



**Media Relations**

Tel direkt +41 44 305 50 87  
e-mail [mediarelations@srf.tv](mailto:mediarelations@srf.tv)  
Internet [www.medienportal.srf.tv](http://www.medienportal.srf.tv)

## Die einzelnen Folgen von «sporterlebt» im Überblick

### 4. Juli 2011 – Downhill-Mountainbikerin Emilie Siegenthaler

Die erste Etappe ihrer Reise führt Tanja Frieden und Bernhard Russi nach Crans-Montana. Dort wollen sie Emilie Siegenthaler treffen, eine der besten Downhill-Mountainbikerinnen der Welt. Doch der Weg nach Crans ist lang und beschwerlich. Tanja und Bernhard starten die Reise von der Schönbielhütte aus – mit einer ausgedehnten Skitour. Die Schneegrenze ist schon weit nach oben gewandert, was einen langen Fussmarsch ins Tal zur Folge hat. Bei Emilie Siegenthaler angekommen lässt diese die beiden die ganze Härte des Downhill-Sports erleben. Bernhard Russi bekommt diese Härte ganz besonders zu spüren. Im Gespräch mit Tanja Frieden und Bernhard Russi gibt die Downhill-Bikerin auch ungewöhnlich offen ganz persönliche Seiten von sich preis.

### 11. Juli 2011 – Gleitschirmpilot Lorenz Indermühle

Tanja Frieden und Bernhard Russi setzen ihre abenteuerliche Reise mit dem Mountainbike fort und tauchen ein in wunderschöne Landschaften. Der Chasseral stellt die erste Hürde der zweiten Etappe dar. Auch sonst wollen die beiden diesmal hoch hinaus. Ihr Besuch gilt dem Gleitschirmpiloten Lorenz Indermühle. Am «Idiotenhügel» lässt Lorenz Bernhard und Tanja erahnen, wie viel Fingerspitzengefühl nötig ist, um einen Gleitschirm zu beherrschen. Auf dem Tandemflug dann zeigt ihnen der Profi, was unter Beherrschen des Schirms zu verstehen ist. Aber Lorenz Indermühle hat noch viel mehr zu bieten. Am Abend vor dem Flug zieht er andere Saiten auf und Tanja Frieden und Bernhard Russi in seinen Bann.

### 18. Juli 2011 – Kajakfahren mit Christine und Matthias Rohrer

Nässe und Kälte sind ständige Begleiter von Tanja Frieden und Bernhard Russi auf der dritten Etappe. Zuerst regnet es in Strömen, wenn sie mit dem Mountainbike über den Cole des Mosses müssen. Danach aber auch noch durchnässt das Nachtlager aufzuschlagen ist unangenehm. Am Folgetag dann scheint zwar die Sonne, dafür geht es ins Wasser – mit dem Kajak. Christine und Matthias Rohrer lassen Tanja und Bernhard eintauchen in die wunderbare Welt des Kajaksports. Zwei echte Mutproben gilt es zu bestehen. Mit dabei sind auch die beiden Söhne der Rohrer, der neunjährige Pit und der zehnjährige Jan, beide von klein an mit dem Kajak unterwegs.

### 25. Juli 2011 – Bergläufer Mauritz Boschung

Eine schöne und anstrengende Biketour bringt Tanja Frieden und Bernhard Russi via Schwarzsee auf die Alp Stoss. Ein besonderer Bergläufer wartet dort auf die beiden. Mauritz Boschung ist ein richtiger Naturmensch, der von modernen Trainingsmethoden nichts hält. Bei einem gemeinsamen Abendessen erklärt er Tanja Frieden und Bernhard Russi sein Erfolgsrezept. Am nächsten Morgen können sie sich dann selber von der Stärke des Bergläufers überzeugen. Schon nach zwei Minuten am Berg schmerzt



jeder überwundene Höhenmeter. Die beiden staunen nicht schlecht über die Leistung von Mauritz Boschung und sind froh, bald wieder im Zug zu sitzen und Richtung Emmental zu fahren. Dort steht Reiten auf dem Programm.

#### **8. August 2011 – Distanzreitportlerin Alexandra Frey**

Alexandra Frey will Tanja Frieden und Bernhard Russi den Distanzreitport näherbringen. 160 Kilometer reitet die pferdeverrückte Emmentalerin an einem Rennwochenende. Bereits bei den ersten Reitversuchen haben die beiden jedoch einen tierischen Respekt vor dem Abenteuer. Schliesslich sind diese Pferde keine «Touristenesel», sondern richtige Sportpferde mit einem eigenen Charakter. Trotzdem lässt sich Bernhard Russi erneut zu einer halsbrecherischen Aktion hinreissen, während Tanja Frieden die weibliche Vernunft walten lässt. Es ist ein Tag, den beide nicht so schnell vergessen werden.

#### **15. August 2011 – Kletterer Nina Caprez und Cédric Lachat**

Eine Bergwanderung bringt Tanja Frieden und Bernhard Russi nach Graubünden. Dort wollen die beiden mit Nina Caprez und Cédric Lachat die Faszination des Kletterns erleben. Zuerst demonstrieren die Profis ihr Können an einem Boulder, dem Klettern auf Absprunghöhe an einem Stein. Danach wartet die Königs- und Schlussetappe: der Schijenzahn. Ein letztes Mal stossen Tanja Frieden und Bernhard Russi an ihre Grenzen. Aber das Gipfelerlebnis entschädigt für die vielen Strapazen.