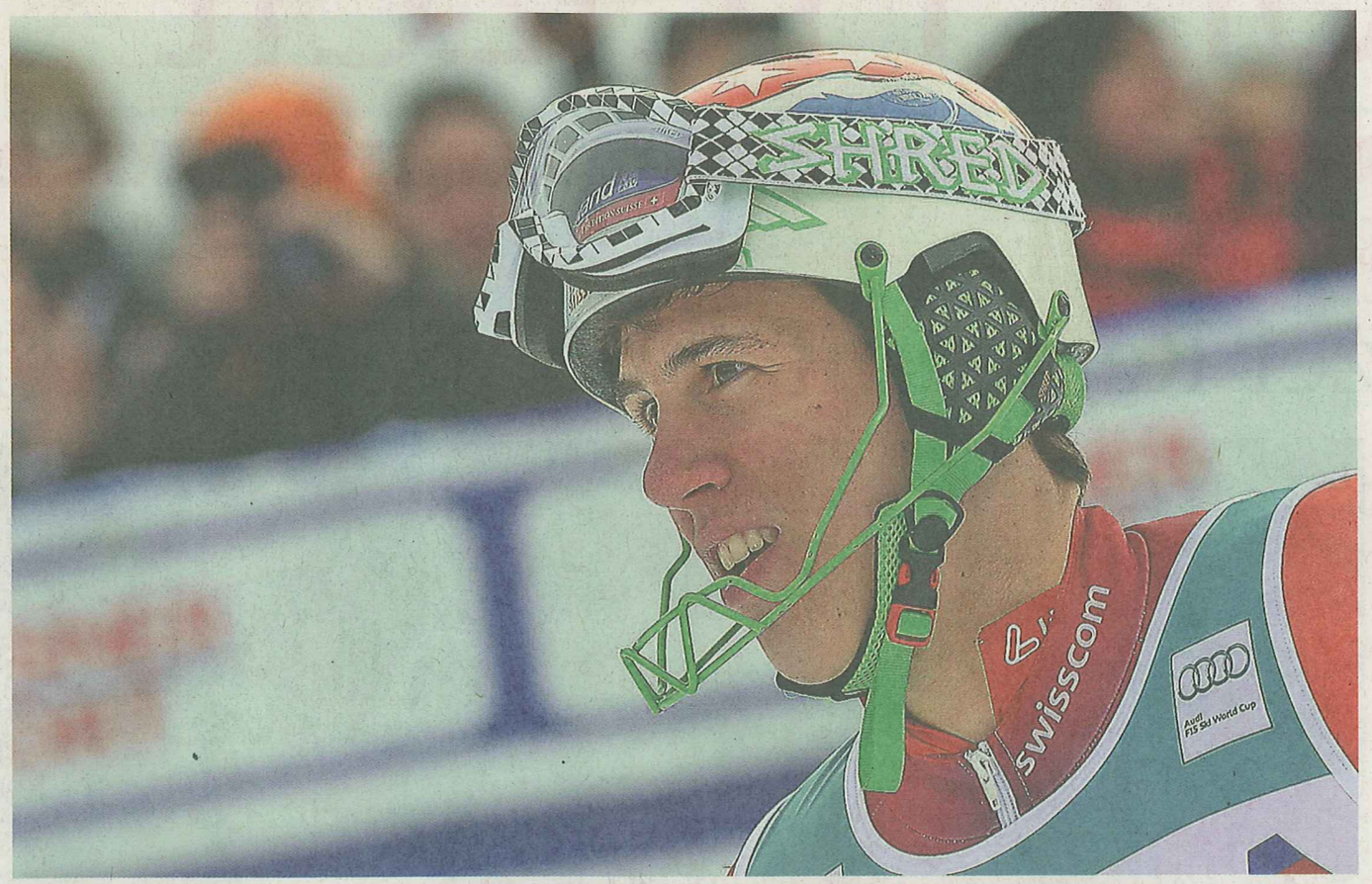
# Zenhäusern und Plaschy tauschen die Rollen

**SKI ALPIN Er ist der grösste Fahrer im Weltcup: 2-Meter-Mann Ramon Zenhäusern trainierte im Sommer auf Teppich, morgen will der Slalomspezialist in Wengen den Auftritt von Adelboden bestätigen.**

Als Didier Plaschy vor 13 Jahren beim Weltcupslalom in Wengen mit bester Zwischenzeit im ersten Lauf ausschied, schaute ein 7-Jähriger entsetzt auf die Grossleinwand. «Ich war bitter enttäuscht», sagt Ramon Zenhäusern, der sich damals mitten im Fanklub des Wallisers befand.

Morgen sind die Rollen vertauscht: Plaschy, 39, drückt seinem Schützling Zenhäusern die Daumen. Der 20 Jahre alte Visper bestreitet am Sonntag auf der steilen Piste in Innerwengen seinen 6. Slalom im Weltcup. Vor einer Woche erreichte er im Stangenwald am Chuenisbärgli als bester Schweizer den 22. Rang. Der Gymnasiast gewann seine ersten Weltcuppunkte.




**Das Sommertraining trägt Früchte:** Ramon Zenhäusern gewann im Slalom von Adelboden als bester Schweizer erstmals Weltcuppunkte. *Andreas Blatter*

### Im Training «blitzschnell»

Zenhäusern wird seit fünf Jahren von seinem einstigen Vorbild Plaschy betreut. Der hoch aufgeschossene Techniker gehört zur Future-Slalomgruppe. Swiss-Ski-Trainer Plaschy, der als Aktiver zwei Weltcupslaloms gewonnen hatte, fördert nebst Zenhäusern auch Sandro Boner (Jahrgang 1988), Marco Tumler (1988), Martin Stricker (1991) und Daniel Yule (1993). Von Zenhäuserns Vorstellung in Adelboden war er nicht überrascht. Nach der gestrigen Übungseinheit in Veysonnaz gerät er ins Schwärmen: «Was dieser Junge im Training zeigt, ist abnormal.» Obwohl er viele Fehler mache, sei er blitzschnell und halte mit den Arrivierten Markus Vogel und Marc Gini mit. «Mit seiner Grösse von 2,02 Metern hat er andere Hebel als die Konkurrenten. wegs, die 40 Zentimeter kleiner sind als er selber. Das erfordert eine erstklassige Balance.» Die ideale Grösse eines Slalomfahrers liege zwischen 1,75 und 1,82 Metern, meint Plaschy.

Der grösste Fahrer im Skiweltcup (Schuhnummer 48) hat im Hinblick auf morgen keine bestimmte Platzierung im Kopf. «Ich will so fahren wie im Training», sagt Zenhäusern. Im Ziel wird auch sein Vater Peter auf ihn warten. Er ist Sportreporter bei Radio Rottu. «Er wird mich nicht interviewen. Das haben wir so abgemacht», sagt Zenhäusern und

**Schwung auf dem Teppich:** Indoor-

### SO STARTEN SIE HEUTE ZUR ABFAHRT

**Küng ist der erste Schweizer**

Die Startliste für die Weltcupabfahrt der Männer von heute Samstag in Wengen (Startzeit 12.30 Uhr): 1 David Poisson (Fr). 2 Patrick Küng (Sz). 3 Andrej Sporn (Sln). 4 Silvan Zurbriggen (Sz). 5 Yannick Bertrand (Fr). 6 Werner Heel (It). 7 Marco Sullivan (USA). 8 Adrien Théaux (Fr). 9 Benjamin Thomsen (Ka). 10 Kjetil Jansrud (No). 11 Peter Fill (It). 12 Joachim Puchner (Ö). 13 Didier Défago (Sz). 14 Jan Hudec (Ka). 15 Christof Innerhofer (It). 16 Romed Baumann (Ö). 17 Hannes Reichelt (Ö). 18 Johan Clarey (Fr). 19 Aksel Lund Svindal (No). 20 Erik Guay (Ka). 21 Klaus Kröll (Ö). 22 Dominik Paris (It). 23 Carlo Janka (Sz). 24 Guillermo Fayed (Fr). 25 Rok Perko (Sln). 26 Steven Nyman (USA). 27 Georg Streitberger (Ö). 28 Max Franz (Ö). 29 Florian Scheiber (Ö). 30 Travis Ganong (USA). – 35 Vitus Lüönd (Sz). 37 Marc Gisin (Sz) . 55 Tobias Grünenfelder (Sz) . 56 Sandro Viletta (Sz) . – 60 Fahrer sind gemeldet. *si*

Vater war mein Jugendtrainer. Ihm habe ich viel zu verdanken.»

### Neue Reize setzen

Didier Plaschy geht im Training eigene Wege. Er bemüht sich, neue Reize zu setzen – beispielsweise mit Balancieren auf dem Slackline, Windsurfen oder Kickboardrennen. «Ich trainierte früher wochenlang nach den gleichen Vorgaben. Das war langweilig», sagt Plaschy. Er verzichtete im Sommer darauf, mit seiner Future-Gruppe nach Argentinien ins Camp zu fliegen. Der Oberwalliser verbrachte stattdessen 50 Trainingstage im Schweizer Schnee; das Schlechtwetterprogramm hielt er unter anderem in Interlaken ab, wo er mit seinen Schützlingen auf dem Skirollteppich im ehemaligen Interlakner Mystery Park trainierte.

Die Indoorskianlage im Jungfraupark hat Ulo Gertsch, Bruder des Lauberhorn-OK-Präsidenten Viktor Gertsch, installiert. Die Neigung der Plattform kann ebenso verstellt werden wie die Geschwindigkeit des Bandes. Plaschy ist überzeugt, dass der Teppich in der Vorbereitung sensomotorisch wie muskulär einen wichtigen Beitrag geleistet hat. Er hält fest: «Die Bewegungs- und Haltungsmuster konnten unter stets gleichbleibenden Bedingungen in unmittelbarer Nähe des Trainers geübt werden. Der Spiegel am Ende des Rollteppichs sorgte dafür, dass der Athlet während des Fahrens seine Bewegungen kontrollieren und korrigieren konnte.» Die abwechslungsreiche Vorbereitung im Sommer habe Spass gemacht, lobt Zenhäusern. «Das Training auf dem Teppich hat mitgeholfen, das Gleichgewicht zu schulen.»

Heute fliegt Ramon Zenhäusern von Veysonnaz nach Wengen – nicht auf dem Teppich, sondern