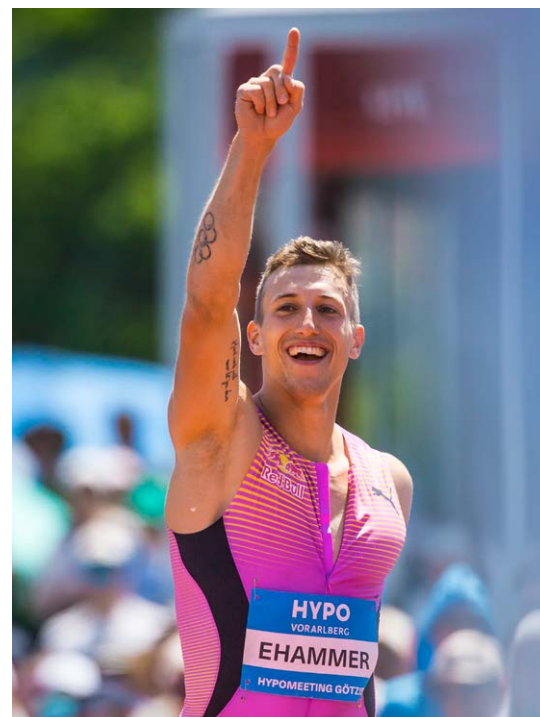




Die Nominierten

Kategorie Sportler/in



Simon Ehammer

Leichtathletik

Geboren am 7. Februar 2000
Nationalität Schweiz
Verein TV Teufen
Verband Swiss Athletics
Kader Nationalkader
Ausbildung Detailhandelsverkäufer

Erfolge

2026	Mehrkampf-Meeting in Götzis	Zehnkampf (8778 P.)	1. Rang inkl. Schweizer Rekord
		Weitsprung (8.51 m)	Weltrekord innerhalb Zehnkampf
2025	Hallen-Weltmeisterschaften	Siebenkampf (6670 P.)	1. Rang inkl. Weltrekord
	Diamond-League-Finale	Weitsprung	1. Rang
	Mehrkampf-Meeting in Götzis	Zehnkampf (8575 P.)	3. Rang inkl. Schweizer Rekord
2024	Hallen-Europameisterschaften	Siebenkampf (6506 P.)	2. Rang inkl. Schweizer Rekord
	Olympische Spiele	Weitsprung	4. Rang
	Hallen-Weltmeisterschaften	Siebenkampf (6418 P.)	1. Rang inkl. Schweizer Rekord
	Europameisterschaften	Weitsprung	3. Rang
2023	Diamond-League-Meeting	Weitsprung	2. Rang
	Diamond-League-Finale	Weitsprung	1. Rang
2022	Weltmeisterschaften	Weitsprung	3. Rang
	Europameisterschaften	Zehnkampf (8468 P.)	2. Rang inkl. Schweizer Rekord
	Hallen-Weltmeisterschaften	Siebenkampf (6363 P.)	2. Rang inkl. Schweizer Rekord
2021		Weitsprung (8.45 m)	Schweizer Rekord
	U23-Europameisterschaften	Weitsprung	Teilnahme

Sportliche Laufbahn

Meine Leichtathletik-Laufbahn hat im TV Herisau begonnen, wo ich bis 2017 trainierte. Als Elfjähriger habe ich den Kantonalfinal des UBS Kids Cup gewonnen, die Medaille hat mir ausgerechnet mein heutiger Weitsprungtrainer Yves Zellweger überreicht – danach durfte ich an den Final in Zürich. Mit viel Freude, aber auch mit viel Arbeit ist es meinen Trainern, René und Karl Wyler, und mir gelungen, sowohl im Zehnkampf als auch im Weitsprung in die Weltspitze vorzustossen.

Trainingsituation

Der Zehnkampf hat meine vergangenen Trainingsjahre geprägt. Für zehn Disziplinen ist eine Woche fast zu kurz, wenn man bedenkt, dass ich daneben noch Krafttraining mache, in die Massage, Physiotherapie und

zur Hypnose gehe und Zeit für die Erholung brauche. Deshalb haben wir meist den Weitsprung am wenigsten trainiert – weil er sowieso funktionierte.

Ziele

- Ich werde mich in Kürze entscheiden, ob ich an der EM in Birmingham im August den Weitsprung oder den Zehnkampf bestreite. Eine Medaille strebe ich in jedem Fall an. Natürlich ist auch der Diamond-League-Sieg im Weitsprung in meinem Kopf, es wäre schon der dritte.
- Mittelfristig sind es 2027 die WM in Peking und 2028 die Olympischen Spiele in Los Angeles, die bereits stark in meinem Fokus sind. Beide Male will ich auf dem Podest stehen.