

## UNTERWALLIS

**Nant de Drance verzögert sich**

**FINHAUT** | Im Herbst letzten Jahres gab die Gesellschaft Nant de Drance bekannt, dass sich die für 2018 geplante Inbetriebnahme des gleichnamigen Mega-Pumpspeicherwerks in Finhaut um sechs bis zwölf Monate verzögere. Bei den Schweissnähten an Stahlbauteilen in der Maschinenkaverne waren Qualitätsprobleme aufgetaucht. Das knapp zwei Milliarden teure Kraftwerk soll nun ab Ende 2019 schrittweise in Betrieb gehen, wie der Energiekonzern Alpiq gestern mitteilte. Es soll in Zukunft unter anderem dazu beitragen, die Stromspitzen bei der SBB zu bewältigen.

**Buddhistisches Zentrum in Martinach**

**MARTINACH** | Das Unterwallis steht bei den Anhängern der buddhistischen Glaubenslehre scheinbar hoch im Kurs. Die beiden buddhistischen Zentren in Saxon und Martinach werden durch ein zweites Zentrum in Martinach, das bereits im Herbst seine Türen öffnen wird, ergänzt. Leiten wird die Einrichtung Christophe Baud oder besser gesagt Lama Wangpo, wie das Radio «Rhône FM» schreibt.

**Lauf gegen Frauen-Krebs ein Erfolg**

**MONTHEY** | 1755 Frauen haben gemäss dem Radio «Rhône FM» an der sechsten Austragung der «Montheysanne», einem Spendenlauf von Frauen für Frauen mit Krebs, teilgenommen. Das seien 23 Prozent mehr als noch im Jahr davor. Mit ihrer Teilnahme sammelten sie Geld für Betroffene und bekundeten gleichzeitig ihre Solidarität.

**Fahrradfahrer bei Unfall leicht verletzt**

**SITTEN** | Gestern wurde auf der «Rue de l'Industrie» in Sitten ein Fahrradfahrer bei einer Kollision mit einem Auto leicht verletzt. Der Unfall ereignete sich gegen 16.30 Uhr. Der Radfahrer wäre dabei in Richtung Osten unterwegs gewesen, als er von einem Auto erfasst wurde, das den Parkplatz beim Coop verlassen hätte. Nach Angaben der Kantonspolizei sei er dabei leicht verletzt worden. Der Radfahrer wurde für eine Überprüfung ins Spital von Sitten gebracht.

**Malerischer Büchermarkt**

**CHAMOSON** | Vom 25. bis 27. August findet in Chamoson im Rahmen von «Saint-Pierre-de-Clages» ein grosser Büchermarkt mit nahezu 80 Ausstellern statt.

**WB Stammtisch** Dr. Thomas Vicentini begleitete die Läufer des Projekts «Gate2Castle» auf ihrem Marsch

**«Das wäre auch für einen Topathleten eine Tortur gewesen»**

**Herr Vicentini, Sie haben die drei Läufer des Projekts «Gate2Castle» betreut, wie streng war es für Sie?**

«Ich war selber überrascht, wie streng es war. Damit hatten wir in diesem Ausmass nicht gerechnet. Auch meine Frau als Sportphysiotherapeutin und meine Buben waren dabei und halfen aktiv mit.»

**Sie haben die Läufer erstmals bereits nach Tag 1 und dem 86 Kilometer langen Marsch besucht. In welcher Verfassung waren sie?**

«Sie waren sehr müde und dankbar, dass ich vorbeischaue habe. Einer der drei fragte mich, wann ich wieder vorbeischaue könne. Das war dann bereits am nächsten Mittag der Fall. Da habe ich realisiert, dass die folgenden zwei Wochen auch für mich und meine Familie sehr intensiv werden würden.»

**Was haben Sie bei der ersten Visite gemacht?**

«Ich habe die Läufer kontrolliert, chiropraktisch untersucht und in Ordnung gebracht, was in Ordnung gebracht werden musste. Die Beine waren bereits stark strapaziert nach diesem Tag.»

**Was war Ihr Hauptmotiv, am Projekt teilzunehmen?**

«Ich habe zwei der drei Läufer bereits vorher gekannt. Sie haben mich wegen Sponsoring angefragt und so ist die Zusammenarbeit entstanden. Ein langfristiges Hauptziel unserer Gemeinschaftspraxis Vitalistica in Brig ist es, das Vertrauen in den eigenen Körper und damit verbunden, die Selbstverantwortung eines jeden Einzelnen, zu sich Sorge zu tragen, zu fördern. Somit war dieses Projekt auch sehr interessant vom Aspekt zu sehen, wozu unser menschlicher Körper eigentlich instande ist und was wir zum guten Gelingen dieser Herkulesaufgabe beitragen können.»

**War Ihr erster Gedanke eher «Ja, die schaffens» oder «Das wird sehr schwierig bis gar unmöglich»?**

«Ich wusste von einem der drei Läufer (Kevin), dass er bereits vor sechs Jahren ein ähnliches Projekt durchgeführt hat. Er lief damals von Brig nach Rom. Darum wusste ich, dass der 1000 Kilometer lange Marsch für die drei machbar und möglich ist. Schwierig war sicher auch der mentale Druck...»

**Zu diesem Druck hat auch die Präsenz auf verschiedenen Kanälen beigetragen?**

«Dem ist so. Die Verpflichtung, es vor so vielen «Beobachtern» schaffen zu müssen, war durch die starke Medienpräsenz wirklich riesig und hat den Lauf zusätzlich schwieriger gemacht.»

**Wie streng war es für die Läufer, 1000 Kilometer in 14 Tagen zurückzulegen?**

«Alle drei Läufer sind keine Spitzensportler. Sie stecken aktiv im Berufsleben, sind aber in guter sportlicher Verfassung und gesund. Das war sicher die Grundvoraussetzung. Doch ein solcher Lauf ist in diesem Ausmass nicht trainierbar. Bei einer durchschnittlichen Geschwindigkeit von 7 km/h, was bereits sehr sportlich ist, sind die Läufer für 70 Kilometer zehn Stunden unterwegs.»

**Die Läufer haben sich aber gewisslich vorbereitet?**

«Sie konnten nur an einzelnen freien Tagen oder an den Wochenenden Läufe absolvieren. Dann haben sie wieder eine Woche oder zumindest ein paar Tage pausiert. Während des Laufs fehlte ihnen dann diese Erholung und der nötige Schlaf.»

**Wo lauerten die grössten Gefahren auf die Läufer oder worin bestand die grösste Herausforderung?**

«Blasen an den Füssen gehörten ganz einfach dazu, ebenfalls

Gelenkschmerzen. Die grösste Herausforderung war für jeden Läufer individuell eine andere. Das Schlimmste für Joel war beispielsweise, dass er während einiger Tage nicht mehr mitlaufen konnte. Er brachte seine geschwollenen Füsse nicht mehr in die Schuhe. Für Fabian war das grösste Problem der fehlende Schlaf...»

**«Es hätte viel mehr schief-laufen können, denken Sie nur an Ermüdungsbrüche oder Muskelrisse»**

Dr. Thomas Vicentini

**Was für Erkenntnisse haben Sie aus dem Monterlauf gezogen?**

«Das Projekt lief abschliessend gesehen sehr gut und wir sind glücklich und dankbar, dass alles geklappt hat. Es hätte viel mehr schief-laufen können. Denken Sie nur an Ermüdungsbrüche oder Muskel- oder Sehnenrisse oder gar einen Kreislaufkollaps. Das alles hätte passieren können. Die Läufer waren zudem derart fokussiert, dass sie hätten stürzen und so auf den stark befahrenen Strassen unter ein Auto oder einen

Lastwagen hätten geraten können. Überrascht hat mich persönlich wie viel meine Intervention angezeigt und vonnöten war. Der menschliche Körper reagiert massiv auf dauerhaften Stress, wie bei diesem Lauf, und kann nicht mehr optimal funktionieren. Dadurch waren die täglichen chiropraktischen Justierungen an der Wirbelsäule und den Beinen eine wichtige Hilfe für die drei Läufer.»

**Welches war Ihr persönlich schwierigster Moment?**

«Das war am zweitletzten Tag auf der Grimsel. Wir haben die Läufer im dichten Schneetreiben und bei minus zwei Grad erwartet, Joel unterwegs in den Sandalen. Da habe ich mir ernsthaft Sorgen um die Läufer und deren Gesundheit gemacht.»

**Wie gross war der Einfluss des Wetters sonst?**

«Nicht so gross wie man hätte erwarten können. Die Läufer waren derart fokussiert. Die starken Winde haben teils das Laufen erschwert, die Hitze war aber erträglich. Übers Wetter haben sie sich nie beklagt...»

**Wie viele Tage am Stück ist ein solcher Lauf machbar?**

«Das ist sehr schwierig zu sagen und individuell sehr verschieden. Leute zu früheren Zeiten sind oft 30 bis 40 Kilometer am Tag gelaufen, beispielsweise für die Beschaffung der Nahrung.



**Chiropraktiker.** Dr. Thomas Vicentini in seiner Praxis in Brig: Er will nicht primär Schmerzen seiner Patienten bekämpfen, sondern die Funktionen des Körpers über das zentrale Nervensystem verbessern.

FOTO ZVG

Aber mit 70 Kilometern täglich über zwei Wochen ist sicher ein Limit erreicht.»

**Hätte ein Topathlet ähnlich gelitten?**

«Das wäre auch für einen sehr gut trainierten Athleten eine Tortur gewesen. Denn niemand kann 1000 Kilometer lange Märsche über eine Dauer von zwei Wochen trainieren.»

**Haben Sie zwiischendurch auch mal daran gedacht, dass die Läufer aufgeben könnten?**

«Ich hatte immer wieder meine Bedenken. Doch richtig daran gezweifelt, dass sie es schaffen, hatte ich nie. Sie hatten ein derart starkes Feuer für dieses Projekt, dass ein Scheitern gar nicht in Betracht gezogen wurde. Allein diese positiven Emotionen tragen einen Läufer bereits sehr weit.»

Interview: zum

**GELD FÜR STIFTUNG**

Kevin Schwestermann (28), Fabian Jordan (24) und Joel Ruffiner (23) haben die 1000 Kilometer von Berlin nach Brig zu Fuss zurückgelegt. Dies vom 30. Juli bis zum 12. August unter dem Motto «Gate2Castle». Um das Ziel rechtzeitig zu erreichen, sind sie im Schnitt 70 Kilometer pro Tag gelaufen. Dabei konnten sie auf die Unterstützung eines Teams zählen und haben Geld gesammelt. Das Geld wird der Stiftung «Kinderhilfe Sternschnuppe» gespendet.

**Aktuell auf 1815.ch****Ventil – der Walliser Blog auf 1815.ch**

Mit Blick auf Aktuelles oder Amüsantes greift der 1815.ch-Blogger Themen aus dem Alltag auf und gibt den Lesern die Möglichkeit, Dampf abzulassen.

[www.1815.ch](http://www.1815.ch)

**Ausbildungsangebote im Oberwallis**

Eine reiche Palette an verschiedenen Kursangeboten finden Sie auf 1815.ch. Vom Malen übers Management – für jeden ist etwas dabei.

[www.1815.ch](http://www.1815.ch)

**MITMACHEN****Leser-Reporter – Ihre Story ist gefragt!**

Haben Sie eine spannende oder aussergewöhnliche Story für uns? Dann zögern Sie nicht und schicken Sie Ihre News an [info@1815.ch](mailto:info@1815.ch).

[www.1815.ch](http://www.1815.ch)