

# Die Post ist sehr schnell

Eine Frau mit aussergewöhnlichem Namen sorgte an den diesjährigen Davoser Seeläufen an allen acht Abenden für Furore und Aufsehen: Virginia Post. Die 30-jährige Forscherin lebt seit einem Jahr in Davos und liebt Land und Laufen.

Therry Brunner

Eines lässt sich ohne Zweifel festhalten: Die Deutsche Post ist schnell, sehr schnell. Ihre Bilanz an den diesjährigen Davoser Seeläufen gar überragend. Virginia Post nahm an sämtlichen acht Seeläufen 2011 teil und war dabei stets eine der drei schnellsten Frauen. Insgesamt drei Mal war keine andere Teilnehmerin nach den vier Kilometern schneller im Ziel als sie, die seit September 2010 in Davos lebt und als studierte Biologin mit Schwerpunkt Mikrobiolo-

gie seitdem auch bei der AO Foundation hier in der Forschung tätig ist. Dazu feierte sie in ihrer Kategorie W30 fünf Kategoriensiege. Weitere drei Male war sie die zweit-schnellste Frau im Feld und wurde dabei nur von absoluten Topläuferinnen wie Jasmin Nunige, Seraina Boner und Seraina Mischol geschlagen. Dazu wurde sie noch am K30 von Davos nach Filisur im Rahmen des Swissalpine starke Dritte. «Ungefähr mit zehn Jahren hat sich das mit dem

Laufen intensiviert. Davor habe ich eigentlich alles in der Leichtathletik gemacht. Es hatte sich aber schon früh gezeigt, dass mir das Laufen am besten liegt», erzählt sie von ihrer Jugend. Aufgewachsen ist sie nahe der Schweizer Grenze in Baden-Württemberg. Sie nahm an regionalen Meisterschaften teil – meist über die Mitteldistanzen von 800 oder 1500 Metern. «Das Ganze immer neben der Schule. Wettkampfmässig lief ich etwa bis zwanzig. Später, während des Studiums, lief ich dann je nach vorhandener Zeit. Beim Laufen kann ich mich wunderbar entspannen und den Gedanken freien Lauf lassen. Und ich mag es auch, zu pushen und an die Grenzen zu gehen», so die auch allgemein Sportbegeisterte, die äusserst fröhlich wirkt und sich selber

als offen für Abenteuer bezeichnet.

## Einfach laufen

Seit genau einem Jahr lebt die schnelle Post nun in Davos. Davor arbeitete sie fünf Jahre im australischen Sydney. Anfangs sei sie schon etwas skeptisch gewesen, von Sonne und Strand in die Berge zu gehen. «Der Winter hat mich am meisten überrascht. Und das Frühjahr und der Sommer sind eh toll hier für einen Natur- und Outdoor-Menschen wie mich. Momentan bin ich super happy hier und erkunde, was die Natur hier alles anbietet.» Das gelte auch fürs Laufen. «In Davos habe ich derzeit viel Spass, all die Wege zu erkunden. Und es ist reizvoll nach Australien, nun hier in den Bergen zu sein.» Für die Neu-Davoserin ist Laufen allgemein vor allem Freude und Passion. Einen spezifischen Trainingsplan habe sie nicht. «Ich gehe oft über Mittag laufen. Im Winter war ich oft Langlaufen und natürlich auch joggen. Meistens klappt das täglich. Ich laufe einfach aus Spass, aber von früher her habe ich noch Wissen und mache manchmal am Ende noch Steigerungsläufe. Zudem laufe ich mal schneller, mal langsamer. Und vor dem K30 habe ich an den Wochenenden ein paar längere Läufe gemacht.»

## «Wie Dario»

Und dieser K30 war für sie auch die grosse Überraschung. Nie zuvor hat sie an einem so



Virginia Post an ihrem allerersten Seelauf Mitte Mai. Walter Bani



Tolle Aussicht aus dem Büro: Virginia Post arbeitet als Forscherin bei der AO Foundation.

tb

langen Lauf teilgenommen. «Ich lief einfach mein Tempo, und Ziel war es, durchzukommen. Umso grösser war im Ziel dann die Überraschung, dass ich Dritte war. Damit hätte ich nie gerechnet. Hinterher betrachtet war das absolut genial und dann auch ein schönes Gefühl auf dem Podium.» Ähnlich begeistert klingt das auch, wenn die elegante Läuferin über die Seeläufe spricht. Für sie sei das alles Neuland gewesen, da sie niemanden gekannt habe. Das habe sich dann erst nach und nach ergeben. «Ich fand die Stimmung sehr interessant. Die Location ist sehr schön

und die Strecke ebenfalls.» Besonders gut in Erinnerung sind ihr die zwei sommerlichen Dienstagabende. «Zweimal konnten wir bei über 20 Grad laufen. Das machte am meisten Spass. Und toll fand ich auch, als Dario Cologna mit am Start war. Es war speziell, im selben Rennen zu laufen wie Dario.» Für den anstehenden Herbst habe sie noch keine grossen Pläne; sie wolle aber sicher öfters biken und wandern gehen und am Schatzalper-Berglauf teilnehmen. Eines steht aber fest: «Ich werde die Seeläufe am Dienstagabend vermissen», schmunzelt sie.

## Deutlicher Start Sieg der Davoser Da-Junioren

e | Mit einem deutlichen 11:1-Sieg im Heimspiel gegen den FC Walenstadt ist den Da-Junioren des FC Davos der Start in die Meisterschaft gelungen. Im «sommerlichen» Schneegestöber liessen sie ihren Gegnern kaum eine Chance und setzten sich mit zum Teil sehr schön herausgespielten Toren deutlich durch.

Im Training vom Freitag herrschten noch sommerliche Verhältnisse in Davos. Als die Da-Junioren aber am Samstag zum ersten Spiel der Meisterschaftsrunde zu Hause gegen den FC Walenstadt antraten, wählte man sich eher im Winter. Vielleicht lag es an den ungewohnten Verhältnissen, dass die Davoser sehr fähig in die Partie starteten. Jedenfalls harzte das Spiel der Einheimischen zu Beginn. Auch den Gästen aus Walenstadt gelang es jedoch nicht besser, ins Spiel zu kommen und von den Fehlern der Davoser zu profitieren.

Es dauerte dann aber nur einige Minuten, bis sich die Davoser zu steigern vermochten und zu ihrem gewohnten Kombinationsspiel fanden. So setzten sie ihre Gegner immer mehr unter Druck, und nach etwa 10 Spielminuten lenkte Klaus Gröbner mit einer Tor-Doublette das Spiel auch resultatmässig in die richtigen Bahnen. In der Folge gaben sie das Spieldiktat nie mehr aus der Hand und erhöhten bis zur Pause auf 7:1. Auch die zweite Halbzeit dominierten die Davoser ganz klar. Sie waren ihren Gegnern spielerisch deutlich überlegen, und am Ende resultierte ein klarer und absolut verdienter 11:1-Kantersieg.

### Davos spielte mit:

Maurus Castelmur, Gian Bossi, Sara Chindamo, Jort Cuijpers, Lachlan Greig, Klaus Gröbner, Noé Gutknecht, Stina Neuenschwander, Luka Resetar, Michael Schnetzler, Eline Schuling, Severin Wenger

## DZ unterstützt HCD-Nachwuchs auch heuer



dz | Diesen Sommer hat der HCD-Nachwuchs neue Trainingskleidung erhalten. Auch die «Davoser Zeitung» unterstützt die jungen Eishockeyspieler, die hier ihre stylish neue Kleidung von der Vaillant-Arena präsentieren.

## Taekwondo-Waldräumen

e | Am Samstag fand zum 15. Mal das «obligatorische» Waldräumen des Taekwondo-Vereins statt. Trotz widriger Witterung traf sich der harte Kern der Truppe bei frostigen Temperaturen (siehe Foto) im Wald oberhalb von Clavadel. Es mussten Äste und Zweige fortgeräumt werden. Wobei wir uns mit Witzen und Spässen unterhalten haben. Nur Michael Marni fand die Blitze und den Donner gar nicht spassig. Wir haben gerätselt, wie weit der Blitz von uns entfernt sei. Wobei wir unterschiedliche Ansichten hatten. Nach zwei Stunden musste die Waldräumung abgebrochen werden, da man vor lauter Neuschnee das Geäst nicht mehr fand. Oder wir hatten schlichtweg zu kalt. Valentina hatte sogar blaue Zehen bekommen, von den fast abgefrorenen Finger gar nicht zu sprechen. Das anschliessende Bräteln ist auch sprichwörtlich ins Wasser oder besser gesagt in den Schnee gefallen. Somit freute sich jeder auf eine warme Dusche oder auf eine heisse Badewanne. Wir hoffen, dass der zweite Waldräumungstag am 17. September eindeutig wärmer wird.

Anmeldungen unter [www.taekwon-do.ch](http://www.taekwon-do.ch)

