

Ein erwartungsvoller, aber auch ein ungewisser Start in die Saison

Pascal Müller hatte in der Vorbereitung Probleme. Im Springen ist er nun in Form, im Langlaufen haperts.

Köbi Hefti

Nordisch Kombinierer Pascal Müller aus Oberurnen startet am Wochenende in Kuusamo/Ruka (FIN) zu seinen ersten Wettkämpfen des Winters im Continental Cup. Es ist ein happiges Programm, das bei der Saisonöffnung auf ihn wartet. Drei Wettkämpfe über jeweils zehn Kilometer in drei Tagen stehen auf dem Programm. Das erste Kräftemessen mit der internationalen Konkurrenz fand am Freitagabend statt.

Nach der hervorragenden Vorbereitung in der Spitzensport-RS in diesem Jahr blickte Müller der neuen Saison zuversichtlich entgegen. Nach der RS fühlte er sich fit wie nie. Er war überzeugt, dass seine intensiven Trainingseinheiten dazu führen würden, die Lücke zur Langlauf-Spitze zu verkleinern. Zur Erinnerung: Müller entschied sich erst vor gut vier Jahren, nicht mehr nur Skispringer zu sein, sondern Kombinierer zu werden. Seither setzt er alles daran, um seine Defizite im Langlauf wettzumachen. Mittlerweile ist er der einzige Kaderathlet von Swiss-Ski (B-Kader) und damit das Schweizer Aushängeschild in der Nordischen Kombination.

Die Frage nach dem Sinn

Müllers Karriere war bisher von viel Kampf, Ehrgeiz, einem unbändigen Willen, einigen Ausrufezeichen, aber auch gesundheitlichen Rückschlägen geprägt. Einen Dämpfer musste er auch in dieser Saisonvorbereitung verkraften. Mitte September erkältete er sich, und dies hatte Folgen. «In meinen Ferien im Oktober konnte ich nicht regenerieren, und auch im anschließenden Training fühlte ich mich nicht fit. Ich merkte, dass etwas nicht stimmte.» Nach längeren Abklärungen folgte die Diagnose Entzündung der Nasennebenhöhlen. Das wurde zu einer langwierigen Geschichte und Leidenszeit. «Ich musste schon manchen Rückschlag verdauen. Doch nachdem ich schon im Frühjahr eine gelungene Saison wegen einer verschleppten Infektion vorzeitig abbrechen musste, nagte dieser neue Rückschlag mental kräftig.» Müller stellte sich die Sinnfrage, hinterfragte, ob sein Körper die Strapazen des Spitzensports überhaupt aus-



Die Leistungen vor einer Woche am Deutschlandpokal lassen Pascal Müller optimistisch in die Zukunft blicken. Bild: Köbi Hefti

halten würden. «Es waren Fragen, die mir bisher völlig fremd waren», sagt der als Optimist bekannte Müller.

Die Ernte des Sommers

Seit zwei Wochen sieht seine Welt wieder besser aus. «Ich fühle mich gut, sogar sehr gut, kann wieder Gas geben. Aber es ist noch nicht top», beschreibt er seinen Zustand. Davon zeugen auch die Ergebnisse, die er am vergangenen Wochenende beim Deutschlandpokal in Oberhof erzielte, wo das gesamte deutsche B-Kader am Start war. Im Springen musste er sich in beiden Wettkämpfen nur einem Athleten beugen. Seine Sprünge waren sehr gut, die

«Der Rückschlag im Herbst nagte mental kräftig, und ich stellte mir die Sinnfrage.»

Pascal Müller
Nordisch Kombinierer aus Oberurnen

Noten mit bis zu 19,5 so hoch wie nie. Im Laufen hielt er sich in der Spitzengruppe, obwohl er im Ausdauerbereich wochenweise kaum richtig trainieren konnte. «Wenn man mit den Deutschen einigermaßen mithalten kann, ist das ein gutes Zeichen, auch im Hinblick auf die Wettkämpfe in Finnland», meint Müller erleichtert. Er glaubt, dass die gute Basis, die er im Sommer mit dem Training unter professionellen Bedingungen legen konnte, entscheidend waren, dass er nicht derart viel Terrain einbüsste, wie das eigentlich bei einer solch langen Pause üblich ist. Seine Zwangspause war aber auch die Chance, um im mentalen Bereich viel zu arbeiten.

Der Traum lebt weiter

Beim B-Weltcup in Kuusamo wartet Müllers Lieblingsschanze. Auf diesem Bakken will er eine gute Basis legen, denn die Rennen in der Loipe würden hart werden, blickte er voraus. Müllers Ungewissheit über sein aktuelles Leistungsvermögen ist gross. «Ich bin gespannt, wie es mir in Finnland ergehen wird», sagt Müller. Obwohl es Fragezeichen zu seinem Trainingsstand gibt, will er Volgas geben. Er brauche diese Intensivheiten, sagt er und ergänzt: «Traum und Ziel ist, mich für die Weltmeisterschaft Ende Februar in Planica (SLO) zu qualifizieren. Eine WM-Teilnahme wäre für mich der nächste Schritt und wichtig. Ich möchte WM-Luft schnuppern und Erfahrungen für die WM 2025 in Trembeim sammeln», sagt er. Dazu ergänzt er, dass es in einer Sportart, welche derzeit weltweit um ihre Akzeptanz und das olympische Überleben kämpft und für die Schweiz wichtig wäre, wenn wieder einmal ein Athlet von Swiss Ski bei einer Weltmeisterschaft am Start wäre.

Die besten Möglichkeiten, die WM-Qualifikation zu schaffen, sind die Wettkämpfe im Continental Cup, jetzt in Kuusamo und Mitte Januar in Eisen-erz (AUT). Sich über den Weltcup zu qualifizieren, stuft Müller als schwieriger ein, zumal noch in den Sternen steht, welche Einsätze er im Weltcup absolvieren wird. «Dies hängt vom Formstand und der Formkurve ab. Es ist ein Abwägen, ob ein Start Sinn macht oder nicht», erklärt er.



Ejnie van der Geest ist Gesamtsiegerin im Swiss-Cup. Pressebild

Weiterer Sieg für Ejnie van der Geest

Eiskunstlauf Die aus Glarus stammende Ejnie van der Geest hat beim Swiss-Cup-Wettkampf in Flims nachgedoppelt und erneut einen Sieg feiern können. Sie gewann in der Kategorie U15 mit einer neuen Saisonbestleistung von 93,20 Punkten. Für die 15-jährige Sportschülerin war es der dritte Sieg in dieser Saison. Somit steht sie bereits als U15-Kategoriensiegerin der Saison 2022/2023 fest. Nach der Weihnachtspause steht Mitte Januar der letzte Swiss Cup auf dem Programm. Mitte Februar finden dann die Schweizer Meisterschaften in Zürich statt. (fh)

Emely Torazza zwei Mal in den Top Ten

Skispringen Im norwegischen Vikersund ging das erste Skispringen der Continental-Cup-Saison 2022/23 über den Bakken. Bei winterlichen Bedingungen nahmen 31 Skispringerinnen aus acht Nationen an diesem Wettkampf teil. Bei den zwei Springen auf der Grossschanze (HS117) erreichte Emely Torazza die Ränge 10 im ersten und 5 im zweiten Wettkampf.

Nach dem Sturz in Klingenthal Ende September fehlte der 18-jährigen Schwänderin im ersten Springen noch etwas das Selbstvertrauen, um an die weiten Flüge im Sommer anzuknüpfen. Mit Sprüngen auf 98 und 99 Metern verlor der erste Wettkampf für sie dennoch erfreulich. Das brachte ihr den 10. Platz ein.

Im zweiten Springen konnte sich Emely Torazza steigern, und sie landete jeweils nach 104 und 103 Metern. Nach dem ersten Durchgang hatte sie auf Platz 4 gelegen, im zweiten büsste sie noch einen Rang ein und wurde schliesslich gute Fünfte.

Den nächsten Wettkampfeinsatz hat Emely Torazza beim Alpencup in Seefeld (AUT). (aw)

Resultate Continental Cup

1. Springen: 1. Nora Midtsundstad (NOR) 246,7 (109,5m/109 m). 2. Sina Arnet (SUI) 246,4 (110,5/107,5). 3. Michelle Goebel (GER) 238,2 (105,5/106,0). – Ferner: 10. Emely Torazza (SU) 208,0 (98/99).
2. Springen: 1. Nora Midtsundstad 260,4 (108,5/110,5). 2. Sina Arnet (SUI) 253,4 (109,5/113,0). 3. Michelle Goebel 234,6 (107,0/107,0). 4. Yuzuki Sato (JPN) 231,2 (104,0/106,5). 5. Emely Torazza 223,3 (104,0/103,0).

Das erfolgreiche Jahr mit einem Sieg abschliessen

Ein weiterer Vollerfolg vor der Feiertagspause ist das Ziel der Glarner Volleyballerinnen in Obwalden.

Peter Aebli

Volleyball Volleya Obwalden verfügt mit Lea Portmann und Linda Kronenberg, die beide auch einmal bei Glaronia gespielt haben, über zwei ausgezeichnete Angreiferinnen, die bisher ihr Potenzial nicht ausschöpfen konnten. Die Innerschweizerinnen haben Mühe, mit den besten NLB-Teams mithalten. Von daher tritt Glaronia als Favorit an, auch wenn die Partie in der Vereinshalle Sarnen stattfindet, an die man nicht allzu viele gute Erinnerungen hat.

Auf die leichte Schulter nehmen wird man die Aufgabe nicht. Es wäre schade, wenn sich das Team von Trainer Filip Brzezinski kurz vor Weihnach-

ten noch einen Ausrutscher leisten würde. Das ist wohl auch allen Spielerinnen bewusst, und sie werden die Partie mit absoluter Konzentration angehen.

Willkommene Erholung

Anschliessend folgt eine relativ lange Weihnachtspause, die zur Erholung genutzt werden soll, denn das Januarprogramm wird anstrengend: Es gilt, die Leaderposition zu verteidigen, und am 15. Januar kommt im Cup das NLA-Team Toggenburg nach Glarus. Da möchten die Glarnerinnen für eine Überraschung sorgen.

NLB, Frauen: Obwalden – Glaronia, Samstag, 17. Dezember, 17.30 Uhr, Vereinshalle Sarnen.



Obwaldens Linda Kronenberg versucht ihr Glück mit einem Lob gegen Glaronias Ivana Bulajic (links) und Natalia Coluccello. Bild: Olga Vartanyan