

Getestet

von Thorsten Riedl

Suunto Run

Laufen ohne digitalen Schnickschnack
Die Herzfrequenz, die Dauer, vielleicht noch Pace, also Geschwindigkeit, und noch den Weg: Mehr braucht es eigentlich nicht beim kleinen oder grösseren Lauf. An Läufer, die das ähnlich sehen, richtet sich die Suunto Run. Kein Schnickschnack, nur auf das Wesentliche versteht sich die Uhr der Finnen – das dafür gut.

Wer Bezahlfunktion, Navigation über Karten, einen App-Store auf seiner Uhr braucht, der greift lieber gleich zu einer smarten Watch von Apple oder Samsung. Mit denen lässt dann zwar auch das Lauftraining aufzeichnen, aber doch nicht so auf den Punkt wie mit der Suunto Run.

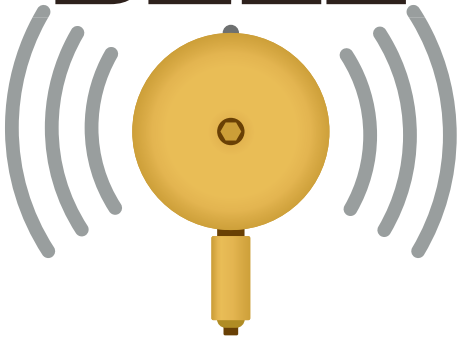
Beim ersten Auspacken fällt auf, wie leicht die Uhr ist: Sie wiegt weniger als 40 Gramm. So fühlt sich die Run bei Weitem nicht so hochwertig an wie Produkte der Rivalen oder gar eine klassische Armbanduhr. Doch beim Sport zählt ja oft genug jedes Gramm. Und trotz der Leichtbauweise gibt es wenig, auf das Läufer verzichten müssten.

Zuallererst hat die Suunto Run ein farbstarkes AMOLED-Display, das sonst nur teurere Produkte haben. Auch bei Sonnenschein behält man seine Infos im Blick. Leider ist das ständige Anzeigen von Zeit oder Daten nicht vorgesehen. Ein Always-on-Display lässt sich zwar einschalten, das geht aber zulasten der Akkukapazität. Im Normalfall aktiviert sich das Display nur beim Heben des Arms. Dann reicht die Batterie laut Hersteller zwölf Tage – im Test waren es deutlich weniger. Aber immer noch länger als Apple Watch & Konsorten.

Bedient wird die Uhr über eine digitale Krone. Das ist manchmal nicht ganz intuitiv gelungen, man gewöhnt sich daran. Musik kann offline auf die Uhr geladen werden, sofern sich noch MP3-Dateien auf der Festplatte finden. Spotify und ähnliche Dienste funktionieren nicht. Herzfrequenz und Navigation liefern ausgezeichnete Ergebnisse. Es gibt zwar keine Karten auf der Uhr, via App lässt sich aber ein Weg vorab planen und dann auf der Run nachlaufen. Andere Trainingsmodi gibt es auch, die Stärken der Uhr liegen aber im Laufen. Für 249 Fr. hat die Suunto Run einen attraktiven Preis.



CLOSING BELL



Kaffee mit...

... Bettina Walch, Gründerin und Asphaltknackerin von Plan Biodivers

«Das wird heftig, was da auf uns zukommt», sagt Bettina Walch. Sie meint die Sommerhitze in den Städten, die mit der Klimaerwärmung Jahr um Jahr schlimmer wird. Beim sommerlichen Nachmittagskaffee auf einer schattigen Dachterrasse hinter dem Kino Abaton im Zürcher Kreis 5 ist die Temperatur dagegen angenehm. Ein leichter Wind sorgt zusätzlich für etwas Kühlung.

«Wir müssen heute vorsorgen, für unsere Gesundheit und unsere Wirtschaft», fährt sie fort und verweist auf die aktuelle Klima-Risikoanalyse des Bundesamtes für Umwelt. Darin heisst es, die volkswirtschaftlichen Kosten, die der hitzebedingte Verlust an Arbeitsproduktivität verursache, beliefen sich schon heute auf mehrere Hundert Millionen Franken pro Jahr. «Dabei geht es nicht nur darum, dass wir bei Hitze weniger leistungsfähig sind, irgendwann bricht dann auch die Infrastruktur zusammen. Irgendwann biegen sich die Gleise.»

Bettina Walch, Jahrgang 1970, hat 2021 zusammen mit Isabella Sedivy (Jg. 1978) – beide waren bis dahin Journalistinnen bei SRF – das Unternehmen Plan Biodivers gegründet. Die Kommunikationsagentur ist spezialisiert auf Themen wie Biodiversität, Anpassung an den Klimawandel oder Schwammstadt. «Wir sensibilisieren zu Umwelt, Ökologie und Artenvielfalt und wie wir sie unterstützen können», fasst Walch zusammen. Kunden sind Unternehmen, die öffentliche Hand oder Bildungseinrichtungen.

Sie entwickeln Konzepte, schreiben Texte, visualisieren komplexe Zusammenhänge, organisieren und moderieren Anlässe. «Wie und warum sollen wir handeln? Was ist der Benefit? Warum soll man Geld in die Hand nehmen, sei es als Privatperson, sei es als Firma, sei es als Gemeinde?», beschreibt die Gründerin die Fragen, auf die Plan Biodivers Antworten geben will.

Asphaltknacken ist eines dieser Angebote, das sich an Private richtet. Walch, Sedivy und ihre fünf Mitarbeiterinnen nennen sich daher auch Asphaltknackerinnen. Ihr Ziel: versiegelte, innerstädtische Flächen vom Asphalt zu befreien und in geeigneter Form zu bepflanzen. Im Visier haben sie dabei private Parkplätze, Hinterhöfe und Unternehmensareale in Zürich, Winterthur und Luzern.

Versiegelte Flächen sorgen in Städten für zwei Probleme. «Man arbeitet, wohnt und schläft über einem Backofen», beschreibt Bettina Walch das erste Problem und deutet auf die Strasse vor dem Haus. Asphalt heizt sich an heissen Tagen auf und gibt die Wärme in der Nacht wieder ab. Das zweite Problem: Versiegelte Flächen lassen kein Wasser durch. Regen wird direkt in die Kanalisation geleitet. Bei Starkregen erreichen die Kanäle ihre Kapazitätsgrenzen und es kommt zu Hochwasser. Deshalb rücken die Asphaltknackerinnen dem Asphalt unter Zuhilfenahme von spezialisier-



ten Gartenbaubetrieben mit Spitzhacke, Presslufthammer und Bagger zu Leibe, wenn sich ein Eigentümer für eine Entsiegelung entscheidet. Die entsiegelte Fläche kann durchaus wieder als Parkplatz genutzt werden, wenn zum Beispiel Rasengittersteine eingebaut werden.

«Aber was natürlich am Schluss total befriedigend ist, ist das Pflanzen», sagt Walch. Denn nicht jede Fläche sei ja nachher immer noch ein Parkplatz, weil er schlicht nicht mehr gebraucht und aufgelöst werde. «Und dann hinzugehen und Stauden oder auch Bäume zu pflanzen, ist einfach etwas wahnsinnig Schönes.»

Bei der Frage, warum sich die Asphaltknackerinnen keine Flächen in öffentlichem Eigentum vornehmen, wird Walch deutlich: «Da habe ich ganz dezidiert die Meinung, dass die öffentliche Verwaltung in der Fürsorgepflicht für ihre Bevölkerung steht, die Wertschöpfung betreibt und Steuern zahlt, und dass sie das bitte selbst machen soll.»

Auch deswegen arbeiten die Asphaltknackerinnen gerne mit Städten zusammen, die die Privaten ins Boot holen wollen, um sich zukunftsfähig und klimaresilient zu machen. «Wir sind ein kleines Beiboot, das von den Städten bei der Beratung für Entsiegelungsprojekte oder bei der Entsorgung von Asphalt auch finanziell unterstützt wird.» Ein wichtiger Unterstützer sei zudem die Versicherungsgesellschaft Mobiliar, für die Entsiegelungs- und Schwammstadtprojekte letztlich der Schadensvorsorge dienen.

Die Asphaltknackerinnen haben mit romantischen Naturvorstellungen nichts am Hut. «Instandhalten der Natur muss Teil der Wertschöpfung von Unternehmen werden», sagt Bettina Walch. «Das ist uns wirklich, wirklich ein grosses Anliegen.» Die Förderung der Biodiversität sei kein «Nice to Have». Schliesslich habe das World Economic Forum 2020 in einer Studie gezeigt, dass rund die Hälfte des globalen Bruttoinlandsprodukts direkt abhängig ist von der Biodiversität. «Wir sind Unternehmerinnen und Teil der Privatwirtschaft. Wir wollen gemeinsam schauen, dass wir auch in Zukunft eine intakte und funktionierende Privatwirtschaft haben.»

Rainer Weihofen

So international ist Roms Spanische Treppe

Englische Gedichte, eine französische Kirche und eine Schweizer Hotelierfamilie – Roms Barockstiege ist weniger spanisch, als der Name es vermuten lässt. Auf Italienisch heisst die berühmte Stiege Scalinata di Trinità dei Monti. «Spanische Treppe», lautet der Name des 1725 vollendeten Barockbauwerks in manchen anderen Sprachen, so etwa Deutsch und Englisch. Dies leitet sich von der Piazza di Spagna am Fuss der Treppe ab.

Seine Bezeichnung hat der Platz, auf dem sich heute am Nachmittag Heerscharen von Touristen tummeln, von der nahe gelegenen spanischen Botschaft. Derjenigen beim Vatikan und nicht bei der Italienischen Republik, wohlgemerkt.

Wobei, das passt. Die Treppe und weite Teile des weltberühmten Zentrums von Rom stammen aus dem päpstlichen Zeitalter der Stadt. Bauten der Renaissance und des Barock sind Zeugen einer Zeit, als die Ewige Stadt das Zentrum des Kirchenstaates war, der bis 1870 existierte.

Aber an der Spanischen Treppe haben sich noch weitere Nationen verewigt. So zum Beispiel Grossbritannien. Das Haus

am Fuss der Treppe, rechts vom Brunnen Fontana della Barcaccia, ist dem englischen Dichter John Keats gewidmet. Er verbrachte die letzte Zeit vor seinem Tod 1821 dort. Heute ist das Gebäude als «Keats-Shelley-House» ein Literaturmuseum, das auch anderen Schriftstellern des 19. Jahrhunderts gewidmet ist.

In jener Zeit reiste das wohlhabende und gebildete Grossbritannien nach Italien. Die Hinterlassenschaften der Antike und die Schönheit des neuzeitlichen Rom inspirierten die reiselustige Oberschicht des Landes. Wer es sich leisten konnte, begab sich auf die «Grand Tour», eine Rundreise, die auch einen Halt in Rom vorsah.

Vor diesem Hintergrund ist auch die Institution auf der linken Seite des Treppenfusses «very british»: Babington's Tea Rooms aus dem Jahr 1893. Ausgerechnet im kaffeetrinkenden Italien hat dieser Teesalon und Teeladen bis heute überlebt. Getränke und Speisen dort zu konsumieren, ist nicht billig. Die Atmosphäre ist aber einmalig nostalgisch, und die angebotenen Tees sind vorzüglich. Heute wird Babingtons von Chiara Bedini geführt,

Aufgefallen in



Rom

einer Nachfahrin von Isabell Cargill, die die Tea Rooms mit Anna Maria Babington vor über 130 Jahren gründete. Die gebürtige Römerin spricht perfektes British English und trägt so zum viktorianischen Flair der Tea Rooms bei.

Geht man die wundervoll proportionierte Treppe hoch, erreicht man die Kirche Trinità dei Monti. Dieses Gotteshaus prägt eine lange Verbindung zu Frankreich respektive früheren französischen Königen. Anvertraut ist Trinità dei Monti einer Glaubensvereinigung in Paris. Messen werden auch heute noch auf Französisch gelesen.

Der Obelisco Sallustiano vor der Kirche wiederum ist ägyptisch, stammt aber wohl aus der Zeit des Römischen Reiches. Die Hieroglyphen wurden nachträglich angebracht. Historische Echtheit hin oder her, der Punkt, an dem dieses Bauwerk steht, bietet eine ausserordentlich schöne Sicht über Rom. Am besten geniesst man sie am frühen Morgen. Man ist dann noch relativ für sich.

Am Gebäude, das rechts der Kirche respektive des Obelisken über der

Treppe thront, erkennt man bei genauem Hinsehen bisweilen die Schweizer Fahne. Es handelt sich um das Hotel Hassler, das sich wohl nach wie vor als eines der berühmtesten Hotels Italiens bezeichnen kann.

In Zeiten allgegenwärtiger Hotelkonzerne ist das Hassler bis heute familiengeführt. Die Hoteliersfamilie Wirth geht, heute in sechster Generation stehend, auf den Schweizer Tourismusentwickler Franz-Josef Bucher zurück.

Unter dem Flaggenschmuck des Traditionshauses wenden schwarze Limousinen. Das heutige Gebäude stammt aus dem Jahr 1939. Das Hassler lebt von seiner aussergewöhnlichen Lage. Es ist auch das Römer Lieblingshotel der Filmstars. Russell Crowe zum Beispiel postet regelmässig seine Handyfotos aus einer der Suiten. Als antiker «Gladiator» im Kolosseum berühmt geworden, fühlt er sich im modernen Rom sichtlich wohl. Der australisch-neuseeländische Schauspieler geniesst dabei, über einer der berühmtesten Treppenanlagen der Welt, das Erbe der Schweizer Hoteltradition.

Marc Forster