

Den Unfall hat sie gut verkraftet

Ski nordisch Die Langläuferin Selina Haas zog sich im Oktober bei einem Postauto-Unfall einen Oberarmbruch zu. Auf den Schrattenlauf musste die 16-Jährige deshalb verzichten. Erfreulicherweise trainiert sie aber bereits wieder.

Roland Bösch
regionalsport@luzernerzeitung.ch

«Lastwagen schlitzt Postauto auf – acht Verletzte»: Diese Schlagzeile war am Freitag, 26. Oktober 2018, in unserer Zeitung zu lesen. Am Tag davor kam es zwischen Wiggen und Escholzmatt bereits um 7.30 Uhr zum folgeschweren Unfall, weil die Klappe eines Lastwagens auf die andere Strassenseite ragte. Zwei Schwerverletzte mussten mit dem Helikopter ins Spital gebracht werden. Eine davon war die Marbacher Langlauf-Nachwuchshoffnung Selina Haas. Die 16-jährige Athletin erlitt einen offenen Oberarmbruch. Ebenfalls wurden die Weichteile und Muskeln in Mitleidenschaft gezogen. Nur knapp konnte eine Hauttransplantation verhindert werden. Eine Operation und ein einwöchiger Spitalaufenthalt wurden mitten in den Vorbereitungen auf die Saison 2018/19 aber unumgänglich. «Glücklicherweise hat mir der Unfall psychisch nie zu schaffen gemacht. Ich fahre heute wieder mit dem Postauto in die Schule.»

Dennoch gab es in den letzten Wochen schon einige Hochs und Tiefs im Sportlerleben von



Selina Haas kann nach dem Postauto-Unfall wieder trainieren. Bild: Brigitte Haas (Marbach, 25. Januar 2019)

Selina Haas. «Nur auf dem Ergometer zu sitzen, hat nicht gleich viel Spass gemacht, wie

auf dem Schnee unterwegs zu sein», erklärt Selina Haas. Die Schülerin des Gymnasium Plus

in Schüpfheim will aber auf gar keinen Fall hadern: «Ich hatte einen grossen Schutzengel. Zum

Glück habe ich mich zum Unfallzeitpunkt am Fester sitzend zu meiner Kollegin hinübergelehnt.» Mittlerweile ist die zierliche Athletin aus dem Amt Entlebuch auch wieder auf den schmalen Latten anzutreffen. Selina Haas darf ihren Oberarm grundsätzlich wieder voll belasten. Dennoch war aus zwei Gründen noch nicht an die Teilnahme am Schrattenlauf, organisiert von ihrem Stamm-Ski-club Marbach, zu denken. «Der Trainingsrückstand ist beträchtlich. Die Kraft fehlt noch und auch die Beine sind schneller müde», analysiert die 16-Jährige die aktuelle Ausgangslage. Zudem haben die Ärzte von Wettkämpfen während der nächsten Monate abgeraten. Ein erneuter Sturz auf den Oberarm wäre zum jetzigen Zeitpunkt nicht förderlich. Selina Haas ist sich bewusst, dass man auch im Training stürzen kann, im Rennen ist das Risiko aber um einiges höher.

Und so fand sich Selina Haas am vergangenen Sonntag in einer neuen Rolle als Betreuerin des clubeigenen Nachwuchses wieder. Sie selbst bestritt als 9-Jährige den Schrattenlauf im Jahr 2011 zum ersten Mal und

liess seit diesem Zeitpunkt keine Ausgabe aus. «Ich ging mit den jungen Athletinnen und Athleten auf die Streckenbesichtigung und habe sie danach lautstark angefeuert», erzählt Selina Haas, die in den letzten acht Jahren beim Schrattenlauf jeweils unter die ersten Drei gelaufen ist. Die Tipps von Selina Haas haben gefruchtet. Mit Carina Haas, Lara Duss sowie ihren Cousins Leandra und Ramona Schöpfer stiegen gleich vier junge Marbacher Athletinnen in ihren Kategorien auf das Podest.

Sport und Schule unter einem Hut

Früchte ernten möchte Selina Haas als Mitglied des Langlauf-Kaders des Zentralschweizer Schneesportverbandes im kommenden Winter auch selber wieder. Sie langsam an die nationale und später an die internationale Spitze herantasten, lautet das Motto von Selina Haas. Das Gymi Plus in Schüpfheim bietet der Bauerntochter das ideale Umfeld dazu. «Jeweils am Morgen plus am Montagnachmittag drücke ich die Schulbank. Die restliche Zeit steht für das Trainieren zur Verfügung.»

Andrin Näpflin wiederholt Vorjahressieg

Schrattenlauf Der Schrattenlauf gehört traditionellerweise zum Concordia-Langlaufcup des Zentralschweizer Schneesportverbandes. In diesem Winter wird der vom Skiclub Marbach organisierte Wettkampf sogar als einziges Klassisch-Rennen in die Cup-Wertung einfließen. Dies, nachdem der Bürer-Langlauf schneebedingt als Skating-Rennen über die Bühne ging und der Neujahreslanglauf infolge des Schneemangels am 2. Januar abgesagt wurde. Drei Rennen vor

Schluss sind in der Cup-Wertung die ersten Vorentscheidungen gefallen. Der 21-jährige Andrin Näpflin erkämpfte sich beim Schrattenlauf zum vierten Mal in dieser Saison die maximale Punktzahl in der Cup-Wertung und führt das Gesamtklassement der Männer bereits mit 22 Punkten Vorsprung an. Für den Nidwaldner war beim eher mager ausgefallenen Teilnehmerfeld der Sieg schon fast eine Pflicht. Näpflin wurde seiner Favoritenrolle gerecht und sicherte sich wie

im Vorjahr den Tagessieg. Als Zweitschnellster lief der ehemalige Swiss-Ski-Kaderathlet Christoph Schnider über die Ziellinie. Im Hinblick auf den ersten Teil der Schweizer Langlaufmeisterschaften am kommenden Wochenende in Engelberg zeigt sich Andrin Näpflin zuversichtlich: «Für mich als Elite-Läufer war die Strecke in Marbach etwas flach. Man hätte fast das ganze Rennen durchstossen können. Ich fühle mich trotzdem gut und bin zuversichtlich bezüglich der SM.» Die

selektive SM-Strecke auf der Gerschnialp wird am kommenden Sonntag beim Verfolgungsrennen im klassischen Stil das Durchstossen verunmöglichen. In Engelberg am Start stehen wird mit Avelino auch der jüngste Näpflin-Sprössling. Der C-Kader-Athlet hatte in Marbach das Feld der Junioren fest im Griff.

Bei ihrem Sieg bei den Junioren am Schratzenlauf hatte Bianca Buholzer vom Skiclub Horw einen anderen Saisonhöhepunkt im Visier. Die 16-jährige

Sportmittelschülerin wurde in der Woche zuvor für das European Youth Olympic Festival (EYOF, Europäisches Olympisches Jugendfestival) in Sarajevo und Istočno Sarajevo (Ost-Sarajevo) selektioniert. Nebst Bianca Buholzer ist auch die Obwaldner Biathletin Lorena Wallimann mit von der Partie. Die Vorfreude bei Bianca Buholzer ist gross. «Es ehrt mich, zum ersten Mal die Schweiz an einem Grossanlass zu vertreten. Ich möchte an den EYOF vor allem Erfahrungen sammeln und an

den Rennen mein Bestes geben», erklärt Buholzer. (rb)

Schrattenlauf, Marbach. Einzelstart (klassische Technik). Frauen: 1. Maria Christen (Andermatt). 2. Lea Bünter (Dallenwil). 3. Maya Niederberger (Dallenwil). – **U18/U20:** 1. Bianca Buholzer (Horw). 2. Madlen Duss (Entlebuch). 3. Silja Zberg (Schwendlangis). – **U16:** 1. Chiara Arnet (Engelberg). 2. Ramona Schöpfer (Marbach). 3. Sara Gander (Wolfschiessen). – **Männer:** 1. Andrin Näpflin (Beckenried). 2. Christoph Schnider (Flühli). 3. Erwin Lauber (Marbach). – **U18 U20 (12):** 1. Avelino Näpflin (Beckenried). 2. Ramon Riebli (Schwendlangis). 3. Aaron Briker (Unterschächen). – **Detaillierte Rangliste:** www.zssv.ch

Medaillen-Traum geht für Cyril Fähndrich in Erfüllung

Langlauf Der 19-jährige Eigenthaler Cyril Fähndrich sorgt an den Junioren-Weltmeisterschaften in Lahti (FIN) für die einzige Schweizer Medaille. Und er träumt von einer weiteren Medaille an den Schweizer Meisterschaften in Engelberg.

Am Sonntag ist der Luzerner Cyril Fähndrich von den Junioren-Weltmeisterschaften in Lahti zurückgekehrt. Seine Bronzemedaille über 30 Kilometer im klassischen Stil, den er am letzten Donnerstag gewinnen konnte, erhielt auf dem Rückflug aus Finnland einen Ehrenplatz. Der Eigenthaler gibt zu: «Ich habe in den letzten Tagen nicht so gut geschlafen. Ich war irgendwie aufgewühlt und voller Freude zugleich.» Die Gefühlslage von Cyril Fähndrich ist nachvollziehbar. Der Athlet des Skiclubs Horw ist in einen kleinen Kreis von Schweizern aufgestiegen, die je eine Medaille an Junioren-Weltmeisterschaften gewinnen konnten. Seiner vier Jahre älteren Schwester Nadine, die mittlerweile im Weltcup für Furore sorgt, gelang dies beispielsweise in Cyrils Alter nie. Als U23-Athletin folgten dann aber be-

kanntlich zwei Vize-Weltmeistertitel im Sprint und eine weitere bronzene Auszeichnung über 10 Kilometer im klassischen Stil.

«Die Juniorenweltmeisterschaften in Lahti waren trotz der tiefen Temperaturen sehr schön», zieht Cyril Fähndrich in seiner gewohnt ruhigen Art Bilanz. Der C-Kaderathlet von Swiss-Ski hat mit dem Medaillengewinn kein Ziel erreicht, sondern sich einen Traum erfüllt. «Grosse Ziele zu setzen, ist nicht mein Ding. Ich träume während des Trainings lieber von einer möglichen Medaille und motiviere mich so eine weitere Trainingsrunde anzuhängen», erklärt Cyril Fähndrich. Wenn man solche Aussagen hört, kann man sich fast nicht vorstellen, dass der 19-Jährige auf der Rennstrecke so ans Limit gehen kann. Gerade beim Zielsprint des



Cyril Fähndrich unterwegs auf dem Weg zu Bronze, 0,9 Kilometer vor dem Ziel beisst er auf die Zähne. Bild: Edi Zihlmann (Lahti, 24. Januar 2019)

30-Kilometer-Rennens war diese Qualität von grosser Bedeutung. «Es hat sich gelohnt, dass ich in den letzten Wochen den Zielsprint noch bewusster trainiert habe. Wenn man eigentlich «blau» ist, muss man mit dem Oberkörper noch schnell stossen können», lässt der Schüler der Sportmittelschule Engelberg in die Karten blicken.

Mit der Staffel den zehnten Rang belegt

Was nach dem Zieldurchlauf erfolgt ist, nennt Cyril Fähndrich Hektik pur. Umziehen, Siegerehrung, Pressekonferenz und vieles mehr. Gross gefeiert wurde am Donnerstagabend in Lahti nicht mehr. Stand doch am Samstag noch das Staffellenrennen auf dem Programm. Mit der fünftbesten Abschnittszeit zeigte Cyril Fähndrich erneut eine solide Leistung. In der Endabrechnung be-

legte das Schweizer Team den 10. Schlussrang. Und ja, dann fand Cyril Fähndrich doch noch Zeit, um mit den restlichen Team-Mitgliedern seine WM-Medaille zu feiern.

Und ab sofort nimmt sich Cyril Fähndrich hoffentlich wieder viel Zeit zum Träumen. Es warten ja noch andere Höhepunkte in der noch jungen Karriere des Eigenthalers. Am kommenden Wochenende beispielsweise der erste Teil der Langlauf-Schweizer-Meisterschaften in Engelberg. «Ich bin schon etwas müde und brauche dann einmal etwas Zeit zum Herunterfahren. Auf der Gerschnialp hoffe ich aber, den Flow der WM-Medaille mitnehmen zu können», blickt Cyril Fähndrich zuversichtlich in die nahe Zukunft.

Roland Bösch
regionalsport@luzernerzeitung.ch