. Nämlich ein Mix aus Innovation und Tradition sowie Mut und Demut. (pli)

Auf einen Blick

FUSSBALL

1. LIGA, GRUPPE 3

Winterthur U21 – Höngg	Sa, 15.30
SV Schaffhausen – Uzwil	Sa, 16.00
Freienbach – St. Gallen	Sa, 16.00
Kosova ZH – Collina d'Oro	Sa, 16.00
Linth 04 – Tuggen	Sa, 16.00
Kreuzlingen – Mendrisio	Sa, 16.00
Eschen/Mauren – Wettswil-Bonstetten	Sa, 16.00
Taverne – YF Juventus ZH	Sa, 16.30

1. Kreuzlingen	27	15	5	7	48:35	50
2. St. Gallen U21	27	14	7	6	51:28	49
3. YF Juventus ZH	27	14	5	8	54:35	47
4. Winterthur U21	27	13	7	7	55:39	46
5. Wettswil-Bonst.	27	12	8	7	42:30	44
6. Tuggen	27	13	3	11	50:39	42
7. Collina d'Oro	27	11	6	10	33:24	39
8. Kosova ZH	27	10	9	8	36:29	39
9. Eschen/Mauren	27	11	4	12	38:37	37
10. Taverne	27	10	7	10	31:46	37
11. Höngg	27	8	9	10	31:35	33
12. Freienbach	27	10	1	16	37:49	31
13. Mendrisio	27	8	5	14	28:40	29
14. SV Schaffhausen	27	8	5	14	40:60	29
15. Linth 04	27	6	7	14	42:67	25
16. Uzwil	27	6	6	15	36:59	24

2. LIGA, GRUPPE 2

Winkeln SG – Besa	Sa, 15.30
Weesen – Eschenbach	Sa, 17.30
Tobel-Affeltrangen – Henau	Sa, 18.00
Uzwil II – Abtwil-Engelburg	Sa, 19.00
Tägerwilen – Flawil	So, 11.00
Bischofszell – Glarus	So, 15.00
Rapperswil-Jona U20 – Bütschwil	So, 16.00

1. Weesen	20	18	1	1	92:23	55
2. Besa	20	11	5	4	50:33	38
3. Abtwil-Engelburg	20	11	3	6	51:48	36
4. Eschenbach	20	10	6	4	39:28	36
5. Rapperswil-Jona II	20	9	4	7	38:34	31
6. Uzwil II	20	9	3	8	42:37	30
7. Tägerwilen	20	9	2	9	57:48	29
8. Henau	20	7	4	9	39:53	25
9. Bütschwil	20	6	6	8	30:35	24
10. Tobel-Affeltrangen	20	6	3	11	31:50	21
11. Winkeln SG	20	6	2	12	27:48	20
12. Glarus	20	5	3	12	26:49	18
13. Bischofszell	20	4	4	12	37:52	16
14. Flawil	20	3	6	11	35:56	15

3. LIGA, GRUPPE 2

Dussnang – Ebnat-Kappel	Sa, 17.00
Aadorf – Wattwil Bunt	Sa, 17.00
Uznach – Bronschhofen	Sa, 18.00
Linth 04 II – Münchwilen	So, 14.00
Wängi – Neckertal-Degersheim	So, 15.00
Kirchberg – Sirnach	So, 16.00

1. Sirnach	16	12	3	1	46:13	39
2. Wängi	16	12	1	3	40:22	37
3. Uznach	16	10	2	4	48:23	32
4. Aadorf	16	9	4	3	44:29	31
5. Ebnat-Kappel	16	8	2	6	32:29	26
6. Neckertal-Degers.	16	6	6	4	25:19	24
7. Wattwil Bunt	16	8	0	8	26:32	24
8. Dussnang	15	5	2	8	25:41	17
9. Bronschhofen	16	4	5	7	23:25	17
10. Linth 04 II	15	3	0	12	22:50	9
11. Kirchberg	16	2	3	11	33:51	9
12. Münchwilen	16	1	2	13	20:50	5

4. LIGA, GRUPPE 8

Rapperswil-Jona III – Eschen/Mauren 2b	Fr, 20.00
Uznach II – Rüti	Fr, 20.15
Kosovo 19 Schmerikon – Glarus II	Sa, 17.00
Flums – Netstal	Sa, 18.00
Wagen – Schmerikon	So, 13.00

1. Rapperswil-Jona III	13	10	1	2	25:8	31
2. Wagen	12	5	3	4	22:22	18
3. Rüti	12	5	3	4	25:25	18
4. Glarus II	13	5	3	5	22:21	18
5. Flums	13	5	3	5	29:26	18
6. Netstal	13	5	3	5	34:28	18
7. Eschen/Mauren 2b	14	5	3	6	32:40	18
8. Schmerikon	14	5	3	6	24:30	18
9. Uznach II	13	5	1	7	20:25	16
10. Kosova 19	13	2	3	8	20:28	9

NLA-Volleyballer aus Jona haben neuen Trainer

Ende April vermeldete der TSV Jona Volleyball, dass Johan Verstappen nach nur einer Saison per sofort von seinem Vertrag als Cheftrainer der 1. Mannschaft zurückgetreten ist. Dies aus privaten Gründen. Eine gute Woche später kann der Verein nun bereits den Nachfolger präsentieren. Es handelt sich um Antonio Bonelli. Der 46-jährige Italiener hat beim NLA-Klub aus Jona für zwei Saisons unterschrieben und nimmt im Sommer die Arbeit auf. Bonelli war die letzten sechs Saisons Headcoach beim deutschen Verein SSC Karlsruhe, den er 2023 in die höchste Liga und dort bis in die Play-offs führte. In der Schweiz war Bonelli noch nie tätig. Der Kontakt kam durch Verstappen zustande, wie er gegenüber der Zeitung «Badische Neueste Nachrichten» verriet. *(su)*