

Das «Teamküken» will sich etablieren

Die 22-jährige Obwaldner Biathletin Flavia Barmettler steigt mit viel Elan in ihre erste Elitesaison.

Während die Weltcup-Saison am vergangenen Wochenende plangemäss in Finnland gestartet werden konnte, herrscht bei den anderen Biathlon-Wettkämpfen ein ziemliches Terminchaos. Das für morgen geplante nationale Saisonstartrennen in Realp wurde abgesagt. Flavia Barmettler, die dem C-Kader von Swiss-Ski angehört, wäre dort zwar nicht am Start gewesen, aber sie hätte an einem gleichzeitig anberaumten IBU-Cup-Rennen antreten sollen. Doch mit dem IBU-Cup soll es jetzt erst im Januar losgehen. Die Alpnacherin wird voraussichtlich am Wochenende vor Weihnachten beim Alpencup auf der Lenzerheide rennmässig in die Saison einsteigen. «Für uns Athleten sind die vielen Änderungen mühsam. Dadurch wird die Trainingsplanung sehr schwierig», sagt die Obwaldnerin. «Ich habe nach Absprache mit meiner Trainerin beschlossen, die ersten Wettkämpfe als Trainingsrennen zu betrachten. Ab Januar möchte ich dann voll bereit sein.»

Barmettler ist von der Juniorin in die Elitekategorie aufgestiegen. Dadurch hat sich für sie vieles verändert. Sie trainiert neu unter Nationaltrainerin San-

dra Flunger und deren Assistenten Andreas Kuppelwieser. «Erstmals seit vielen Jahren bin ich das Teamküken. Eine neue Rolle für mich, nachdem ich als Seniorin des Juniorinnen-Teams eine unvergessliche WM im letzten Winter auf der Lenzerheide erleben durfte. Ich fühle mich sehr wohl im neuen Team», so die Innerschweizerin. Diese Heim-WM war das Highlight ihrer bisherigen Karriere.

Wegen Corona nur wenig im Ausland trainiert

Mit dem Verlauf ihrer Vorbereitung ist Barmettler sehr zufrieden, wie sie erklärt: «Ich konnte mein Programm plangemäss durchziehen, war nie krank oder verletzt. Es gab viel Neues für mich und auch neue Inputs.» Wegen der Coronakrise konnte das Team nur selten zu Trainingszwecken ins Ausland reisen. Der Grossteil der Einheiten wurde im Biathlon-Stützpunkt Lenzerheide, wo Barmettler schon seit geraumer Zeit in einem kleinen Studio wohnt, absolviert. «Hier oben profitiere ich von einem idealen Umfeld mit Rollskibahn, Schiessstand und Kraftraum. Zudem kann ich häufig gemeinsam mit den Gasparin-Schwestern trainieren,



Im Schiessen hat Flavia Barmettler zuletzt «eindeutig Fortschritte gemacht». Bild: Claudio Thoma/Feshfocus (Lenzerheide, 17. November 2020)

was sehr motivierend ist», verrät die 22-Jährige.

Zu ihrer aktuellen Verfassung sagt die Athletin vom Ski-club Schwendi-Langis: «Vor zwei Wochen hatten wir erste Testrennen. Im Schiessen habe ich eindeutig Fortschritte gemacht. Läuferisch brauche ich noch einige Testrennen und Wettkämpfe, um richtig in Form zu kommen. Es gibt noch Luft nach oben.» Barmettler hat vor allem im Kraft- und Schnellig-

keitsbereich etwas mehr gearbeitet als in den vergangenen Jahren. Inzwischen widmet sie sich praktisch voll und ganz dem Biathlon. Nebenbei arbeitet die Absolventin der Sportmittelschule Engelberg sporadisch als Kauffrau im Nordisch House von Lenzerheide. Im Winter ist sie jedoch Profi-Biathletin.

Zu ihrer Saisonzielsetzung sagt Barmettler: «Der Schritt von den Juniorinnen zur Elite ist sehr gross. Die Post geht ganz

anders ab. Ich möchte mich etablieren und vor allem im IBU-Cup einige gute Rennen zeigen. Rangmässig will ich mich jedoch nicht festlegen. Wichtig ist, dass ich meine Trefferquote im Schiessen verbessere und konstanter werde.» Mittelfristig will die Hobby-Köchin den Sprung ins Weltcup-Team schaffen.

Schon früh von Biathlon fasziniert

Flavia Barmettler kam durch ihren Vater, seines Zeichens ein begeisterter Hobby-Langläufer, zum Sport auf den schmalen Laten. Als Achtjährige absolvierte sie ihren ersten Schnupperkurs und fing gleich Feuer. «Ich bin zwar gerne klassisch gelaufen. Doch für mich war schon früh klar, dass mir Biathlon besser gefällt», betont sie und ergänzt: «Die Faszination dieser Sportart besteht darin, dass man zwei völlig unterschiedliche Disziplinen unter einen Hut bringen muss. Zudem ist Biathlon viel spannender als Langlauf. Innert kurzer Zeit kann sich alles wieder komplett ändern. Nicht nur körperlich, sondern auch in mentaler Hinsicht ist das Ganze sehr anspruchsvoll.»

Urs Hanhart