



«Harte Arbeit wird dich nie enttäuschen» – dieses Motto hat sich Zehnkämpfer Simon Ehammer auf den Arm tätowieren lassen.

Simon Ehammer

«Die Abwechslung macht es aus»

Er hat einen guten Lauf: Der Appenzeller Zehnkämpfer gehört aktuell zu den Weltbesten seiner Disziplin. Und auch privat sind die Zeiten rosig mit seiner **Traumfrau**, der Skicross-Fahrerin Tatjana Meklau.

Von Simone Matthieu (Text)
und Joseph Khakshouri (Fotos)

Der Morgen ist warm und sonnig in Uttwil TG. Simon Ehammer kommt in Bade-
shorts und Badelatschen zum Termin. Er wird gleich für die GlücksPost in den Pool springen. Als der Zehnkämpfer sein T-Shirt auszieht, sieht man nicht nur seinen durchtrainierten Körper.

Auch Tätowierungen kommen zum Vorschein: «Hard work will never let you down» (Harte Arbeit wird dich nie enttäuschen) steht auf der Innenseite seines Oberarms.

Das umschreibt die aktuelle Situation des 22-jährigen Appenzellers sehr gut: Die rund 25 Stunden Training pro Woche zahlen sich aus. Im Mai brach Ehammer am Mehrkampf-Meeting in Götzis

(A) mit 8,45 Metern den Weltrekord im Weitsprung im Rahmen des Zehnkampfs und wurde an diesem wichtigen Anlass auch Dritter im Zehnkampf selbst. An anderen Leichtathletik-Meetings erreichte er weitere Podestplätze im Weitsprung. Aktuell belegt er den achten Platz in der weltweiten Decathlon-Rangliste.

Weitsprung ist das Steckpferd des gelernten Sportartikelverkäufers. Sich darauf beschränken kommt aber nicht in Frage: «Ich weiss nicht, ob ich dadurch weiter springen würde. Dank der verschiedenen Techniken im Zehnkampf spüre ich meinen Körper umfassender als ein Spezialist, der jeden Tag nur an einer einzigen Disziplin feilt. Ich habe sehr viel Abwechslung, das macht es für mich aus.» Man müsse schon ein bisschen mehr geben wollen, vielleicht auch ein bisschen verrückt sein. «Was dir der Zehnkampf aber an Emotionen zurückgibt, ist einzigartig»,



Mit Freundin Tatjana Meklau, der österreichischen Skicross-Fahrerin, wohnt Simon Ehammer in Gais AR. Die beiden sind seit rund zwei Jahren ein Paar.

schwärmt Simon Ehammer. «Man fühlt sich so komplett.»

Beim Mittagessen in Teufen AR gesellt sich seine Freundin Tatjana Meklau (22) zu uns. Vor dem Restaurant zieht sie den Zehnkämpfer zu sich, möchte einen Tanzschritt mit ihm ausführen, doch er findet: «Nä-ä.» Die beiden sind verspielt, lachen viel. Immer wieder liegt ihre Hand bei ihm oder seine bei ihr. Sie stecken die Köpfe zusammen – plötzlich lacht die Österreicherin auf, sagt: «I hab di liab.» Er zeigt mit vollem Mund erst auf sein Herz und dann auf Meklau.

Der Schweizer und die Skicross-Fahrerin sind seit zwei Jahren ein Paar. Kennengelernt haben sie sich auf der Social-Media-Plattform Instagram. «Ich habe ihm zu seinem Gold an der U20-EM gratuliert. Von da weg haben wir uns geschrieben», erzählt sie. «Aus dem Nix meldete er sich dann plötzlich, er habe Ferien und käme nach Salzburg.» Zuerst versuchten sie es mit einer Fernbeziehung. «Doch die Zeit war damals schwierig für mich», erklärt Tatjana Meklau. «Ich hatte mich kurz nach meinem Weltcup-Debüt im Skicross 2019 verletzt. Wir merkten: Uns geht es besser, wenn wir zusammen sind.»

Weil sie in ihrer Skicross-Karriere noch am Anfang steht, ist sie

flexibler als er, der fest eingebunden ist in sein Netzwerk aus Trainern. Sie konnte zu ihm nach Gais AR ziehen und fährt von dort aus zum Training im nahegelegenen Olympiazentrum Dornbirn (A).

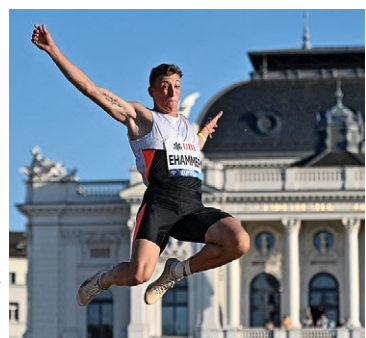
Der Tiroler Wappenadler, den sich Simon Ehammer auf den seitlichen Oberkörper tätowieren liess, war allerdings schon vor Tatjana da. Er steht für seine tiefe Verbundenheit zur Heimat seines Vaters. Ein Jahr lang hat er bei seinen Grosseltern im Tirol gewohnt.

Nicht nur deshalb hatte die schwarzhaarige Schönheit schon mal Pluspunkte bei ihm. «Ich sagte mir im-

mer: Wenn ich eine Freundin habe, muss sie Skifahren können – weil ich das so gerne tue.» Tatjana, von Simons sportlicher Vielseitigkeit schon oft verblüfft, fügt an: «Gegen den hast du keine Chance, der kann einfach alles.»

Das wird Simon Ehammer in der laufenden Saison hoffentlich auch dem Publikum erneut beweisen: An der Leichtathletik-Weltmeisterschaft in den USA (15.–24.7., täglich live auf SRF) wird er auf Weitsprung setzen. An der EM in München (15.–21.8.) ist klassischer Zehnkampf angesagt. Tatjana Meklau wird ihn an die Wettkämpfe begleiten, solange sie noch nicht wieder voll in den Skizirkus eingebunden ist. 🌟

«Beim Zehnkampf fühlt man sich komplett»



Im Weitsprung hat Ehammer dieses Jahr einen Weltrekord aufgestellt.



Das Training, wie hier bei Appenzelerland Sport, nimmt er sehr ernst.



Mit Anlauf! Er könnte locker auch über den Pool springen.

FOTO: AFP/FABRICE COFFRINI



HOCHADEL

Gut gelaunt: die Queen mit Charles an der Militärparade in Edinburgh.

Königin Elizabeth II.

Jetzt offiziell in Teilzeit-Rente!

Abgesagte Termine der Queen lösten **Spekulationen** um ihre schwindenden Kräfte aus. Nun reagiert der Palast.

Von Marco Hirt

Auf nach Schottland zur traditionellen Besuchswoche! Doch wie bereits in den letzten Monaten nahm Königin Elizabeth II. (96) aus Rücksicht auf ihre Gesundheit nur ausgesuchte Termine wahr, wirkte dabei aber trotz Gehproblemen munter und zeigte sich bei bester Laune. Was bereits wie eine Teilzeit-Rente aussieht, hat der Palast nun offiziell so festgelegt, um unnötige Spekulationen über ihre Gesundheit zu verhindern: Ihre Aufgaben als Staatsoberhaupt sind künftig nicht mehr im Detail aufgeführt, bisher gewohnte Termine (u.a. Parlamentseröffnung) wurden gestrichen. Ihre Rolle umfasse eine Reihe parlamentarischer und diplomatischer Pflichten, heisst es in einem Bericht. Das «Programm der Queen» wurde zudem zum «generellen Programm royaler Besuche», die königliche Familie unterstützt die Monarchin bei ihren Einsätzen. Bald stehen für sie die Sommerferien auf ihrem geliebten Schloss Balmoral an. 🌟



Goldenes Kissen: So sitzt es sich beim Termin noch bequemer.



Treffen mit der schottischen Premierministerin Nicola Sturgeon.

FOTOS: GETTY IMAGES (2), AGENCY PEOPLE IMAGE