

Zimmermann bereit – Matter muss passen

Die kommende Telemark-Saison bringt für zwei Unterwaldner unterschiedliche Perspektiven.

Theres Bühlmann

Die Schweizer Telemark-Fahrer waren in der letzten Saison eine Macht. Sie gewannen zum fünften Mal in Folge die Nationenwertung und sechs weitere Kristallkugeln für Disziplinsiege. Mit der Walliserin Amélie Wenger-Reymond und dem Engelberger Stefan Matter sicherten sich zudem zwei Schweizer den Gesamtweltcup. Wegen der Coronakrise wurde im März auf den Weltcupfinal in Thyon (VS) verzichtet. Das vorzeitige Saisonende bedeutete dann die definitive Schlusswertung. Sechs Podestplätze, darunter drei Weltcupsiege, resultierten für den 33-jährigen Matter, der den Gesamtweltcup mit acht Punkten Vorsprung auf seinen Teamkollegen Bastien Dayer gewann und auch die Classic-Wertung für sich entschied.

Doch der Routinier aus Engelberg wird in der kommenden Saison bei Wettkämpfen fehlen. Matter zog sich im vergangenen März an der Schweizer Meisterschaften auf Melchsee-Frutt eine gravierende Knieverletzung zu. Zum Verhängnis wurde ihm ein Sturz beim Fun-Cross, bei dem am linken Knie beide Kreuzbänder und die Patellasehne rissen. In Mitleiden-schaft gezogen wurden auch der Aussenmeniskus und die Innenbänder. «Der Heilungsprozess verläuft zufriedenstellend», sagt er. Matter macht Krafttrainings und Physiotherapie. «Ich stand auch schon auf den Skis, es wird von Tag zu Tag besser. Aber an Rennen ist in dieser Saison nicht zu denken», sagt der Athlet, der im Bereich



Die Stanserin Beatrice Zimmermann strebt an den Weltmeisterschaften eine Medaille an.

Bild: Etienne Borne/PD

Ski- und Snowboardservice in einem Engelberger Sportgeschäft tätig ist.

Matter im OK und als Betreuer unterwegs

Ganz ohne Stefan Matter muss der Telemark-Sport aber nicht auskommen. Er gehört als Coronabeauftragter dem OK an, welches die Schweizer Meisterschaften auf Melchsee-Frutt vom 19. bis 21. März organisiert.

Da diese Titeltkämpfe terminlich zwischen dem Weltcup-Final in Thyon (10. bis 13. März) und der Weltmeisterschaft in Mürren (23. bis 27. März) liegen, hoffen die Obwaldner Verantwortlichen, dass auch Weltcup-Fahrer aus anderen Nationen auf Melchsee-Frutt an den Start gehen. Matter sorgt dann also dafür, dass sie sich wohlfühlen. Der Engelberger wird auch an Weltcup-Rennen als Betreuer des

Schweizer Teams mitreisen – eine wertvolle Unterstützung eines vierfachen Weltmeisters.

Zur sehr guten Schweizer Bilanz in der letzten Saison trug auch die Nidwaldnerin Beatrice Zimmermann bei. Vier Podestplätze an den Weltcup-Rennen brachten die 30-Jährige im Gesamtweltcup auf Platz 5, im Sprint auf Platz 3 und im Parallel-Sprint auf Rang 2. Ihr erklärtes Ziel sind die Weltmeister-

schaften in Mürren, «und da will ich eine Medaille». Sie möchte an die Erfolge der letzten Saison anknüpfen, «noch einen drauflegen» und im Gesamtweltcup einen Podestplatz erreichen. Die Stanserin lancierte ihre Saison mit je zwei fünften Plätzen bei FIS-Rennen in Thyon am 10. Januar. Zufrieden zeigte sie sich mit dieser Bilanz nicht ganz: «Ich habe einen Podestplatz erwartet.» Aller-

dings testete sie noch Material, vor allem Schuhe. Mit dem Training begannen die Telemark-Fahrer im September auf Schnee in Saas-Fee. «Wir hatten super Bedingungen», erzählt Zimmermann. Um sich optimal auf die WM-Saison vorzubereiten, wurden auch spontane Abendtrainings eingeschoben. Im Schneegarten beim Sportzentrum Tourbillon in Sion zum Beispiel konnte das Startprozedere intensiv trainiert werden.

Zimmermann lässt sich nicht beirren

Bea Zimmermann übt den Beruf einer Gesundheits- und Bewegungsspezialistin mit eidgenössischem Fachausweis aus. Weil wegen Corona das Gym-Studio, in welchem sie arbeitet, geschlossen ist, werden die Kurse online angeboten und von ihr gemanagt. «Wenn es die Zeit zu lässt, übernehme ich sehr gerne auch das eine oder andere Training», sagt Zimmermann.

Der Saisonstart ist auf den kommenden Donnerstag in Bad Hindelang (Deutschland) terminiert. Vorgesehen sind zwei Sprints und zwei Parallel-Sprints, sofern die Coronakrise den Plan nicht durcheinander bringt. Abgesagt wurden die Rennen im slowenischen Kravac von Ende Januar. Möglich, dass diese Rennen an einem anderen Ort neu angesetzt werden. Flexibilität ist in der Krisenzeit gefragt, auch bei den Telemarkfahrern. Aber die Stanserin lässt sich nicht beirren. «Wenn man etwas nicht ändern kann, bringt es nichts, sich darüber aufzuregen und so unnötige Energie zu verschwenden.»

Eishockey

U20-Elit: Genève – Zug 5:4 n. V. SCL Tigers – Ambri-Piotta 7:0. – **Rangliste:** 1. Zug 31 Spiele, 73 Punkte, 2,35 Punkte pro Spiel). 2. Lugano 30/65/2,17. 3. GCK Lions 36/59/1,64. 4. SCL Tigers 26/41/1,58. 5. Fribourg 33/51/1,55. 6. Genève 31/47/1,52. 7. Bern 20/30/1,50. 8. Biel 23/33/1,43. 9. Kloten 31/44/1,42. 10. Lausanne 34/37/1,09. 11. Ambri 32/29/0,91. 12. Davos 23/16/0,7.

Tennis

Offenbach (Deutschland). J5-Turnier. Haupttableau. Junioren (32 Teilnehmer). 1. Runde: Kaj Quirijns (2, ITF 281, Unterägeri) s. Kiano Litz (Wild Card, ohne Ranking, Deutschland) 7:5, 6:1. – 2. Runde: Quirijns v. Rudy Ceccon (ITF 523, Frankreich) 2:6, 6:2, 0:6. – **Final:** Liam Gavrielides (7, ITF 350, Deutschland) s. Ceccon 6:0, 6:2. – **Doppel.** 1. Runde: Quirijns/Dylan Dietrich (3, Schweiz) s. Aryan Saleh/Sergej Topic (Wild Card, Deutschland) 6:3, 2:6, 10:1. – 2. Runde: Quirijns/Dietrich v. Bon Lou Karstens/Yannik Kelm (Deutschland) 3:6, 4:6.

Unihockey

Männer. NLA. Samstag: Zug – Thun 12:4. Langnau – Grasshoppers 4:9. Waldkirch-St. Gallen – Rychenberg/Winterthur 3:7. Sarnen – Uster 4:9. Malans – Köniz 2:3 n. V. Chur – Wiler-Ersigen 10:7. – **Sonntag:** Rychenberg/Winterthur – Köniz 7:6 n. V. Uster – Thun 6:2. Waldkirch-St. Gallen – Chur 6:5 n. V. Malans – Grasshoppers 8:4. Langnau – Sarnen 10:4. – **Rangliste:** 1. Wiler-Ersigen 8/19. 2. Grasshoppers 9/21. 3. Köniz 8/17. 4. Malans 9/18. 5. Rychenberg/Winterthur 9/16. 6. Langnau 9/16. 7. Zug United 9/15. 8. Chur 9/13. 9. Waldkirch-St. Gallen 9/11. 10. Uster 9/9. 11. Thun 9/4. 12. Sarnen 9/0.

Frauen. NLA: Bern/Burgdorf – Zug 6:5. Kloten-Dietlikon – Chur 6:0. Frauenfeld – Dürnten-Bubikon-Rüti 7:6.

Motivationsschub für Ramona Schöpfer

An den Schweizer-Langlauf-Meisterschaften in Sedrun feiert die junge Marbacherin zwei Medaillengewinne.

Ramona Schöpfer spekulierte in der Vergangenheit vergeblich darauf, sich an Schweizer Meisterschaften wunschgemäss zu profilieren. «Es klappte vor allem im letzten Jahr nicht, ich war mental nicht genügend bereit», sagt sie. Mit Rang 6 bei den U16 musste sie vorliebnehmen. Die Folge: Die talentierte Nachwuchsläuferin aus Marbach war «immer etwas enttäuscht». Nun vermochte die 16-Jährige diesen Makel abzustreifen. In ihrem ersten Jahr bei den U18 gewann sie ihre ersten Medaillen: Silber im Einzelstartrennen in der Skating-Technik und Bronze in der Verfolgung im klassischen Stil. Als Siegerin konnte sich zwei Mal die anderthalb Jahre ältere Siri Wigger, die letztjährige Jugend-Olympiasiegerin und dreifache Junioren-WM-Medaillengewinnerin, feiern lassen. «Ich bin mehr als zufrieden», bilanzierte Ramona Schöpfer. «Ich konnte zeigen, was ich kann.»

Von ihren «stärksten Wettkämpfen» in der noch jungen Karriere spricht die Gymnastias-tin (Gymnasium plus in Schüpfheim). Im Einzelstartrennen lief



Ramona Schöpfer hat die Balance gefunden zwischen Sport, Schule und Erholung.

Bild: Edi Zihlmann (Sparenmoos, 15. Februar 2020)

sie auf Platz 10 aller Schweizerinnen. Vierte wurde sie bei den U20, Zweite bei den U18. Vor allem das Verfolgungsstartrennen am zweiten Meisterschaftstag hat aber gute Erinnerungen hinterlassen. «Das war mein erster Verfolger, das forderte mich zusätzlich», sagt sie. Ins Rennen hineinfinden musste sie, «und es lief mir immer besser». Nachdem sie sich anfänglich zurückgehalten

hatte und etliche Widersacherinnen mit deren Schnellstart hatte vorbeiziehen lassen, begann sie aufzudrehen. Gesamtrang 11 schaute heraus, Rang 4 bei den U20, Rang 3 bei den U18.

«Ich will noch mehr aus mir herausholen»

Ramona Schöpfer generiert aus diesen Erfolgen zusätzliche Motivation. «Ich will noch mehr

Gas geben, weiter Fortschritte erzielen, noch mehr aus mir herausholen», sagt sie. Die Junioren-Weltmeisterschaften (sofern sie stattfinden werden) nennt sie als Ziel. Und auf den Geschmack gekommen ist sie auf nationaler Stufe: «Am zweiten Schweizer Meisterschafts-wochenende Ende März will ich meine Resultate natürlich bestätigen.» Aufbauen wird sie auf einem «hervorragenden Grundgefühl». Sie weiss nicht nur, wie sich «gelungene Rennen entwickeln», sie hat auch die Balance gefunden zwischen Schule, Sport und Erholung. Sie hört in sich hinein, spürt ihren Körper und weiss auch, Pausen einzubauen. «Es gibt Tage, da fehlt die Lust, dann schalte ich zurück. Und das ist genau das Richtige für mich.»

So strebt die erstaunlich reife junge Frau – sie sagt, sie denke perfektionistisch und schätze einen organisierten Alltag – weiter nach oben. Das Langlaufen sieht sie als «Möglichkeit zum Abschalten vom Schulstress und zum Ausloten von Grenzen». Das mag sie. Und da gibt es ein

weites Talent, das sie damit zu kombinieren weiss: das Künstlerische, das Zeichnen.

Zahlreiche Innerschweizer Top-Ten-Platzierungen

Bei der Elite fehlten die besten Athleten (Erholungstage nach der Tour de Ski), darunter auch die Innerschweizer Aushängeschilder Nadine Fähndrich und Roman Furger. Für die besten Innerschweizer Meisterschaftsergebnisse sorgten so Cyril Fähndrich (Eigenthal, 6. Verfolgung, 13. Einzelstart), Roman Schaad (Unteriberg, 8., 11.), Lea Fischer (Engelberg, 8., 9.), Janis Riebli (Giswil 8., 15.) und Avelino Näpflin (Klewenalp, 11., 16.). Bei den U20 belegte Bianca Buchholzer (Horw) die Ränge 6 und 8, Selina Haas (Marbach) wurde 9. und 10. Bei den U18 lief Nadia Steiger (Horw) auf die Positionen 4 und 6 und Silvan Durrer (Drusberg) auf Rang 7 (Einzelstart).

Jörg Greb

Hinweis

Resultate: www.zssv.ch