

S

SPORT

Südostschweiz | Donnerstag, 1. Dezember 2016

**Volle Fahrt
voraus:**
Marina
Gilardoni
startet in
Kanada in
die neue
Saison. SEITE 22



mit Marina Gilardoni
sprach Bernhard Camenisch

Im kanadischen Whistler starten die Skeletonfahrerinnen morgen (ab 23 Uhr MEZ im Livestream des Bob- und Skeleton-Kanals von Youtube) in ihre neue Weltcup-Saison. Viele Augen werden dabei auf Marina Gilardoni gerichtet sein. In der letzten Saison, ihrer erst sechsten auf dem Skeleton, schaffte die 29-Jährige den Vorstoss in die Weltklasse: Gilardoni fuhr in vier der acht Weltcup-Rennen aufs Podest (einmal als Zweite, dreimal als Dritte), holte EM-Bronze, wurde WM-Vierte und Fünfte im Gesamtweltcup. Auch wenn die Eschenbacherin, die seit April in Sieben wohnt, im Sommer Verletzungspech bekundete, geht sie zuversichtlich und mit Lust auf mehr in die neue Rennsaison.

Marina Gilardoni, Sie zogen sich im Mai und August gleich zweimal einen Muskelfaserriss am linken Oberschenkel zu. Gibt es noch Nachwirkungen?

Marina Gilardoni: Ein wenig Nachwirkungen gab es in der Saisonvorbereitung, weil ich noch nicht ganz das Vertrauen in den Körper hatte, um am Start voll zu gehen. Vom Doktor her ist aber alles okay, die Kraftchecks waren alle gut. Das linke Bein ist halt das, von dem ich auf den Schlitten springe. Deshalb startete ich in der Saisonvorbereitung noch vorsichtiger.

Sie sind eine der schnellsten Starterinnen im Weltcup. Haben Sie trotz der nicht optimalen Vorbereitung die Gewissheit, dass Sie Ihre Startzeiten halten können?

Wirklich sehen werde ich dies erst im Weltcup. Denn in der Saisonvorbereitung fehlten die Vergleiche mit anderen Fahrerinnen. Vom Gefühl her ist es aber gut, und dies ist schon mal viel wert.

Die Saisonvorbereitung ist auch die Zeit für Materialtests. Haben Sie Änderungen an Ihrem Schlitten vorgenommen?

Grössere nicht. Das Schlittenmodell habe ich schon auf die letzte Saison hin gewechselt, und dieser Schlitten läuft (lacht). Kufentechnisch habe ich etwas geändert. Derzeit werden noch Kufen gebaut, die ich in der zweiten Saisonhälfte einsetzen kann.

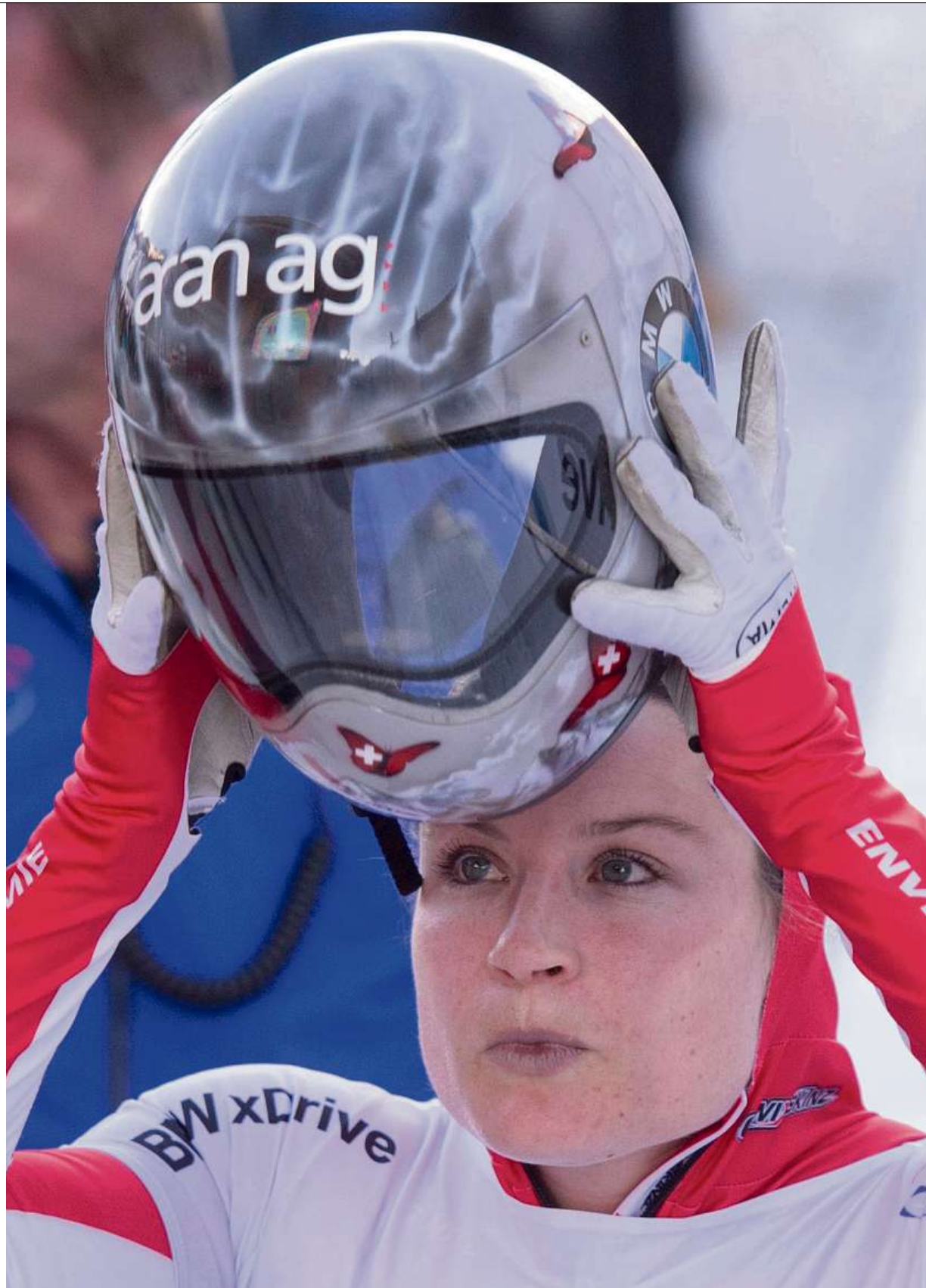
Wie stark begleiteten Sie die Erinnerungen an die Leistungen der letzten Saison den Sommer hindurch?

Ich dachte schon immer wieder daran. Nach den Verletzungen war es nicht immer einfach, wenn ich andere sah, die voll trainieren konnten, während ich mit kleinen Gewichten Reha-Train-

«Es wäre cool gewesen, Maya im eigenen Team zu haben. So hätte ich einen permanenten Vergleich gehabt.»

ning machen musste. In solchen Situationen half es mir und war motivierend, zu wissen, wohin ich will, und dass dies möglich ist. Die letzte Saison hat es ja gezeigt.

Der Deutsche Matthias Biedermann ist nach sieben Jahren wieder Cheftrainer des Schweizer Skeletonteams. Neu ist die Zusammenarbeit mit ihm für Sie aber nicht.



Bereit für neue Spitzenleistungen: Marina Gilardoni nimmt einen Podestplatz im Gesamtweltcup ins Visier.

Archivbild Keystone

Gilardoni: «Es ist noch mehr möglich»

Ihr steter Aufstieg hat Marina Gilardoni bis in die Skeleton-Weltspitze geführt. Für die 29-jährige Eschenbacherin ist das Ende der Fahnenstange damit nicht erreicht. Sie ist überzeugt, mit mehr Konstanz noch weiter zulegen zu können.

In der letzten Saison hatten wir eine Kooperation mit dem lettischen Team, dessen Trainer er war. Jetzt ist er aber nur noch für die Schweizer zuständig.

Was hat sich für Sie dadurch in der Zusammenarbeit mit ihm verändert?

Sie ist viel persönlicher geworden. Im letzten Jahr mussten wir uns in den ersten Wochen zuerst aneinander gewöhnen. Schliesslich braucht es viel Vertrauen, um gewisse Dinge umzusetzen, die der Trainer sagt. Das braucht Zeit. Jetzt haben wir ein anderes Level in der Kommunikation miteinander. Wir wissen, von was wir sprechen und kennen die Stärken und Schwächen des anderen. Es ist eine andere Basis als im letzten Jahr, aber eine gute Basis. Ich bin sehr froh, dass er zugesagt hat.

Was schätzen Sie an Biedermann?

Ich habe schon mit einigen Trainern zusammengearbeitet, und er ist der, der den Athleten den meisten Freiraum lässt. Ob Rennvorbereitung, das Athletische oder die Kufenwahl – er lässt die Athleten das machen, was ihnen guttut. Es ist ein reger Austausch,

was ich mit anderen Trainern nicht immer hatte. Zudem ist Biedermann sehr ausgeglichen und hat ein gutes Gespür dafür, was ein Athlet braucht und wie er drauf ist. Ich hoffe, dass ich durch die intensivere Betreuung von ihm nochmals zulegen kann.

Zumindest, was die Resultate betrifft, haben Sie nach der letzten Saison nicht mehr sehr viele Steigerungsmöglichkeiten...

Doch, doch, da gibt es schon noch einiges (lacht).

Es fehlen etwa noch der erste Weltcup Sieg und eine WM-Medaille.

Das wären sicher zwei Ziele. Ich hatte in der letzten Saison Ausreisser nach oben, aber auch nach unten. Das Ziel muss es sein, konstant zu fahren, so dass ich immer in diesen gewissen Bereich hineinfahre, der es ermöglicht, im Gesamtweltcup aufs Podest zu kommen.

1386 Punkte holten Sie in der letzten Saison. Als Fünfte fehlten Ihnen nur 24 Punkte auf den dritten Platz im Gesamtweltcup. Nervte Sie das?

Wenn ich sagen würde, es habe mich nicht genervt, wäre dies nicht ganz ehrlich. Ich weiss, wo ich die fehlenden Punkte liegen liess, und dies ist Motivation, weil noch mehr möglich ist. Mit dem fünften Platz war ich aber sicherlich zufrieden, denn dass es mit dem neuen Schlitten gleich so gut klappen würde, konnte ich mir nicht erhoffen.

Die Konkurrenz an der Spitze dürfte grösser werden. Elizabeth Yarnold, die britische Olympiasiegerin von 2014, kehrt nach einem Jahr Wettkampfpause in den Weltcup zurück. Zudem wird dort bald auch Maya Pedersen-Bieri, die zunächst in den Europacup muss, erwartet. Was sagen Sie zum Comeback der Olympiasiegerin von 2006?

Ich finde es spannend, dass sie dies nochmals wagt. Ich freue mich, mitverfolgen zu können, wie es geht, mit über 40 Jahren auf die Tour zurückzukommen (die mittlerweile 44-jährige Pedersen-Bieri trat 2010 zurück, die Red.). Ich kann verstehen, dass sie der Sport nicht loslässt. Wenn dich das Fieber einmal gepackt hat, kommt man nicht so leicht davon weg. Mit ihrem Mann

(Snorre Pedersen, die Red.), der auch ihr Trainer ist, hat sie eine perfekte Konstellation.

Pedersen-Bieri fährt – anders, als vor dem Rücktritt – nicht mehr für die Schweiz, sondern für ihre Wahlheimat Norwegen. Hätten Sie sie gerne im eigenen Team gehabt?

Das wäre cool gewesen, ja. Einfach, damit ich einen permanenten Vergleich gehabt hätte, auch in den Trainings. In der Bahn wird sie wahrscheinlich immer noch sehr gut sein. Jemanden zu haben, die mich in der Bahn pusht, wäre für mich super, das fehlt mir im Schweizer Team etwas. Ich kann aber

«So schnell wie möglich starten, so gut wie möglich fahren. Es ist eigentlich relativ simpel.»

verstehen, dass sie für Norwegen fährt. Sie wohnt in Lillehammer und ist auf der dortigen Bahn in den letzten Jahren oft gefahren. Deshalb erstaunt es mich nicht, dass sie ihr Comeback gibt.

Der Grund für dieses Comeback sind die Olympischen Spiele im Februar 2018 in Südkorea. Wie sehr steht Pyeongchang bei Ihnen schon im Fokus?

Dadurch, dass Matthias Biedermann im Herbst dort war und ich erste Videos sah, kann ich mich schon etwas darauf einstellen, was mich dort erwarten wird. Die nächsten Olympischen Spiele sind zwar im Fokus, und trotzdem sind sie noch weit weg. Ich will bis dahin Rennen für Rennen nehmen. Aber ich freue mich schon sehr auf den vorolympischen Weltcup in Pyeongchang.

Dazu kommt es ganz am Schluss der Saison, erst Mitte März des nächsten Jahres.

Es wird eine lange Saison, die körperlich wahrscheinlich ziemlich anstrengend wird. Weil ich nicht die gewünschte Vorbereitung hatte, werde ich mit meinen Energiereserven haushalten müssen. Nach den zwei Weltcups in Nordamerika folgt ab Ende Dezember Rennen auf Rennen (zunächst die Schweizer Meisterschaft und dann fünf Weltcups innerhalb von vier Wochen, die Red.). In dieser Zeit werden wir permanent unterwegs sein.

Der Saisonhöhepunkt ist am dritten Februar-Wochenende die Weltmeisterschaft im russischen Sotschi. Wie sehen Sie Ihre Chancen auf der Olympiabahn von 2014?

Die WM ist natürlich wichtig. Aber die WM in Sotschi ist für mich nicht so wichtig wie die letzte, die in Igls auf einer Starterbahn stattfand und auf der ich mir grössere Chancen ausrechnete. Es wäre cool, in Sotschi etwas zu reissen und in die top sechs zu fahren. Auf dieser Bahn fehlt mir aber die Erfahrung im Vergleich zu Fahrerinnen aus anderen Nationen – vor allem natürlich den russischen, die dort schon tausendmal runtergefahren sind.

Wie ist es für Sie, seit dem Verlauf der letzten Saison plötzlich als Mitfavoritin auf einen Podestplatz in ein Weltcup-Rennen zu gehen?

Es freut mich natürlich riesig, wenn ich in diesem Kreis genannt werde. Ich setze mir deswegen aber keinen besonderen Druck auf. Ich gebe mein Bestes, versuche, so schnell wie möglich zu starten und so gut wie möglich zu fahren. Dann schaue ich, was dabei herauskommt. Es ist eigentlich relativ simpel.