

Interview mit zwei Bündner Trailrunning-Spezialisten

«DAS Trailrunning gibt es bereits heute nicht mehr»

Silvan Caderas ist bei Engadin St. Moritz Tourismus als Senior Product Manager Sommer für die Sparte Trailrunning verantwortlich, Thomas Häusermann seit über 20 Jahren Trailrunner und Projektleiter bei graubünden Trailrun. Ein Gespräch, wie die Zukunft des Trailrunning aussehen könnte.

INTERVIEW: ANDREAS GONSETH

Silvan Caderas, seit drei Jahren wird Trailrunning von Engadin St. Moritz Tourismus strategisch gefördert. Was konkret wird heute geboten, was es vor drei Jahren noch nicht gab?

Wir haben vor allem in die Streckenpräsentation investiert mit detaillierten Routenvorschlägen, Panoramakarten, GPS-Daten. Dabei bieten wir die Infos konventionell auf Print wie auch digital. Analog dem Prinzip der Bike-Hotels haben wir zudem ein Netz von Trailrunning-Hotels aufgebaut, dem mittlerweile bereits 20 Hotels angehören. Die Hotels müssen sich dabei gezielt zum Trailrunning bekennen, Know-how, Streckeninfos, sportlergerechtes Frühstück, Lunchpakete oder auch Wäscheservice bieten, damit sie die Sportler betreuen können. Mit der «La Traversada Engiadina» haben

wir zudem definierte Strecken im Angebot, auf denen man sich online auf Strava messen kann. Mehrtägige Touren mit Gepäcktransport wollen wir noch stärker ausbauen, beispielsweise mit der «Via Grischuna», einer 7-tägigen Tour von Davos nach St. Moritz.

Thomas Häusermann, sie sind Projektleiter bei graubünden Trailrun, dem Projekt des Kantons Graubünden zur Förderung des Trailrunning, welches 2020 gestartet ist. Was sind Ihre bisher zwei wichtigsten Erkenntnisse?

Dass das Projekt genau im richtigen Moment lanciert wurde und wir überall offene Türen einrennen. Alle Beteiligten erkennen das Potenzial des Trailrunning, auch die grossen Destinationen. Die zweite wichtige

Silvan Caderas ist bei Engadin St. Moritz Tourismus seit drei Jahren unter anderem für die Sparte Trailrunning verantwortlich. Der 37-Jährige läuft am liebsten auf schmalen Pfaden mit möglichst vielen Wurzeln und Steinen durch die idyllischen Engadiner Wälder.

Erkenntnis: Wir müssen noch besser erklären, was wir unter Trailrunning verstehen, denn DAS Trailrunning gibt es bereits heute nicht mehr. Wir möchten vermitteln, dass es beim Trailrunning hauptsächlich ums Naturerlebnis geht und nicht um Leistung.

Wie stark hat Trailrunning aus ihrer persönlichen Sicht zugelegt in den letzten Jahren? Rennen jetzt auf den Wanderwegen überall Trailrunner herum?

Silvan Caderas: Die Nachfrage hat sicherlich zugelegt, aber im Vergleich zu den Wanderrern oder auch Bikern sind Trailrunner nach wie vor deutlich in der Unterzahl, und dies wird wohl auch noch eine ganze Weile so bleiben. Viele Trailrunner sind recht unauffällig unterwegs. Sie kommen bereits gut vorbereitet und brauchen vor Ort praktisch



Thomas Häusermann ist Projektleiter bei graubünden Trailrun, Trailrunningguide sowie OK-Präsident der Erlebnisläufe Transruinalta/Transviamala. Der 48-Jährige läuft seit über 500 Tagen Running-Streak (= jeden Tag laufen), am liebsten hoch in den Bergen auf den Trails im Naturpark Beverin.

keine Beratung. Zudem ist der Trailrunning-Gast oft multisportiv und übt während seinem Aufenthalt auch andere Sportarten und Aktivitäten aus.

Thomas Häusermann: Ich schätze, dass sich die Zahl mindestens verdoppelt, wenn nicht verdreifacht hat. Es kommt bei der Zählweise aber auch darauf an, wie man Trailrunning definiert.

Wie lautet ihre Definition?

Thomas Häusermann: Trailrunning bietet zahlreiche Spielarten. Natürlich gibt es die ambitionierten Sportlerinnen und Sportler, die auch an Events teilnehmen und für die Streckenlänge, Höhenmeter und Zeiten wichtig sind. Dazu gibt es Tageswettkämpfe über verschiedenste Distanzen, aber

vielen anderen Sportarten der Fall ist. Für uns sind Frauen eine enorm wichtige und vor allem wachsende Zielgruppe. Wir versuchen daher in unserer Kommunikation verstärkt «jünger» und «weiblicher» zu werden.

Thomas Häusermann: Ich erlebe das auch so. Bis vor wenigen Jahren war die Mehrheit 40 plus und männlich, jetzt ist eine kräftige Verschiebung in Richtung jung und weiblich im Gang.

Über welche Kanäle informieren sich Trailrunner?

Silvan Caderas: Tourenportale mit Streckenvorschlägen und GPX-Daten sind beliebt und legen an Bedeutung zu. Trailrunner gehen nicht unvorbereitet auf die Trails, sondern informieren sich über die Eckdaten einer Tour. Viele sind so ausgerüstet, dass sie die GPS-Tracks auf ihre Uhren oder Smartphones laden können. Andere schätzen aber auch konventionelle Unterlagen wie Streckenpläne und Karten, um sich einen Überblick zu verschaffen und Routen zu studieren. Und nicht wenige Trailrunner wünschen sich signalisierte Strecken.

Thomas Häusermann: Social Media ist ein extrem wichtiger Kanal und ein wesentlicher Grund, weshalb die Kundschaft immer jünger wird. Trailrunning-Influencer nehmen an Bedeutung zu. Viele lassen sich inspirieren, wenn jemand Strecken vorstellt und schöne Bilder teilt.

Wie alt sind heutige Trailrunner durchschnittlich und wie ist die Geschlechterverteilung?

Silvan Caderas: Sie werden immer jünger und die Frauen holen kräftig auf, wie es bei

Silvan Caderas: Im kommenden Sommer werden rund 15 asiatische Influencer und Opinion-Leader im Bereich Trailrunning während drei Tagen auf den Engadiner Trails unterwegs sein. Dies im Rahmen des

Swiss Summer Camp Asia, welches gemeinsam von Schweiz Tourismus, der Firma On und der Destination Engadin St. Moritz organisiert wird.

Werden bei den Streckenbeschreibungen wie beim Wandern die Laufzeiten angegeben?

Silvan Caderas: So weit sind wir noch nicht, denn es ist nicht ganz einfach, eine einheitliche Umrechnungsformel zu finden, die für die Mehrheit funktioniert.

Thomas Häusermann: Langfristig wollen wir bei graubünden Trailrun eine kantonal einheitliche Handhabung für die Zeitenberechnung bieten, denn die Leute interessiert schon, wie lange sie in etwa für eine Strecke benötigen. Vor allem in den Bergen ist es zudem wichtig, dass man einen konkreten Anhaltspunkt hat, damit man sich nicht verschätzt. Wir experi-

mentieren aktuell mit verschiedenen Apps und Umrechnungsfaktoren.

Wie wichtig ist eine unterschiedliche Ansprache der Trailrunner je nach Leistungsstufe?

Thomas Häusermann: Wir müssen überbringen, dass ein Läufer, der einen 3-5 km langen Trail absolviert, auch ein Trailrunner ist und Zeit nicht die relevante Grösse ist. Trailrunning ist nicht per se Laufsport, sondern ein steter Wechsel zwischen Marschieren, Hüpfen und Rennen. Events sind als Leuchttürme der Szene wichtig, aber langfristig werden immer mehr Trailrunner selbstständig allein unterwegs sein oder sich

in Gruppen zusammenschliessen, um gemeinsam laufend etwas zu erleben. Die Schweiz bietet sich dazu perfekt an.

Silvan Caderas: Bislang waren das Engadin und vor allem auch St. Moritz als

«Trailrunner kommen gut vorbereitet und brauchen vor Ort praktisch keine Beratung.»

Silvan Caderas

«offizielles Trainingszentrum von Swiss Olympic» bei Wettkampf- und Spitzensportlern aus aller Welt vor allem wegen dem effizienten Höhentraining sehr beliebt. Das ist beim Trailrunning anders, da steht für uns – wie beim Mountainbiker – das Naturerlebnis im Fokus.

Wie wichtig ist beim Trailrunning eine Industrie, die immer neue Produkte bringt?

Thomas Häusermann: Die Industrie ist sehr wichtig. Beim Inline-Skating oder Nordic Walking hat man gesehen, was passiert, wenn die Industrie aussteigt, dann verliert auch die Sportart schnell an Bedeutung. Ich bin aber überzeugt, dass das beim Trailrunning nicht passiert, im Gegenteil, da stehen wir erst am Anfang. Laufschuhe brauchen die Leute immer wieder neue, und das hat die Industrie erkannt. Früher hatten die meisten Marken ein einziges Modell im Sortiment, heute gibt es Hersteller, die 5-6 Modelle bieten für jeden Trailrunning-Einsatzzweck.

Thomas Häusermann, Sie sind Mitbegründer des Erlebnisaufs Transviamala. Die Lauf-Eventszene hat zwei schwierige Jahre hinter sich, was ist in Zukunft gefragt?

Thomas Häusermann: Die Events müssen ihre Konzepte definitiv hinterfragen und offen sein für Veränderungen. Die Kundschaft ist weniger treu als früher, wo es noch weniger Teilnahmemöglichkeiten gab. Heute wird kaum einer mehr dreissig Mal am gleichen Lauf teilnehmen, sondern sucht sich immer wieder etwas Neues heraus. Aus meiner Sicht muss ein Event daher noch viel stärkere Bestrebungen weg von der reinen Leistung machen. Warum beispielsweise nicht Strecken anbieten, bei denen es nur eine segmentierte Zeitmessung gibt? So können Gruppen geschlossen zusammenlaufen und einen schönen Tag verbringen. Und gleichzeitig können sie auf den einzelnen Zeitmessabschnitten ihren Leistungshunger ausleben und sich mit anderen vergleichen. Wir haben zudem gemerkt, dass für viele Teilnehmer Softfaktoren manchmal wichtiger sind als Leistungskriterien.

Beim Transviamala haben uns schon einige geschrieben, sie kämen nur wegen dem Kuchenbuffet...

Silvan Caderas: Ich denke auch, dass eine Öffnung wichtig ist. So ist beispielsweise der traditionelle «Engadiner Sommerlauf» seit diesem Jahr Teil des mehrtägigen «St. Moritz Running Festival», bei welchem es um weit mehr als den sportlichen Wettkampf geht. Der Name symbolisiert die von Thomas erwähnte angestrebte Erweiterung der Kundschaft. Events müssen allen etwas bieten, vor allem das tiefe Leistungsniveau wurde bislang vernachlässigt.

Sollen Trailrunner eigene «Spielwiesen» erhalten zum Beispiel mit gebauten Flowtrails ähnlich wie beim Biken?

Silvan Caderas: In La Punt wird ein spezieller Trailrunning-Parcours erstellt. Ähnlich wie bei einem Vita Parcours können auf einem rund anderthalb Kilometer langen Rundkurs an acht Stationen verschiedene Übungen für Kraft, Gleichgewicht und Geschicklichkeit absolviert werden. Zudem können auf dem Parcours verschiedene Schuhe kostenlos getestet werden. Der Parcours soll im nächsten Frühling eröffnet werden.

Thomas Häusermann: Ja, warum nicht gebaute Flowtrails, die spezifisch das Lauferlebnis fördern? Ich bin als Test auch schon Bike-Trails abgerannt, manche sind super spannend und schön zu laufen und es gibt immer wieder neue Herausforderungen. Auch Pumptracks auf dem Bike sind beliebt, warum also nicht Trailtracks für Läufer?

Beim Boom des Mountainbikesports ist es rasch zu Konflikten mit Wanderern gekommen. Gab es auch schon Probleme mit Trailrunnern?

Silvan Caderas: Konkrete Probleme sind mir nicht bekannt. Aber natürlich bringen zusätzliche Nutzergruppen auch zusätzliche Frequenzen und damit eine Steigerung des Konfliktpotenzials mit sich, gerade an neuralgischen Stellen während der Hochsaison. Eine gute Planung und konkrete Angebote können jedoch zu einer Entflechtung und Minimierung des Konfliktpotenzials führen.



FOTO: ZVG

Information und Kommunikation sind sehr wichtig. Seit letztem Jahr wirbt Graubünden mit «Fairtrail» für Toleranz und ein entspanntes Miteinander auf den Bündner Wandwegen und Trails. Die dort enthaltenen Verhaltensregeln gelten selbstverständlich auch für Trailrunner.

Thomas Häusermann: Neue Nutzergruppen stossen nie per se auf Liebe, die Diskussion muss daher sicher geführt werden. Aber Trailrunner sind grundsätzlich ohne grosses Equipment unterwegs und sensibel gegenüber der Natur, da sind wenig Konflikte zu erwarten.

Was ist ihre Vision für die Zukunft?

Silvan Caderas: Trailrunning als Breitensport für jedermann positionieren zu können. Weitwanderungen mit Gepäcktrans-

«Beim Trailrunning geht es um Naturerlebnis, Genuss und das Gefühl, etwas geleistet zu haben.»

Thomas Häusermann

port sind aktuell sehr gefragt, dieses Bedürfnis ist auch beim Trailrunning da, und die Schweiz bietet enorm viel Potenzial, den Kunden attraktive Lösungen anzubieten.

Thomas Häusermann: Wer Kinder beobachtet, der sieht: Laufen ist die natürlichste Bewegung der Welt, aber viele verlieren das im Erwachsenenalter. Gleichzeitig ist fit im Alter aktuell ein Megatrend, der anhalten oder noch zulegen wird. Wir möchten den Menschen langfristig vermitteln, wie schön, vielseitig, gesund und erlebnisreich Bewegung auf einem Trail sein kann und dass man dabei nicht immer rennen muss. Wenn wir diese Botschaft gut überbringen, wird Trailrunning nicht einfach ein Boom bleiben, sondern zu einer Breitensportart wachsen, die langfristig Bestand hat.



FOTO: ZVG/FILIP ZUJAN