

athletics champions **BULLETIN**

Nr. 59 • Mai/mai 2026

THE SPIRIT
OF ATHLETICS



2025 gewinnen sie das Diamant-League-Finale in Zürich: Audrey über 800m, Simon im Weitsprung

Audrey Werro und Simon Ehammer

Beide gehören zur absoluten Weltspitze und zu den Aushängeschildern der Schweizer Leichtathletik. Neben mehreren Schweizer Meistertiteln holten sie auch international Edelmetall und Auszeichnungen. In diesem Bulletin können wir nicht alle Erfolge erwähnen. Wir verweisen aber gerne auf die Webseiten der beiden (ab Seite 12).

Audrey Werro et Simon Ehammer

Tous deux comptent parmi les meilleurs athlètes mondiaux et sont les figures de proue de l'athlétisme suisse. Outre plusieurs titres de champions suisses, ils ont également remporté des médailles au niveau international. Nous ne pouvons pas mentionner tous leurs succès dans ce bulletin. Nous vous renvoyons toutefois volontiers vers leurs sites web respectifs (à partir de la page 12).



SM 26

Leichtathletik
Schweizer Meisterschaften
25. – 26.7.2026
Zürich



Leichtathletik Schweizer Meisterschaften

Samstag/Sonntag, 25./26. Juli 2026

Treffpunkt der athletics-champions zum Lunchbuffet:

Die athletics-champions treffen sich am Samstag, 25. Juli von 12.00 bis 14.00 Uhr zum Lunchbuffet im Restaurant Oval (2. Stock des Stadions Letzigrund). Der Zugang zum Restaurant Oval befindet sich auf der Seite Baslerstrasse.

Kosten pro Person CHF 40.– (inkl. Getränke).

Anschliessend Besuch der Wettkämpfe.

Zeitplan (provisorisch):

Samstag: Start der Wettkämpfe ab 14.00 Uhr, Ende 20.00 Uhr

Sonntag: Start der Wettkämpfe ab 11.30 Uhr, Ende 16.00 Uhr

(der definitive Zeitplan kann zu gegebener Zeit auf www.swiss-athletics.ch/termine eingesehen werden).

Anmeldung bis 19. Juli 2026 an Franz Meier:

franz@athletics-champions.ch mit Angabe von Name, Wohnort und eventuell Begleitung

franz@athletics-champions.ch

079 793 39 39

Um diese Auszeichnungen kämpfen am Samstag/
Sonntag, 25./26. Juli 2026 im Zürcher Letzigrund
unsere Champions.

**athletics
champions**

**THE SPIRIT
OF ATHLETICS**



athletics champions **BULLETIN**

59. Jahrgang
59^{ème} année

Erscheint 1-2x jährlich
Parution 1-2x par année

Auflage/Tirage 400 Expl.

Präsident/Président

Franz Meier
Untere Rebenhübelstr. 13
5707 Seengen
Tel. P: 062 777 39 30
franz@athletics-champions.ch

Vorstand/Comité

Hugo Rey, Vizepräsident
Thunstrasse 124
3074 Muri b. Bern
Tel.M: 079 221 52 08
hugo@athletics-champions.ch

Alain Rohr
Bergackerstr. 21c
3066 Stettlen
alainrohr@gmx.ch

Josef Peter, Kassier
Stägmättli 9
6206 Neuenkirch
Tel. P: 041 467 11 62
josef.peter@datazug.ch

Brigitte Senglaub-Wehrli, Protokoll
Birkenweg 31
2553 Safnern
Tel. M: 079 364 16 61
brigitte.senglaub@bluewin.ch

Ruedi Oegerli, Past. Präsident
Fridgasse 14
4614 Hägendorf
Tel. P: 062 212 43 29
ruedioegerli@bluewin.ch

Druckerei/Imprimerie

Schneider AG
Stauffacherstrasse 77
3014 Bern
www.schneiderdruck.ch

Nr. 59 • Mai/mai 2026

Agenda 2026

Hier treffen sich athletics-champions

Über mögliche Treffen halten wir euch auf unserer Homepage und mit Rundmails auf dem Laufenden.

59. Mitgliederversammlung 2027

Der Austragungsort der 59. Mitgliederversammlung 2027 ist noch offen. Vorschläge sind erwünscht!

Les athletics-champions se trouveront ici

Nous vous tiendrons informés des réunions éventuelles sur notre page d'accueil et par des circulaires.

59e assemblée des membres 2027

Le lieu de la 59e assemblée des membres de 2027 n'est pas encore fixé. Vos suggestions sont les bienvenues!

12.6. SM 10'000 m/Steeple

Uster

27./28.6. SM Mehrkampf

Teufen

25./26.7. SM Aktive

Zürich (siehe Seite 2)

10.-16.8. Leichtathletik-EM Birmingham

19.9. Wanderung

(Infos siehe Seite 11)

27.9. SM Halbmarathon

Lugano

25.10. SM Marathon

Luzern

7.11. Swiss Athletics Night

Bern, Festhalle Bernexpo

Fotos vergangener Anlässe findest Du hier:
www.athletics-champions.ch
www.facebook.com/athletics.champions.ch





Vom vielmal NEIN zum grossen JA

Liebe athletics-champions

Im Leistungssport wird viel über Mentalität gesprochen, über «Mindset», Grit und Siegermentalität. Doch der wahre Kern liegt meistens viel banaler – und zugleich viel unbequemer.

Es sind die vielen kleinen NEIN, die entscheiden. NEIN zum Snooze-Knopf um 5:40 Uhr. NEIN zum gemütlichen Bier mit Freunden, wenn Regeneration auf dem Plan steht. NEIN zur achten statt zehnten Wiederholung, obwohl die Oberschenkel schon brennen. NEIN zum Handy in der Hand, wenn Technik-Training angesagt ist. NEIN zum Gedanken «heute reicht's auch mal so».

Jedes dieser NEIN wiegt für sich genommen fast nichts. Kein Trainer lobt dich dafür. Keine Kamera filmt es. Kein Instagram-Post wird daraus. Und doch summieren sie sich – gnadenlos, unbestechlich, über Monate und Jahre.

Wer diese kleinen NEIN konsequent lebt, erlebt irgendwann den Moment, in dem aus vielen unscheinbaren Verzichtleistungen plötzlich ein überwältigendes JA wird:

JA, ich schaffe die Limite. JA, ich komme heil durch diese Saison. JA, mein Körper antwortet genau so, wie ich es mir über den Winter erarbeitet habe. JA, ich gehöre tatsächlich hierher – auf dieses Podest, in dieses Finale, zu dieser Leistung.



Die Medaillen werden im Scheinwerferlicht überreicht. Das Fundament dafür entsteht jedoch meistens allein, bei Regen, im Winter, um 6 Uhr morgens, wenn niemand zuschaut und niemand applaudiert.

Deshalb lohnt es sich, den Fokus immer wieder von den grossen Headlines zurück auf die kleinen, unspektakulären NEIN zu lenken.

Denn wer sie ernst nimmt und gewissenhaft stapelt, der darf sich irgendwann – ohne rot zu werden – erlauben, laut und stolz JA zu sagen ... mit der Möglichkeit ein Champion zu werden.

Franz Meier, Präsident



THE SPIRIT OF ATHLETICS

De tant de «NON» à un grand «OUI»

Chers athletics-champions

Dans le sport de haut niveau, on parle beaucoup de mentalité, de «mindset», de ténacité et d'esprit de gagnant. Mais le véritable cœur du sujet est souvent bien plus banal – et en même temps bien plus inconfortable.

Ce sont tous ces petits «NON» qui font la différence.

NON au bouton «snooze» à 5 h 40. NON à la bière entre amis quand la récupération est au programme. NON à la huitième répétition au lieu de la dixième, même si les cuisses brûlent déjà. NON au téléphone portable à la main quand l'entraînement technique est au programme. NON à la pensée «ça ira comme ça aujourd'hui».

Pris isolément, chacun de ces NON ne pèse presque rien. Aucun entraîneur ne te félicite pour cela. Aucune caméra ne le filme. Aucune publication Instagram n'en ressort. Et pourtant, ils s'additionnent – sans pitié, sans compromis, au fil des mois et des années.

Celui qui vit ces petits NON de manière cohé-

rente finira par vivre le moment où, de nombreux petits sacrifices insignifiants se transforment soudain en un OUI retentissant:

OUI, je franchis la limite. OUI, je termine cette saison sans encombre. OUI, mon corps réagit exactement comme je l'ai travaillé tout l'hiver. OUI, ma place est bien ici – sur ce podium, dans cette finale, pour cette performance.

Les médailles sont remises sous les projecteurs. Mais les bases de cette réussite se construisent le plus souvent en solitaire, sous la pluie, en hiver, à 6 heures du matin, quand personne ne regarde et que personne n'applaudit.

C'est pourquoi il vaut la peine de détourner sans cesse son attention des grands titres pour la recentrer sur ces petits «NON» sans éclat.

Car celui qui les prend au sérieux et les accumule avec sérieux pourra, un jour, sans rougir, se permettre de dire OUI haut et fort... avec la possibilité de devenir un champion.

Franz Meier, président



57. Jahresbericht des Präsidenten 2025

Liebe athletics-champions

Ein ereignisreiches und in vielerlei Hinsicht sehr erfreuliches Jahr liegt hinter uns. Aus Sicht unserer Vereinigung besonders gefreut hat uns die überdurchschnittlich hohe Teilnahme an unserer Mitgliederversammlung im traditionsreichen Zunfthaus zur Meisen in Zürich, sowie das Erscheinen von fast 50 Mitgliedern zum gemeinsamen Mittagessen anlässlich der Schweizer Meisterschaften in Frauenfeld. Beide Anlässe haben einmal mehr gezeigt, wie lebendig und engagiert unsere besondere Leichtathletik-Familie der Spitzenklasse nach wie vor ist.

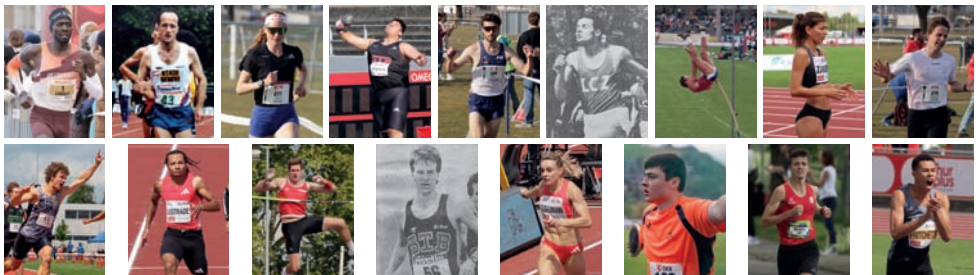
Die grossartigen internationalen Erfolge unserer Mitglieder konntet ihr – ebenso wie wir – in den letzten Monaten ausgiebig im Fernsehen, in den Zeitungen und in den sozialen Medien miterleben. Diese Erfolge sind der sichtbarste Ausdruck der hohen sportlichen Qualität, für die athletics-champions seit 58 Jahren steht.

An der letzten Mitgliederversammlung wurde beschlossen, die beiden bisher getrennt geführten Kassen «athletics-champions» und «Solidaritätsfonds» zusammenzulegen. Diese Zusammenlegung wurde im Berichtsjahr erfolgreich umgesetzt. Neu stehen die Unterstützungsleistungen für unsere Athletinnen und Athleten – weiterhin auf Antrag und nach sorgfältiger Prüfung – aus einer einzigen, gemeinsamen Kasse zur Verfügung.

1. Mitglieder

Ende 2025 verzeichnete athletics-champions 382 Mitglieder, davon 144 Frauen und 238 Männer.

17 athletics-champions wurden neu in die Vereinigung aufgenommen:



Dominic Lobalu, 10'000m, 2024; Johnny Zumbrunnen, 5'000m, 1990; Judith Wyder, Cross 2023; Stefan Wieland, Kugelstossen, 2017; Silas Zurfluh, Cross, 2025; Reto Diezi, 100m, 1973; Daniel Müller, Stabhochsprung, 1982; Marina Zanoni, Weitsprung, 2025; Dominik Rolli, Cross, 2025; Louis Miller, Zehnkampf, 2025; Bradley Lestrade, 200m, 2025; Felix Eichenberger, Stabhochsprung, 2025; Christian Aebersold, 25km, 1988; Catia Gubelmann, 400m, 2025; Philipp Schmidli, Diskus, 2025; Robin Mennet, Halbmarathon, 2025; Noam Pritchett, Hochsprung, 2024.

Wir heissen die neuen Mitglieder herzlich willkommen!

Die folgenden 5 Mitglieder haben uns im vergangenen Jahr für immer verlassen:
Hans Hönger, 100m (Jg. 1942), Manfred Aeberhard, Gehen (Jg. 1935), Claude Vernez,
1500m (Jg. 1937), Rolf Bühler, Speer (Jg. 1942), Jean-Pierre Egger, Kugel (Jg. 1943).

Wir werden den Verstorbenen ein ehrendes Andenken bewahren.

2. Vorstand

Mitglieder des Vorstandes sind bis und mit 2027 gewählt:

Franz Meier (Präsident), Hugo Rey (Vice-Präsident), Alain Rohr, Brigitte Senglaub (Protokoll), Sepp Peter (Kassier), Ruedi Oegerli (Past-Präsident).

Im vergangenen Geschäftsjahr fanden zwei Sitzungen statt. Die Kommunikation im Vorstand erfolgte persönlich, per E-Mail und per Telefon. Die Hauptthemen bestanden aus: Bulletin, Mutationen, Aktivitäten und Allgemeinem.

3. Revisoren

Die bisherigen Revisoren wurden anlässlich der MV 2024 gewählt:

Peter von Stokar, Thomas Wild und René Gloor.

Sie bilden die Kontrollstelle und sind bis und mit Rechnungsperiode 2026 gewählt.

Die Kontrolle (Revision) der beiden Kassen von athletics-champions und des Solidaritätsfonds für das Geschäftsjahr 2025 erfolgte am 15. Januar 2026.

4. Kontostand per 31.12.2025

Da Unbekannte mehrfach versucht haben, durch täuschende Vorgehensweisen an Gelder aus unserer Kasse zu gelangen, veröffentlichen wir den Kontostand nicht mehr in diesem öffentlich zugänglichen Jahresbericht.

Die Finanzzahlen erhältst Du mit der Einladung für die Mitgliederversammlung vom März.

Die aktuell aktiven Champions (ca. 100 Athletinnen und Athleten) sind weiterhin von der Beitragszahlung befreit.

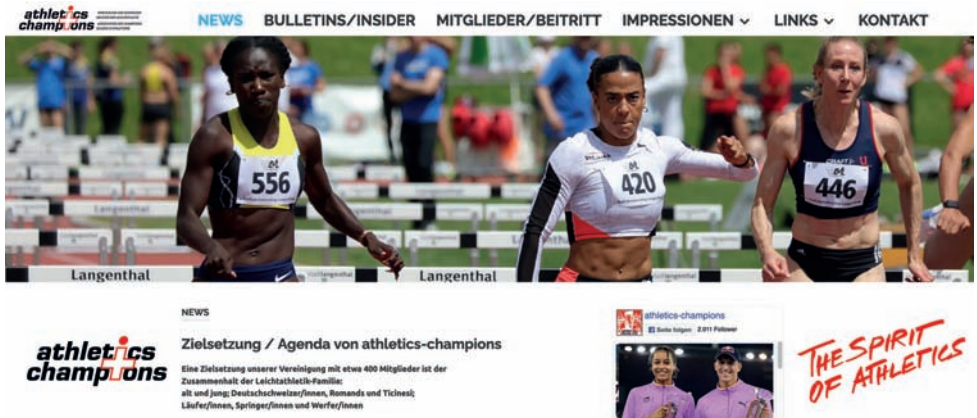
5. Bulletin, Insider und E-Mail-Informationen

Im vergangenen Geschäftsjahr hat Hugo Rey die Bulletins Nr. 57 und Nr. 58 konzipiert, gestaltet, gedruckt und versandt – jeweils in einer deutschen und einer französischen Version. Zusätzlich wurden zwei Info-E-Mails an die Mitglieder verschickt. In diesem Zusammenhang ist es wichtig und ein ständiger Appell an unsere Mitglieder, ihre Kontakt- und E-Mail-Daten stets auf dem neuesten Stand zu halten.



6. Homepage www.athletics-champions.ch

Die Homepage informiert aktuell über Anlässe und Veranstaltungen, zeigt Fotos vergangener Events sowie die Bulletins der letzten 15 Jahre und stellt die Vereinigung mit ihrem Zweck vor. Berechtigte SchweizermeisterInnen können sich direkt online anmelden. Zudem sind die Links unserer Mitglieder aufgeschaltet. Die Homepage wird von Hugo Rey betreut und ist immer auf dem aktuellsten Stand.



7. Veranstaltungen

22. März 2025: 57. Ordentliche Mitgliederversammlung in Zürich

Die von unserem Mitglied Albert Brunner organisierte Mitgliederversammlung verlief reibungslos und in konstruktiver Atmosphäre. Claudia Bögli wurde als neues Vorstandsmitglied gewählt. Die Kassenberichte sowie die Berichte der Revisoren wurden jeweils einstimmig genehmigt. Erfreulich rege wurde erneut von der Möglichkeit der schriftlichen Stimmabgabe Gebrauch gemacht. Sämtliche Resultate fielen dabei einstimmig positiv aus. Die Begleitpersonen genossen währenddessen eine interessante Führung durch die historische Zürcher Altstadt, geleitet von unserem Mitglied Peter Stiefenhofer. Im Anschluss lud das traditionsreiche Zunfthaus zur Meisen zu einem Apéro ein. Nach dem Mittagessen referierte unser Mitglied Christoph Seiler, Präsident von Swiss Athletics, in einem sehr informativen und packenden Vortrag über die aktuellen Hintergründe, Erfolge und zentralen Herausforderungen, denen sich der Leichtathletikverband heute und in den kommenden Jahren gegenüber sieht.



23. August 2025: Mittagessen im Festzelt anlässlich der SM in Frauenfeld

Dank dem grossartigen Engagement unseres Mitglieds und Weitsprung-Legende Rolf Bernhard durften 47 Teilnehmer ein unvergessliches Erlebnis in seiner Heimatstadt Frauenfeld geniessen. Der Tag bot ein abwechslungsreiches Programm: Apéro auf der exklusiven VIP-Tribüne, eine spannende Führung durch die moderne Leichtathletikhalle, ein gemütliches Mittagessen im Festzelt, mitreissende Wettkämpfe und wertvolle Begegnungen mit ehemaligen Athletinnen und Athleten – alles in der einzigartigen Atmosphäre des Stadions. Ein echter Höhepunkt! Ein herzliches Dankeschön geht an den Veranstalter für den grosszügig offerierten Apéro sowie an Rolf Bernhard und Mani Affolter für die Finanzierung des Mittagessens – beides zur grossen Freude aller Anwesenden.



Fotos unserer Anlässe findest Du hier: www.athletics-champions.ch/impressionen



27. September 2025: Wander-Event «Top of Gurten»

Start am Bahnhof Bern, vorbei am Bundeshaus, hinunter mit dem historischen Marzilibähnli in das traditionelle Berner Bad und der Aare entlang. Danach war Schluss mit lustig: ein kurzer Anstieg zur Talstation der Gurtenbahn und schliesslich die letzten 300 Höhenmeter direttissima – steil, schweisstreibend und gnadenlos. Einige genossen den Aufstieg mit der Gurtenbahn und machten einen Rundgang auf dem Berner Hausberg. Belohnt wurden alle mit der Top-Aussicht, feinem Brunch im «Huusbüffe» und der Erkenntnis: 10 Teilnehmende sind auch eine gute Grösse für gute Gespäche.

Aussicht vom Gurten Richtung Berner Oberland und die Wandergruppe



Mitgliederversammlung vom 21. März 2026

Haus des Sports, Ittigen bei Bern

Das Haus des Sports bot einen würdigen Rahmen für die Mitgliederversammlung 2026. Der geschäftliche Teil verlief ohne grössere Herausforderungen. Sämtliche traktandierten Geschäfte, die einer Abstimmung bedurften, fanden eine einstimmige Zustimmung.



Franz präsentiert die neuen Mitglieder von 2025

Ausnahmsweise übernahm die Vereinskasse von athletics-champions sämtliche Kosten, inklusive des Mittagessens.

Am Nachmittag erfreute uns eine Foto- und Filmschau, bevor die Mitgliederversammlung bei Kaffee und Kuchen gemütlich ausklang. Der älteste Teilnehmer war der rüstige Albert Brunner mit 91 Jahren.



Umso mehr freuten sich die anwesenden Champions über die guten Begegnungen, alte Geschichten und Anekdoten.

Der aktuelle Vorstand: Sepp (Kassier), Brigitte (Protokoll), Franz (Präsident), Ruedi (Past-Präsident), Hugo (Vize-Präsident) und Alain



Flusswanderung – Entlang der Saane und Ärgera (Gérine)

Samstag, 19. September 2026

Gut ausgerüstet (Schuhwerk, Sonnen- und Regenschutz) von Grangeneuve FR zum Kloster Hauterive (kurze Besichtigung der renovierten Kirche möglich), entlang Saane und Ärgera bis nach Tentlingen FR



Kloster Hauterive an der Saane



Ärgera



Stadt Freiburg

Programm:

- 10h15 Treffpunkt Bahnhof Freiburg
- 10h36 Abfahrt mit Bus B326 (Richtung Bulle), bis Grangeneuve FR
- 10h50-13h00 Wanderung erste Etappe bis Marly FR
- 13h00-14h30 Mittagessen im Restaurant La Gérine in Marly
- 14h30-16h00 Wanderung von Marly nach Tentlingen, mit kurzem Halt bei der Stersmühle (Revitalisierungsprojekt)
- 16h03 Rückfahrt nach Freiburg
- 16h22 Ankunft in Freiburg, Möglichkeit einer kurzen Stadtbesichtigung

Variante für Nichtwanderer, nur Mittagessen:

Mit der Bahn:

Von Freiburg Bahnhofplatz mit dem Bus Nr. 1 bis Endstation Marly-Gérine.

Mit dem Auto:

Richtung La Roche – Bulle bis Dorfende Marly, Restaurant La Gérine.

Anmeldung:

Per Post oder E-mail bis 8. September 2026 an:

Franz Meier, untere Rebenhübelstrasse 13, 5707 Seengen, Tel. 079 793 39 39

E-Mail: franz@athletics-champions.ch

Organisation: Jean-Pierre Berset, Martin Jäggi

Auskunft: Martin Jäggi, E-Mail: jaeggi@rivers.ch

Meet & Greet

Audrey Werro und Simon Ehammer gehören national und international zu den erfolgreichsten Leichtathleten der Schweiz!



Ihre ersten Schweizer Meistertitel: Audrey über 800m/2022 und Simon im Zehnkampf/2019.

Name: Audrey Werro
Geb. Datum: 27. März 2004
Verein: Club Athlétique Belfaux
Disziplin: 800m
Trainerin: Christiane Berset Nuoffer

Name: Simon Ehammer
Geb. Datum: 7. Februar 2000
Verein: TV Teufen Leichtathletik
Disziplinen: Zehn-/Siebenkampf, Weitsprung
Trainer/Team: René Wyler, Karl Wyler, Yves Zellweger, Roman Wagner

Grösste Erfolge:

3 Mal Schweizer Meisterin:

2022, 2023 und 2025 über 800m.

Dazu kommen zwischen 2022 und 2026 fünf Titel in der Halle über 800m.

Audrey ist zudem Schweizer Rekordhalterin über 800m Halle und Freiluft.

International:

2. Rang an der Hallen WM 2026 in Torun über 800m mit Schweizer Rekord!

Mehr internationale Erfolge und Infos siehe: www.audreywerro.ch



Grösste Erfolge:

9 Mal Schweizer Meister:

2019, 2020, 2022 bis 2025 im Weitsprung
2019, 2020 und 2023 im Zehnkampf.

Zwischen 2020 und 2026 acht Titel in der Halle im Siebenkampf, Weitsprung und über 60m Hürden.

Simon ist Schweizer Rekordhalter im Zehnkampf, Siebenkampf (Halle) und Weitsprung.

International:

1. Rang an der Hallen WM 2026 in Torun im Siebenkampf mit Weltrekord!

Mehr internationale Erfolge und Infos siehe: www.simonehammer.ch



Das möchte Simon von Audrey erfahren



Audrey mit ihrer Trainerin Christiane Berset Nuoffer

Frage Simon: Gibt es etwas, das du nach dem Aufstehen unbedingt brauchst, damit du gut in den Tag starten kannst? Oder hast Du ein Ritual, vor allem vor Wettkämpfen?



Audrey ist eine Frontläuferin, egal ob an der SM oder an den Olympischen Spielen

Antwort Audrey: Nach dem Aufwachen vermeide ich es, direkt auf mein Handy zu schauen. Das hilft mir, den Tag ruhig zu beginnen und nicht sofort von Nachrichten, Benachrichtigungen usw. überflutet zu werden. Ich schaue erst auf mein Handy, wenn ich bereit bin, den Tag in Angriff zu nehmen, oft nach dem Mittagessen.

Ich habe kein bestimmtes Ritual vor Wettkämpfen. Stattdessen strukturiere ich meinen Tag stundenweise. So muss ich nicht zu viel darüber nachdenken, was ich tun muss, und kann konzentriert und gelassen bleiben.

Simon: Hast Du einen Lieblings-Wettkampfort? Welche Stadt oder welches Stadion wäre das? Hängt das nur mit Deinen Resultaten zusammen oder ist das auch die Atmosphäre in den Stadien oder in der jeweiligen Stadt?

Audrey: Mein Lieblingswettkampfort ist das Letzigrund-Stadion. Zum einen, weil ich dort meinen ersten Diamond-League-Pokal gewonnen habe, zum anderen, weil ich dort viele wichtige Momente und Erinnerungen erlebte habe.

Es geht also nicht nur um die Ergebnisse, sondern auch um die Atmosphäre im Stadion und die Emotionen.

Simon: In welcher technischen Disziplin wärst du am besten? Eher Sprung- oder Wurfdisziplinen?

Sieg und Schweizer Rekord an der SM Frauenfeld 2025





Die Familie, der Club Athlétique Belfaux und das ganze Umfeld sind Teil des Erfolges von Audrey

Audrey (ohne zu zögern): die Sprungdisziplinen! Ich habe den Hochsprung immer sehr gemocht und habe ihn bis 2021 jedes Jahr bei den Freiburger Meisterschaften im Fünfkampf (100m, Hochsprung, Weitsprung, Kugelstoßen, 1000m) gemacht. Meine Größe war dabei übrigens eine große Hilfe.

Was das Werfen angeht... das war nie meine Stärke!

Die Autogramme und Selfies sind bei den vielen Fans von Audrey begehrt



Simon: Wenn du eine Warm-up Übung im Training streichen könntest, welche wäre das?

Audrey: Diese Frage ist schwierig, da ich insgesamt alle Aufwärmübungen mag.

Wenn ich mich entscheiden müsste, würde ich die «Knieheben» weglassen, da ich sie etwas zu einfach finde. Es muss schon ein bisschen schwierig sein, damit es Spaß macht!

Simon: Welches ist dein Lieblings-Podcast – sofern du solche hörst? Oder magst Du eher Musik? Beruhigend oder puschend?

Audrey: Meine Lieblingspodcasts sind die von ARTE Radio, da sie eine Vielzahl von Themen abdecken. Besonders gut gefällt mir der Podcast «Profil»: einzigartige Geschichten, der manchmal wahre, manchmal fiktive Lebensgeschichten erzählt. Einige dieser Geschichten sind wirklich inspirierend!

Was Musik angeht, entscheide ich mich oft für einen Mittelweg: Musik, die sowohl beruhigend als auch anregend ist und mich im Alltag und in allen Situationen begleiten kann.

Das interessiert Audrey an Simon



Simon mit seinem Trainer René Wyler nach seinem ersten Schweizer Meistertitel im Weitsprung an der SM 2019 in Basel

Frage Audrey: Auf welchen Moment deiner Karriere bist du bisher am meisten stolz? Ist es ein Rekord, eine Medaille, ein Ergebnis oder eine schwierige Herausforderung, die du gemeistert hast?

Antwort Simon: Mein Kurzzeitgedächtnis denkt natürlich sofort an den WM-Titel mit Weltrekord in diesem Jahr. Das ist ein Erfolg, der mich noch lange stolz machen wird. Aber ich bin auch auf meine ersten Olympischen Spiele in Paris stolz. Dass ich mich qualifizieren konnte und gleich den 4. Platz belegte.

Audrey: Wusstest du schon immer, dass du Spitzensportler werden wolltest, oder hat sich das eher ganz natürlich ergeben, fast

ohne dass du es bemerkt hast? Und wann wurde dir tatsächlich bewusst, dass du dieses Niveau erreichen kannst?

Simon: Gewollt habe ich es schon immer. Das war irgendwie in meinem Kopf. Aber dass es dann auch wirklich klappt, das hat sich irgendwann gezeigt, als es einfach immer Schritt für Schritt weiter ging und ich meine Leistungen stetig steigern konnte. So bin ich quasi reingewachsen.

Audrey: Hast du vor einem Wettkampf ein bestimmtes oder überraschendes Ritual, um dich zu konzentrieren und mental vorzubereiten... oder glaubst du nicht so sehr an Rituale und bleibst lieber ganz natürlich?

Simon: Ja, ich habe immer etwa denselben Ablauf. Immer dieselben zwei Lieder, dann meinen Warm-up Block, den ich immer ungefähr gleich gestalte. Rituale und Abläufe finde ich schon wichtig. Sie geben eine gewisse Struktur und Halt. Es muss nicht immer haargenau gleich sein, aber ich mache es schon immer recht ähnlich.

SM 2024 in Winterthur: beim letzten Wettkampf von Benjamin Gföhler (3. Rang) nimmt dieser seine Kinder mit auf das Podest. Simon und Cyrill Kernbach gehen nach unten, damit die Kinder auch ganz aufs Foto kommen





An einem Zehnkampf hat ein Athlet zehn Mal das Risiko, in einer Disziplin nicht auf die gewohnte Leistung zu kommen. Aber auch die Chance, eine schwächere Disziplin mit besseren Leistungen in seinen stärkeren Disziplinen zu kompensieren.



Im Weitsprung gehört Simon mit zwei Diamond-League Final-Siegen (2023 Eugene, 2025 Zürich), WM-Bronze (2023 Eugene) und EM-Bronze (2024 Rom) zur absoluten Weltspitze.

National kämpft er auch über 110m Hürden und im Stabhochsprung um Medaillen.

Audrey: Lieber Filme oder Serien? Oder keines von beiden? Gibt es einen Film oder eine Serie, die dich in deinem Leben besonders geprägt hat?

Simon: Serien, ganz klar. «Brooklyn 99», «Blacklist» oder «How I met your mother» gehören zu meinen Lieblingsserien. Letztere ist meine Lieblingsserie, die hat aufgrund der Geschichte, aber auch aufgrund von New York etwas in mir bewegt.

Audrey: Wie würdest du dich als Kind beschreiben? Eher als Scherzkeks, zurückhaltend, brav oder ein bisschen von allem? Und gibt es eine Erinnerung oder Anekdote aus dieser Zeit, die dich heute noch zum Lächeln bringt?

Simon: Als braver, lustiger Schlingel würde ich sagen, der in gewissen Situationen vielleicht auch mal die Grenzen ausgelotet hat, aber immer wusste, was richtig und falsch ist.

Liebe Audrey, lieber Simon, herzlichen Dank für die spannenden Einblicke in euren Sportalltag.

Ein herzliches Dankeschön auch an Julien Nuoffer und Nico Decurtins für die wertvolle Mitarbeit.

Unsere neuen Mitglieder
Herzlich willkommen bei den athletics-champions

Nos nouveaux membres
Cordiale bienvenue



Céline Aebi
Berglauf, 2024



Tim Hübscher
3'000m Steeple, 2025



Nino Freitag
10'000m, 2024

383 Mitglieder!

Unsere Vereinigung athletics-champions hat zum jetzigen Zeitpunkt 383 Mitglieder. Davon sind über 100 noch aktiv! Das älteste Mitglied ist mit 98 Jahren Trudy Maser, Schweizer Meisterin 1949 über 80m Hürden.

Unsere jüngsten Champions sind die 22-jährigen Audrey Werro (800m), Louis Miller (Zehnkampf), Ramon Wipfli (800m) und Andrin Huber (Zehnkampf).

Für Inputs für unsere Vereinigung ist der Vorstand immer sehr empfänglich!
franz@athletics-champions.ch oder hugo@athletics-champions.ch

2027 – 10 Jahre nach dem unvergesslichen Anlass in Bern – feiert athletics-champions den 60. Geburtstag. Die Vorbereitungen sind in vollem Gange, wir halten euch auf dem Laufenden.



Bei Wohnungswechsel bitte Adressänderung bekanntgeben, es wäre uns damit sehr geholfen!

Kontrolliere bitte auch Deine Mailadresse, wir werden Dich etwa 2-3 x pro Jahr per Mail informieren!

Präsidentin oder Präsident gesucht

Auf die Mitgliederversammlung im März 2027 suchen wir eine neue Führungsperson! Übernimm den Staffelstab einer einzigartigen Vereinigung.

Nach 10 erfolgreichen Jahren tritt unser Präsident Franz Meier zurück. Jetzt bist du am Start: Wir suchen eine Persönlichkeit, die den Spirit of Athletics lebt und unsere unabhängige Vereinigung mit Energie und Weitsicht in die Zukunft führt.

Das erwartet dich: Viel Freiraum und Gestaltungsmöglichkeiten, überschaubarer Aufwand mit einem engagierten, unterstützenden Vorstand im Rücken, inklusive dem derzeitigen Präsidenten Franz.

Das bringst du mit: Leidenschaft für die Leichtathletik, Führungsstärke und Teamgeist, ein Gespür für soziale Situationen und die Bereitschaft, dort Unterstützung zu leisten, wo sie gebraucht wird. Aber auch Freude, ein starkes Netzwerk von Champions zu verbinden.

Bereit für diese erfüllende Tätigkeit?

Dann melde dich bei Franz und gestalte die Zukunft von athletics-champions mit!

franz@athletics-champions.ch

079 793 39 39



On recherche un(e) président(e)

Nous recherchons un nouveau dirigeant pour l'assemblée générale de mars 2027!
Reprends le flambeau d'une association unique en son genre.

Après 10 années couronnées de succès, notre président Franz Meier se retire.
C'est maintenant à toi de jouer: nous recherchons une personnalité qui incarne
l'esprit de l'athlétisme et qui saura mener notre association indépendante vers
l'avenir avec énergie et clairvoyance.

Voici ce qui t'attend: une grande liberté d'action et de nombreuses possibilités
d'organisation, une charge de travail raisonnable avec un comité directeur engagé et solidai-
re à tes côtés, dont l'actuel président Franz.

Voici ce que tu apportes: une passion pour l'athlétisme, des qualités de leader et
un esprit d'équipe, un sens aigu des relations humaines et la volonté d'apporter ton souti-
en là où cela est nécessaire. Mais aussi le plaisir de mettre en relation un solide réseau de
champions.

Prêt à vous lancer dans cette activité enrichissante?

Alors contactez Franz et contribuez à façonner l'avenir d'athletics-champions!

franz@athletics-champions.ch

079 793 39 39



Foto Franz Meier

THE SPIRIT OF ATHLETICS

Herzlichen Dank für die Unterstützung

Un grand merci pour le soutien

Grazie di cuore per il sostegno

powermedia
web solutions and services

REY
GRAFIK
www.reygrafik.ch

Jörg Deglerli
www.oegerli-sportfotos.ch

 schneiderdruck.ch

Links zu unseren Champions und Sponsoren

www.athletics-champions.ch/links/sponsoren

<https://athletics-champions.ch/links/athletics-champions>

