

## Frauenteam spielt im Kybunpark

**Fussball** In der Women's Super League empfängt die Frauenteam des FC St. Gallen morgen um 14 Uhr im Kybunpark den Kantonsrivalen FC Rapperswil-Jona. Der Eintritt ist frei.

Am vergangenen Wochenende qualifizierte sich St. Gallen mit einem deutlichen 7:0-Erfolg beim FC St. Gallen souverän für den Cup-Viertelfinal. Mit derselben Entschlossenheit will die Equipe im letzten Heimspiel des Jahres auf der grossen Bühne auftreten. Rapperswil-Jona unterlag seinerseits im Cup-Achtelfinal den Grasshoppers mit 1:3. Dafür siegte der Aufsteiger in der Liga zuletzt gegen Yverdon mit 8:0. Das letzte Direktduell entschieden die St. Gallerinnen kurz vor dem Aufstieg im Mai 2019 mit 5:0 für sich. (tow)

### Sport in der Nähe

#### Fussball

**Women's Super League.** Samstag: 14.00 St. Gallen – Rapperswil-Jona (Kybunpark).  
**2. Liga interregional.** Samstag: 16.00 Rorschach-Goldach – Adliswil (Kellen, Tübach).  
16.00 Dardania St. Gallen – Frauenfeld (Gründenmoos).

#### Unihockey

**Cup.** Viertelfinal. Samstag: 18.00 Waldkirch-St. Gallen – Rychenberg Winterthur (Tal der Demut).

**NLA.** Sonntag: 17.00 Waldkirch-St. Gallen – Rychenberg Winterthur (Tal der Demut).

#### Volleyball

**1. Liga.** Samstag: 18.00 Andwil-Arnegg – Kreuzlingen (Ebnet, Andwil).

**1. Liga. Frauen.** Samstag: 16.00 Wittenbach – Wiedikon (OZ Grünau).

## ST. GALLER TAGBLATT

Verleger: Peter Wanner.

**Chefredaktor CH Media:** Patrik Müller (pmü).

**Geschäftsführung:** Dietrich Berg.

**Chief Product Officer:** Mathias Meier.

**Werbemarkt:** Stefan Bai, Paolo Placa.

**Nutzermarkt:** Zaira Imhof, Bettina Schibli.

### Redaktion St. Gallen, Gossau und Rorschach

Daniel Wirth (dwi, Leiter), Luca Ghiselli (ghi, Stv.), Arcangelo Balsamo (arc), Sandro Büchler (sbb), Diana Hagmann-Bula (dbu), Marlen Hämmerli (mha), Rudolf Hirtl (rt), Melissa Müller (mem), Julia Nehmiz (miz), Christina Wieder Bruderer (cwb), Perrine Woodtli (woo).

Telefon: 071 227 69 00; E-Mail: stadredaktion@tagblatt.ch, redaktiongo@tagblatt.ch, redaktionro@tagblatt.ch.

### Redaktion St. Galler Tagblatt

**Chefredaktion:** Stefan Schmid (ssm, Chefredaktor), Jürg Ackermann (ja, Stv., Tagesleiter), David Angst (da, Chefredaktor Thurgauer Zeitung), Noemi Heule (nh, Stv., Tagesleiterin), Daniel Walt (dwa, Stv., Leiter Online).

**Ressortleitungen:** Christina Genova (gen, Ostschweizer Kultur), Michael Genova (mge, Ostschweiz), Thomas Griesser (T.G., Wirtschaft Ostschweiz), Patricia Lohrer (pl, Sport), David Scarno (dsc, Appenzeller Zeitung), Simon Dudle (sdu, Toggenburger Tagblatt und Wiler Zeitung), Yvonne Stadler (ys, Produktion und Gestaltung), Daniel Wirth (dwi, St. Gallen/Gossau/Rorschach).

**Adresse:** Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen.

Telefon: 071 272 77 11.

E-Mail: zentralredaktion@tagblatt.ch.

### Zentralredaktion CH Media

**Chefredaktion:** Patrik Müller (pmü, Chefredaktor), Doris Kleck (dk, Stv./Co-Leiterin Inland und Bundeshaus), Yannick Hock (yno, Stv./Leiter Online), Raffael Schuppisser (ras, Stv./Leiter Kultur, Leben, Wissen).

**Leitung Produktion & Services:** Roman Würsch (rwu).

**Ressortleitungen:** Inland und Bundeshaus: Anna Wanner (wan, Co-Ressortleiterin), Doris Kleck (dk, Co-Ressortleiterin); Ausland: Fabian Hock (fho, Ressortleiter); Wirtschaft: Florence Vuichard (fv, Ressortleiterin); Nachrichten: Samuel Thomi (sat, Leiter); Kultur: Julia Stephan (jst, Teamleiterin); Leben/Wissen: Sabine Kuster (kus, Teamleiterin); Sport: François Schmid (fsc, Ressortleiter).

**Adresse:** Neumattstrasse 1, 5001 Aarau.

Telefon: 058 200 58 58; E-Mail: redaktion@chmedia.ch.

### Service

**Abonnemente und Zustelldienst:** Telefon 058 200 55 55.

E-Mail: aboservice@chmedia.ch.

**Technische Herstellung:** CH Media Print AG, Im Feld 6, Postfach, 9015 St. Gallen.

**Anzeigen:** CH Regionalmedien AG, St. Galler Tagblatt, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Telefon 071 272 77 77, E-Mail: inserate-tagblatt@chmedia.ch.

**Auflage und Leserzahlen:** St. Galler Tagblatt: Verbreitete Auflage: 27 493 Ex. (WEMF 2022). Davon verkaufte Auflage: 23 155 Ex. (WEMF 2022). Gesamtausgabe St. Galler Tagblatt: Verbreitete Auflage: 95 496 Ex. (WEMF 2022). Davon verkaufte Auflage: 90 748 Ex. (WEMF 2022). Leser: 250 000 (MACH Basic 2022-2). Verbreitete Auflage Gesamtausgabe CH Media: 305 269 Ex. (WEMF 2022). Davon verkaufte Auflage: 288 108 Ex. (WEMF 2022).

**Herausgeberin:** CH Regionalmedien AG, Maihofstrasse 76, 6002 Luzern. Die CH Regionalmedien AG ist eine 100-prozentige Tochtergesellschaft der CH Media Holding AG. Beteiligungen unter www.chmedia.ch

**Ombudsmann:** Hans Fahrli, ombudsstelle@chmedia.ch  
CH Regionalmedien AG, Ombudsstelle, Neumattstrasse 1, 5001 Aarau

# Jubel und Krämpfe in der Wüste

Der St. Galler Triathlet Florin Parfuss qualifiziert sich in Ägypten für die Ironman-WM über die Halbdistanz.

Ives Bruggmann

Es waren wohl die längsten 50 Minuten seines Lebens, die der St. Galler Triathlet Florin Parfuss in der Wüste überstehen musste. Der 20-Jährige hatte sich zum Ziel gesetzt, am Ironman in Ägypten die WM-Qualifikation über die Halbdistanz zu erreichen. Dieses Unterfangen geriet auf den letzten zehn Kilometern der Laufstrecke akut in Gefahr. «Ich verlor extrem viel Salz auf der Radstrecke», sagt Parfuss. Weil ihm das zuvor noch nie passierte, war der St. Galler nicht auf diese Situation vorbereitet. Während des Triathlons versuchte er, seine Muskeln mittels Zufuhr von Zuckergetränken zu unterstützen.

Der Salzverlust führte auf den letzten zehn Kilometern zu massiven Krämpfen. Zuerst der eine vordere Oberschenkel, dann der andere. Und als Parfuss einmal den Krampf vorne aus der Muskulatur dehnte, meldete sich plötzlich die hintere Oberschenkelmuskulatur. Von diesen Krämpfen geplagt, musste Parfuss die letzten Minuten des Rennens überstehen. «Ich habe mich enorm geärgert, denn ich war eigentlich bestens vorbereitet.» Das zeigte sich auch an seinen Zeiten in den ersten zwei Disziplinen. Im Schwimmen, seiner besten Sparte, kam er nach 1,9 Kilometern nach gut 24 Minuten als Erster aus dem Wasser. «Schwimmen ist meine Stärke», so Parfuss, der in seiner Alterskategorie (18 bis 24 Jahre) zwei Minuten Vorsprung auf die Radstrecke mitnahm.

### Wind kostete viel Kraft

Die 90 Kilometer auf dem Velo waren dann geprägt durch starken Wind. Dies erschwerte den Athleten vor allem den «Hinterweg». Parfuss, der normalerweise mit über 40 Stundenkilometern unterwegs ist, schaffte es bei



Malerische Kulisse: Florin Parfuss auf der Radstrecke während des Triathlons in Ägypten.

Bilder: PD

gleichem Kraftaufwand gerade einmal auf knapp 30 km/h. Umso schöner war dann der Rückweg, als der Wind ihn unterstützte. Mit bis zu 62 km/h donnerte er dem abschliessenden Halbmarathon entgegen. Doch der Wind hatte seine Spuren hinterlassen. Der olivgrüne Rennanzug von Parfuss war plötzlich komplett weiss. «Ich registrierte, dass ich viel Salz verloren hatte und konzentrierte mich auf die Ernährung.»

Auch die erste Hälfte des Halbmarathons über 21 Kilometer lief nach den Vorstellungen von Parfuss, der seine Pace aus den Trainings halten konnte. Doch dann meldeten sich die ersten Krämpfe und die letzten zehn Kilometer wurden damit zu einer körperlichen und mentalen Herausforderung. Das Ziel

erreichte Parfuss nach gut einer Stunde und 36 Minuten auf der Laufstrecke dennoch als Zweiter in seiner Alterskategorie. Und damit mit einer leisen Ent-

täuschung, denn eigentlich garantiert nur der erste Platz eine Teilnahme an der WM über die Mitteldistanz im kommenden Jahr.

### Die WM als nächstes grosses Ziel

Doch als er an der Preisverleihung erfuhr, dass aufgrund der Grösse und der Stärke des Teilnehmerfeldes zwei Startplätze in seiner Kategorie vergeben werden, gab es für Parfuss kein Halten mehr. «Ich bin aufgesprungen vor lauter Freude», erzählt er. Gleichzeitig sei der ganze Druck von ihm abgefallen. Denn er habe seit langer Zeit auf dieses Ziel hingearbeitet. «Ich bin sehr dankbar, dass ich nun zum ersten Mal an einer WM teilnehmen darf.» Der St. Galler Nachwuchssportler des Jahres

2021 fährt an die Halbdistanz-WM in Lahti am 27. August 2023. Damit hat er auch gleich sein nächstes Ziel vor Augen. «Das motiviert mich ungemein», sagt Parfuss.

Die Motivation und der stetige Drang nach Verbesserungen sind es, die Parfuss antreiben. Obwohl er wie ein Profi trainiert, arbeitet der St. Galler 50 Prozent bei Sportartikelhersteller On. Daneben befindet er sich im Teilzeitstudium an der Fachhochschule Ost, wo er den Bachelor-Studiengang in Business Administration absolviert. So sagt Parfuss: «Ich habe in letzter Zeit auf viel verzichtet. Mein Umfeld hat mich sehr unterstützt.» Doch sein Fleiss wurde belohnt, auch wenn die letzten 50 Minuten des Rennens besonders hart waren.



Geschafft: Florin Parfuss hält beim Zieleinlauf die Schweizer Flagge in die Höhe.

## Winterthurer Wochenende für Waldkirch-St. Gallen

**Unihockey** Der UHC Waldkirch-St. Gallen spielt dieses Wochenende gleich zweimal gegen den HC Rychenberg Winterthur. Zunächst steht morgen um 18 Uhr der Cup-Viertelfinal in der heimischen Turnhalle Tal der Demut auf dem Programm. Tags darauf kommt es an gleicher Stätte zum selben Aufeinandertreffen in der zehnten Runde der NLA.

Der Zufall wollte es so, dass der UHC Waldkirch-St. Gallen in den kommenden zwei Begegnungen auf den gleichen Kontrahenten trifft, jedoch in zwei verschiedenen Wettbewerben. In den Duellen mit den Winterthern kommt es zum Wiedersehen mit dem ehemaligen St. Galler Claudio Mutter, der auf diese Saison hin vom SV Wiler-Ersigen in die Eulachstadt wechselte.

Waldkirch-St. Gallen setzte sich in der letzten Cup-Runde beim NLB-Verein UHC Grünenmatt mit 6:1 durch. Nach einem frühen Rückstand lenkten die St. Galler das Geschehen mit je zwei Toren pro Drittel in die gewünschten Bahnen. Rychenberg siegte im Achtelfinal vor heimischem Publikum gegen den NLA-Tabellenletzten Uster mit 7:5. Dabei legten die Winterthurer den Grundstein zum Weiterkommen im mittleren Abschnitt mit fünf Toren.

Die St. Galler mussten sich bei der Wiederaufnahme der Meisterschaft nach der WM vor einer Woche bei Zug United mit 6:7 nach Verlängerung geschlagen geben. Winterthur setzte sich derweil zu Hause vor 1021 Zuschauerinnen und Zuschauern gegen Aufsteiger Basel Regio mit 7:5 durch. (msc)

## Waldkirch-St. Gallens Frauen schießen auf Cup-Halbfinal

**Unihockey** Morgen treten die NLA-Frauen des UHC Waldkirch-St. Gallen auswärts zum Cup-Viertelfinal gegen die Red Ants Winterthur an – es ist das zweite Spiel gegen die Winterthurerinnen innerhalb einer Woche. Am Sonntag spielt Waldkirch-St. Gallen in der Meisterschaft auswärts gegen die Wizards Bern-Burgdorf.

Gelingt dem UHC Waldkirch-St. Gallen die Revanche für die Niederlage vom vergangenen Sonntag? Dass ein Sieg gegen die Red Ants Winterthur im Bereich des Möglichen liegt, haben die St. Gallerinnen bewiesen, mussten sie sich doch erst in der Verlängerung mit 6:7 geschlagen geben. Glückt morgen Abend die Revanche, so stehen die St. Gallerinnen im Cup-Halbfinal – es wäre für die Frauen das erste Mal in der Vereins-

geschichte. Anpfiff zur Partie ist um 17 Uhr in der Sporthalle Oberseen in Winterthur.

### Gastspiel in Burgdorf

Am Sonntag reisen die Ostschweizerinnen nach Burgdorf, wo sie um 17 Uhr in der Neuen Schützenmatt auf die Wizards Bern-Burgdorf treffen. Die Zauberinnen liegen aktuell auf dem siebten Tabellenrang, was sicherlich nicht ihren Vorstellungen entspricht. Nach einem harzigen Saisonstart konnten sie sich zuletzt steigern und besiegten am vergangenen Wochenende die Piranha Chur. Will Waldkirch-St. Gallen gegen Burgdorf erfolgreich sein, so gilt es Anja Wyss im Auge zu behalten: Die Nationalspielerin ist mit 15 Toren aus acht Spielen die zweitbeste Skorerin der Liga. (nab)

## Unihockeyturnier im Buechenwald

**Unihockey** Nach einer zweijährigen Pause ist es wieder so weit. Das 38. Unihockeyturnier des TSV Fortitudo Gossau findet an diesem Wochenende statt. Obwohl morgen als auch am Sonntag kann von morgen früh bis spät abends in der Buechenwaldhalle in Gossau spannendes Unihockey von Klein bis Gross beobachtet werden. Auch dieses Jahr nehmen wieder knapp 100 Teams am Turnier teil. Für Unterhaltung in Form von vielen Toren und Emotionen ist also gesorgt. Die Mannschaften freuen sich über jede Unterstützung und zahlreichen Zuschauern. Hunger und Durst können in der Festwirtschaft vor Ort gestillt werden. Einen Anfahrtsplan und alle weiteren Infos sind auf [www.fortitudo.ch/unihockey/uhturnier](http://www.fortitudo.ch/unihockey/uhturnier) zu finden. Der TSV Fortitudo freut sich auf ein unfallfreies Turnier. (pd)