



Silvan Zurbriggen.

Silvans
Ski-News

Didier hatte stets ein offenes Ohr

« Dass gestern kein Training stattfinden konnte, kam mir gelegen. Denn ich leide an starkem Husten, Schnupfen sowie Kopfschmerzen und kann den Tag so vollumfänglich der Erholung und Genesung widmen.

Natürlich ist der Rücktritt von Didier Cuche ein zentrales Thema. Er wird eine grosse Lücke hinterlassen, denn er war in den letzten Jahren das Aushängeschild im Team und ein Vorbild für alle. Als grosse Stütze hat Didier von uns anderen auch stets viel Druck weggenommen, wir konnten quasi in seinem Schatten in Ruhe weiterarbeiten. Daneben verfügt Didier auch über tolle menschliche Qualitäten. Er hatte immer ein offenes Ohr für alle, ich habe das stets enorm geschätzt. Didier und ich sind nun schon so lange im Team, über all die Jahre haben wir uns immer besser kennen und schätzen gelernt und sind zu Freunden geworden. »

Silvan Zurbriggen (30) berichtet in 20 Minuten regelmässig über seine Erfahrungen und Erlebnisse während dieses Winters.

«Wenn ich zu lange nichts mache, werde ich krank»

OTEPÄÄ. Dario Cologna (25) hat sich von den Strapazen der Tour de Ski erholt. Jetzt geht der Bündner im Weltcup wieder auf Punktejagd.

Dario Cologna, haben Sie den Wellness-Urlaub nach dem Sieg in der Tour de Ski genossen?

Dario Cologna: Ja, ich war von Freitag bis Sonntag in den Bergen. Wo genau, will ich nicht verraten.

Die Tour de Ski bedeutet neun Rennen in elf Tagen. Wie reagieren Körper und Geist nach diesen Strapazen?

In den ersten

Tagen danach war ich einfach nur müde und habe sehr viel geschlafen. Mental bin ich nicht in ein Loch gefallen. Denn die schönen Gedanken, dass man reüssiert hat, überwiegen die Müdigkeit.

Nach den Zielankünften haben Sie jeweils schon fast furchterregend gehustet. Jetzt immer noch?

Nein, nein. Der Husten geht relativ schnell wieder weg. Schon am Dienstag war es wieder gut. Aber unmittelbar nach den Rennen ist der Leistungshusten nicht zu umgehen, zwei, drei Stunden nach dem Zieleinlauf klingt er aber jeweils bereits wieder etwas ab, weshalb ich in der Nacht damit eigentlich nie Probleme habe.

Mit drei Erfolgen sind Sie Rekordhalter. Wie

oft wollen Sie die Tour noch gewinnen?

Das weiss ich noch nicht, als Rekordhalter kann ich mich ja etwas ausruhen (lacht).

Das heisst, Sie streben den Sieg erst 2015 wieder an?

Sicher ist, nächstes Jahr will ich mich auf die WM

im Val di Fiemme konzentrieren, das sind für mich als Münstertaler praktisch Heimrennen. Ein Jahr später bilden die Olympischen Spiele in Sotschi das

Hauptziel. Dadurch kann es sein, dass ich die Tour in den nächsten zwei Jahren nicht fertig laufen werde.

Und was peilen Sie diese Saison noch an?

Den Gesamt-Weltcup. Am Wochenende geht es in Otepää wieder los. Bei den Rennen in Estland werden wichtige Punkte vergeben.

Seit wann trainieren Sie wieder?

Erstmals war ich am vergangenen Donnerstag wieder auf den Ski – ich unternahm an diesem Tag zwei lockere Ausläufe. Denn wenn ich zu lange nichts mache, werde ich krank. Diese Woche habe ich das Training wieder gesteigert.

PETER BERGER

Lesen Sie das ausführliche Interview auf

www.20minuten.ch



Der derzeit beste Langläufer der Welt: Dario Cologna. EPA

VERLOSUNG

Gewinnen Sie Dario Colognas Odlo-Mütze! Der Bündner trug das schwarze Textil bei seinem dritten Gesamtsieg der Tour de Ski, und zwar auf der letzten Etappe vom Val di Fiemme hinauf auf die Alpe Cermis.

Und so gehts: Senden Sie jetzt eine SMS mit dem Keyword ODLO an die Nummer 2020 (Fr. 1.– pro SMS). Kostenlose Teilnahme unter www.odlo.20min.ch.

Teilnahmeschluss: Samstag, 21. Januar, 23.59 Uhr.

Streif geschont – Training abgesagt

KITZBÜHEL. Wie erwartet ist das dritte und letzte Training für die Weltcup-Abfahrt am Samstag in Kitzbühel gestern abgesagt worden. Wegen der warmen Temperaturen entschied die Jury, auf das Training zu verzichten. «Wir müssen die Piste für das Rennen schützen», hatte Fis-Rennndirektor Günter Hujara bereits am Vorabend angekündigt. Dennoch bleibt weiterhin ungewiss, ob

die Rennen planmässig durchgeführt werden können. Gestern regnete es in Kitzbühel, heute soll es schneien. Auch morgen ist Schneefall angesagt. Das Programm der Hahnenkammrennen in Kitzbühel sieht heute den Super-G vor, morgen soll das Highlight mit der Abfahrt auf der Streif folgen, am Sonntag ist der Slalom geplant, der mit der Abfahrt zur Kombination zählt. PBT



Gestern regnete es in Kitzbühel, heute und morgen soll es schneien. REU



Hands-up für den Schweizer Nachwuchs: www.raiffeisen.ch/hands-up



RAIFFEISEN