

Ski alpin | 07. Dezember 2005

Konkurrenz soll Leistung steigern

Die Interregion Mitte trainierte letzte Woche im Firstgebiet



Trainer Andreas Oesch teilt den neugierigen Athletinnen die Resultate des letzten Laufes mit.

Foto: Yvonne Zurbrügg

Die automatische Schiebetüre bleibt noch geschlossen. Keuchend legen die jungen Damen ihren Balast zu Boden. Die Skis stellen sie an die Wand, die Rucksäcke benutzen sie zugleich als Sitzgelegenheit. Draussen ist es noch nicht einmal hell, die Athletinnen sind entsprechend ruhig. Um 7.55 Uhr öffnet sich die Türe endlich. Oben am Drehkreuz wartet Ueli Häsler. Der Cheftrainer der Damen Interregion Mitte begrüsst seine Schützlinge und schickt sie eiligst in die Gondeln.

Trainerstab setzt die Tore

Vertraut mit den Abläufen eines Trainingstags sind die zwanzig jungen Damen. Gefügig ziehen sie sich im Restaurant Schreckfeld um. Der Dress wird hochgezogen, darunter noch der Rückenpanzer fixiert, die Jacke schliesslich hochgeschlossen und der Helm über den Kopf gezogen. Während dem sich die Athletinnen trainingsbereit

machen, steckt der Trainerstab draussen die Tore. Ein Riesenslalom von der Bergstation bis fast zur Talstation des Grindel-Lifts steht auf dem Programm. Andreas Oesch, Cheftrainer Schneesport Mittelland, kümmert sich oben am Start um Reihenfolge, Zeitauslösung und Durchsage der Ränge, Chrigel Brill, Trainer Region Jungfrau, koordiniert die Zeiten und erstellt die Rangliste, Dominique Pittet, Trainer beim Zentralschweizer Skiverband, und Alex Kündig, Trainer beim Zürcher Skiverband, betreuen die Athletinnen. Ueli Häsler, Cheftrainer der Damen Interregion Mitte, profitiert von der Hilfe der Assistenten. Er beobachtet die Läufe seiner zwanzig Damen aufs genaueste. Von seinem Aussichtspunkt aus macht er sich Notizen in seinem kleinen Handbuch.

Vergleiche sollen motivieren

Wer an der Trainingswoche in Grindelwald von letzter Woche teilnehmen wollte, musste sich erst dafür qualifizieren. An einem Konditionstest galt es, das Sommertraining unter Beweis zu stellen. Nur zwanzig Athletinnen erhielten die grüne Karte. «Das tut sicherlich weh, aber ohne solche Massnahmen bleiben besonders die Damen konditionell an Ort und Stelle», erklärt Andreas Oesch. Diese Standortbestimmung innerhalb der Interregion Mitte soll es den vier Trainern erleichtern, eine Stärkeliste für die ersten Renneinsätze zu erstellen. Bereits am Donnerstag war allen vier klar, dass genau dieses gegenseitige Messen von nun an regelmässig stattfinden soll. Im Januar bereits ist ein zweites Vergleichstraining geplant. Mit einem wiederholten Konditionstraining werden auch die diesmal daheim gebliebenen eine weitere Chance erhalten.

Köder wird gefressen

Mit den vier Zeitläufen ködern die Trainer die Athletinnen. Mindestens einer davon muss unbedingt mit einer schnellen Zeit ins Ziel gebracht werden – das wissen sie selbst. Darum herrscht am Start ähnlich viel Konzentration und Spannung wie an einem wirklichen Rennen. Kaum hat die letzte FahrerIn mit dem Sessellift wieder die Bergstation erreicht, gibt Andreas Oesch die Resultate bekannt. Alle drängen sich um ihn herum. Die Erstplatzierte ist stolz, die anderen zumindest in ihrem Ehrgeiz um ein weiteres geweckt. Nach dem freien Ausfahren sammeln sie die Tore ein. Die Trainer treffen sich vor dem Restaurant Schreckfeld zu einem kurzen Briefing vor dem Mittagessen. Zufrieden sind sie mit den Leistungen: «Wenn ich den Niveauvergleich zum letzten Jahr machen müsste, würde ich sagen, erreichen wir einen ähnlichen Stand», erklärt Häsler, «im Riesenslalom sind wir weiter, im Slalom gibt es aber immer noch viel zu lernen.»

Volles Programm

Nach dem Mittagessen werden die Skis und Rucksäcke wieder in den Gondeln verstaut. Res Gnos, Koordinator zwischen der Interregion Mitte und Swiss-Ski, informiert die Trainer während der Talfahrt über die weiteren Trainings und

Renneinsätze. Für die Athletinnen gibt es nur ein kurzes Verschnaufen. Am späteren Nachmittag bereits sollen an einem Plauschhochey-Turnier in der Eishalle Teamgeist, Kampfgeist und Kondition gefördert werden. An den Nachmittagen zuvor schwammen sie im Grindelwalder Hallenbad, rannten sie durch die schwach verschneiten Joggingrouten und betätigten sich anderweitig polysportiv in der Turnhalle. Nur einen freien Tag war ihnen gegönnt, bevor sie am Sonntag schon wieder ins nächste Trainingslager aufbrachen. «Ski fahren ist ein Job, eine Lehre, eine Ausbildung. Daneben hat jemand, der alles geben will für seinen Traum, keine Zeit mehr», erklärt Andreas Oesch.

Drei Damen auf gutem Wege



Sandra Nyffenegger, Simone Miescher und Brigitte Abplanalp (vlnr) sind die weiblichen Hoffnungsträger im Mikrokosmos Jungfrau.

Foto: Yvonne Zurbrügg

Mit Brigitte Abplanalp, Sandra Nyffenegger und Sandra Seematter sind drei junge Skifahrerinnen aus dem Mikrokosmos Jungfrau bei den Juniorinnen Damen vertreten. Die beiden 15-jährigen aus Oberried beziehungsweise Unterseen und die 16-jährige Gündlischwanderin profitieren von Ueli Häsler als Trainer BOSV und Interregion in Persona. Deswegen waren sie auch am Trainingslager vertreten. Etwas mehr Erfahrung in der Interregion Mitte hat Simone Miescher. Die 17-jährige Brienerin fuhr in den Trainingsläufen der letzten Woche entsprechend oft in die besten fünf. Der Böniger Cheftrainer der Interregion Mitte, Ueli Häsler, sieht in allen vier Potenzial. Die Juniorin Sandra Seematter aus Gündlischwand war am Trainingslager nicht dabei. Sie genest momentan von einer Verletzung.

ARTIKELINFO:

Artikel vom: 07.12.2005
Autor/in: Yvonne Zurbrügg
Seitenaufrufe: 88
Artikel Nr. 60902
Ausdruck vom: 12.12.2005

Jungfrau Zeitung, Aarmühlestrasse 1/Postfach, CH-3800 Interlaken
verlag@jungfrau-zeitung.ch

© 2003 - 2005 by Jungfrau Zeitung
www.jungfrau-zeitung.ch