

Zu müde, um schlafen zu können

Silvan Zurbriggen war der Überflieger der letzten Skisaison. Bis der Körper aufgab. Von Benjamin Steffen

Da war diese Kurve in der Abfahrt von Chamonix. Sie ist eingekerbt im Gedächtnis von Silvan Zurbriggen. «Ganz schlimm» sei es gewesen, sagt ihm die Erinnerung.

Es war der 29. Januar 2011, der Walliser absolvierte das fünfte Rennen in neun Tagen. Denn die Agenda kannte keine Ruhepause. 21. Januar: Super-G von Kitzbühel. 22. Januar: Abfahrt von Kitzbühel. 23. Januar: Slalom von Kitzbühel. 25. Januar: Slalom von Schladming. 26. Januar: Busfahrt von Schladming nach Chamonix, acht Stunden lang. 27. Januar: erstes Training in Chamonix. 28. Januar: zweites Training. 29. Januar: Abfahrt von Chamonix.

Und da war diese Kurve. Zurbriggen rapportiert, was er im Gedächtnis findet: «Sie war eisig. Und mein Körper wollte gar nicht wirklich runterfahren, er wehrte sich. Doch der Kopf sagte: «Aber he, das musst du, das geht.» Wissen Sie, wie ich meine?» Schwerlich.

«Nicht mehr richtig da»

Bald finden die ersten Speed-Rennen der neuen Saison in Übersee statt, und Zurbriggen schildert erstmals, wie ihm Unbekanntes geschah Anfang 2011. Das Jahr 2010 hatte er als Leader des Gesamtweltcups beendet. Und er war im Fokus gestanden wie nie zuvor in seiner Karriere: als mutmasslicher Turnichtgut, weil er in Übersee eine Hotelangestellte belastigt haben soll; als Sieger der Abfahrt in Gröden; als Zweiter der Abfahrt in Bormio. Im Vorjahr hatte er in der Slalom-Wertung Platz 3 belegt, doch plötzlich glänzte er auch in der schnellsten, in der gefährlichsten, in der königlichen Disziplin: in der Abfahrt. Plötzlich warfen ihn die Kamelbuckel von Gröden nicht schrecklich ab wie 2007 – plötzlich zähmte er sie effizient wie kein anderer.

Doch die Husarenritte zehrten an der Substanz. Denn sie kamen überraschend. Nicht nur für Aussenstehende, auch für Zurbriggen. Er war nicht darauf vorbereitet, vor allem in physischer Hinsicht. Er sagt: «Von Mitte Januar bis April schlief ich keine einzige Nacht mehr durch. So kaputt war ich.» Man könnte sagen: Der Körper war «so kaputt», so überrumpelt, dass er nicht einmal merkte, wie müde er war, wie schlafbedürftig. Am 6. Januar 2011, im Slalom von Zagreb, fühlte sich Zurbriggen noch durchaus gut, obwohl er nur Rang 30 belegte. Doch eine gute Woche später, in Wengen, registrierte er, dass «die Substanz extrem nachliess». Er sagt: «Ich merkte, dass ich nicht mehr richtig da war. Ich spürte mich nicht mehr richtig.» Er fügt an: «Es ist schwer zu beschreiben.» Und: «Der Körper macht nicht alles mit.»

Der 30-Jährige spricht bemerkenswert offen über seine Schwächephase. Er sagt, die Zeit sei «brutal» gewesen. Er hatte zu akzeptieren, dass der Körper nicht mehr konnte, was der Kopf zu können glaubte. Und wie anstrengend musste es erst sein, vor Medien und Publikum wochenlang den Starken mimen zu müssen, im Wissen, stets schwächer zu werden? Zurbriggen, an



Der Allrounder will sich mehr als richtiger Abfahrer fühlen: Zurbriggen im Riesenslalom von Sölden. (23. 10. 2011)

Grossanlässen bisher zweifacher Medaillengewinner (2003, 2010), sagt, nie zuvor habe er vor Titelkämpfen so wenig Selbstvertrauen gehabt wie vor den WM 2011 in Garmisch-Partenkirchen. «In kurzen Trainings fuhr ich teilweise gut Ski. Aber in Rennen merkte ich, dass der Körper gegen die Belastung und den Druck nicht mehr ankämpfen konnte. Für die Super-Kombination an

den WM konnte ich mich super motivieren, aber im Vergleich zu vorher war es nie dasselbe. Der Körper war schon ausgelaugt.» In der Super-Kombination schied er nach dem sechsten Abfahrt-Zwischenrang im Slalom aus. Den Medien sagte er danach: «Für mich ist eine kleine Welt zusammengebrochen.» Aber auch: «Ich fühlte mich locker und spürte überhaupt keinen

Druck.» Von Schwäche und schwindenden Kräften durfte noch keine Rede sein. Ein Spitzensportler hat stark zu sein. Zumindest gegen aussen. Heute weiss er, dass er im Januar eine mehrwöchige Rennpause gebraucht hätte. Doch wer verzichtet schon freiwillig auf die «Hollywood-Rennen» (Zurbriggen) von Wengen und Kitzbühel? Wer gibt kampflös Punkte preis, wenn er um die grosse Kristallkugel für den Gesamtweltcup-Sieger kämpft?

Die Sucht und die Zerrissenheit

Zurbriggen hat mit Trainern und Ärzten die letzte Saison aufgearbeitet – und fürchtet deshalb die nächste nicht. Es wird ihn nicht mehr unerwartet treffen, wenn er plötzlich in der Königsdisziplin Chancen wittern darf. Abfahrten kosten Zurbriggen mehr Substanz als Slaloms, sie beschäftigen ihn vor dem Einschlafen, manchmal auch während der Nacht. Vor Slaloms kennt er keine Sorgen, die Hänge sind ihm in der Regel bekannt, und die Streckenführungen dürfen erst kurz vor dem Rennen besichtigt werden. Eine Abfahrt hingegen erzählt einem schon Tage vorher, wovor man sich fürchten muss. «Du kennst jeden Hubel, jeden Zentimeter. Du weisst genau, was du machen musst. Und es braucht immer wieder Mut. Dieses Zusammen-

spiel braucht viel Energie», sagt Zurbriggen – ehe er den entscheidenden Satz anfügt: «Die Herausforderung ist das Schöne an der Abfahrt. So etwas gibt es sonst in keiner Disziplin.»

Wahrscheinlich werden Abfahrer von der Sucht nach der Herausforderung getrieben. Und Zurbriggen jagt dieser Sucht erst recht nach, seit er weiss, dass er zu den besten Abfahrern gehören kann. Vor der letzten Saison hatte er kaum erwartet, in die Elite vorstossen zu können. Er hatte im Herbst 2010 zwar so viel Abfahrt trainiert wie nie zuvor – aber nicht genug, um eine ganze Saison lang mit den Besten mithalten zu können. Heuer verbucht er noch einmal mehr Speed-Trainingstage, und heuer wird er vielleicht auch auf den einen oder anderen Riesenslalom verzichten, um sich eine Saison lang als richtiger Abfahrer zu fühlen.

Und doch lebt er in der steten Zerrissenheit, eigentlich ein Allrounder sein zu wollen – eigentlich alle Rennen absolvieren zu wollen, als einziger Fahrer neben dem letztjährigen Gesamtweltcup-Sieger Ivica Kostelic. Aber Zurbriggen möchte sich auch nicht mehr derart müde und mürbe machen lassen. Gewiss, er ist überzeugt, dass der Körper fähig ist, mehr mitzumachen als letzte Saison. Aber er weiss auch, dass «mehr» nicht «alles» ist.



Silvan Zurbriggen (Mallorca, 18. 5. 2011)

Winter herrscht in Nordamerika

Gut einen Monat nach den Gletscherrennen von Sölden wird der alpine Ski-Weltcup in Nordamerika seine Fortsetzung finden. Die für Mitte November in Finnland geplanten Slaloms mussten wegen Schneemangels abgesagt werden, und noch immer ist in Europa kein Winter in Sicht. In den Rocky Mountains aber sind die Bedingungen für Skifahrer bestens. Die Schweizer Frauen trainieren derzeit in Copper Mountain (USA), die Männer im Olympiagelände von 1988 in Nakiska (Kanada) – an beiden Orten herrschen winterliche Verhältnisse. Die nächsten Rennen sind für den kommenden Samstag geplant: ein Riesenslalom der Frauen in Aspen, eine Abfahrt der Männer in Lake Louise. (reg.)

Remo Fischer vor Dario Cologna

Verkehrte Schweizer Welt am Weltcup-Auftakt im Langlauf

In Sjusjöen siegt der Schwede Johan Olsson über 15 Kilometer klar vor Petter Northug. Remo Fischer wird 0,5 Sekunden vor Dario Cologna Sechster.

Andreas Kopp

Dario Cologna nicht bester Schweizer – das tönt nach einem Fehlstart des Weltcup-Gesamtsiegers der letzten Saison. Ein solches Urteil würde jedoch den Rennverlauf schlecht spiegeln und der Leistung Remo Fischers nicht gerecht werden. Und dennoch: Cologna, vor einem Jahr in Gällivare mit Rang 2 in die Saison gestiegen, hatte sich beim Weltcup-Auftakt in Sjusjöen über 15 km Skating nicht zuletzt wegen der Trainingsleistungen mehr als Platz 7 erhofft. Lange war der Bündner denn auch ausgezeichnet unterwegs. Bei Rennhälfte lag er 1,5 Sekunden vor dem späteren Sieger Johan

Olsson in Führung, bei 11,5 km war er noch Zweiter, verlor dann aber auf den letzten Kilometern entscheidend Zeit und erreichte das Ziel als Siebenter. 3,1 Sekunden hinter dem viertklassierten Schweden Galle Halvarsson. Und 0,5 Sekunden hinter Fischer.

Dem in Magglingen wohnhaften Zürcher Oberländer gelang mit Rang 6 das zweitbeste Ergebnis im Weltcup. Bessere Klassierungen hatte er einzig 2007 in Davos (Fünfter über 15 km) und 2008 in Oslo (Dritter über 50 km) erreicht. In der ideal verlaufenen Saisonvorbereitung war der 30-jährige Skatingspezialist häufig eigene Wege gegangen. Im Gegensatz zu Cologna lief er ein konstantes Rennen und vermochte das Anfangstempo durchzuziehen. Die Schweizer Athleten hatten sich zusammen mit der Cheftrainerin Guri Hetland für eine offensive Taktik entschieden. Ausgerechnet Cologna nahm das Wort Angriff aber zu wörtlich. «Ich bin den Wettkampf zu

schnell angegangen», musste der Olympiasieger nach dem Rennen konstatieren. Der Norweger Petter Northug hingegen, an den WM 2011 in Oslo dreifacher Weltmeister, presste in gewohnter Manier auf den letzten Metern das Allerletzte aus seinem Körper. Hinter dem überraschenden schwedischen Sieger Olsson verdrängte er den Italiener Roland Clara um zwei Zehntel auf den dritten Rang.

Nur die Schweden brachten mehr Athleten in die Top 10 als Swiss Ski, dennoch ist in der heutigen Staffel keine Wiederholung des Triumphs von La Clusaz zu erwarten. Letzte Saison hatten Toni Livers und Cologna (klassisch) sowie Fischer und Curdin Perl (Skating) den ersten Schweizer Staffelsieg im Weltcup erreicht. Die Schweizer starten in gleicher Reihenfolge wie in La Clusaz, die gestrigen Klassierungen von Livers (28.) und vor allem Perl (45.) deuten aber nicht auf einen zweiten Exploit hin. Ziel ist ein Podestplatz.



Remo Fischer erreicht in Sjusjöen das drittbeste Ergebnis seiner Karriere.