Fussball

Gelson Fernandes' Rückkehr

Nach über sechs Jahren bei diversen Klubs im Ausland spielt Gelson Fernandes (Bild) wieder beim FC Sitten. Das 0:3 in Basel dramatisiert er nicht, verlangt aber heute zwingend einen Sieg gegen St. Gallen. | **Seite 19**

Ted Ligety – die Technik des Triple-Weltmeisters

Liegen im Schnee

Schatten losgeworden. Ted Ligety kanns kaum fassen. FOTO KEYSTONE

ROMAN LAREIDA

Heidrun Schwarz, eine 22-jährige Österreicherin und angehende Lehrerin, spielt in dieser Geschichte eigentlich keine Rolle. Und doch ist das, was sie vor vielen Jahren beobachtet hatte, so etwas wie ein Vorgreifen der Zeit. Eine leise Vorahnung auf das, was wir heute als Ted-Ligety-Festspiele erleben dürfen.

Schwarz hatte die eher seltene Angewohnheit, Skirennen bis zuletzt zu schauen. Deshalb sah sie im Weltcupwinter 2003/04 auch die Startnummer 60 und vergass jenen wilden Jungmann nie mehr. Das werde ein Grosser, dachte sie sich, und bekommt spätestens in dieser Woche auf eindrückliche Art und Weise recht.

> **«Ted nimmt weitere Wege auf sich. Dafür braucht es Balance.»**
>
> US-Alpindirektor Patrick Riml

Ligety, mit bürgerlichem Namen Theodore Sharp Ligety, in Salt Lake City geboren und Park City/Utah aufgewachsen, ist nach dem gestrigen Sieg im Riesenslalom dreifacher Weltmeister. Niemand mehr wird den US-Amerikaner in Schladming toppen können.

Den gewaltigen Schatten, der einst Bode Miller über ihn geworfen hat, ist er damit endgültig los. Mit einem Olympiasieg und vier WM-Titeln ist er drauf und dran, zu einem ganz Grossen im Skirennsport zu werden. Ligety wird im Sommer 29, hat also noch genügend Zeit vor sich. Vor allem die nächsten zwei Winter mit Sotschi und der WM in seiner Heimat in Vail dürften sein Palmarès noch mehr zum Glänzen bringen.

Was alleine Gold betrifft, ist er mit Miller, der im Olympiawinter wieder einsteigen will, gleichgezogen. Aksel Lund Svindal schaffts auf sechs goldene Auszeichnungen an Spielen und Weltmeisterschaften. Diese beide haben im Gegensatz zu Ligety den Vorteil, dass sie auch in der Abfahrt grosse Siege feiern können und Gesamtweltcupsieger geworden sind. Unangefochten scheint nur mehr der Norweger Kjetil-André Aamodt mit deren neun.

Über den sieben Jahre älteren Miller sagte Ligety einmal, er habe als 16-Jähriger versucht zu fahren wie Bode und sich dabei fast in die Hosen gemacht. Diese Zeiten sind vorbei.

Das Kurven-Geheimnis

Ted passt denn auch einiges besser als das schwerere Theodore zu einem Cowboy, der auf seinem Ritt über das Eis auf dem «Bullen sitzt», als sei dieser für die Konkurrenz schier Unzähmbare nur mehr ein braves Kätzchen. Was derart leicht wirkt in den Augen der Beobachter, ist letztlich beinharte Arbeit. Dahinter steckt auch die grosse Fähigkeit, den Skitüftlern effizientes Feedback von der Piste zu geben, die in der Folge sofort in die Entwicklung optimaler und personalisierter Modelle einfliessen. Head scheint hier im Riesenslalom etwa gegenüber Atomic Vorteile zu haben.

Wer ihn gestern auf seiner Goldfahrt in Grossaufnahme gesehen hat, wie er die Arbeit vor dem Tor verrichtet, selbst zur Kurve wird und den enormen Zug mitträgt, der reibt sich eigentlich die Augen. Ligety: «Ich fahre riskant, aber es gibt keinen anderen Weg heute. Manchmal lasse ich meine Skis einfach schiessen. Sie wissen schon, wohin sie sollen.»

Auf den Kanten fahren war früher bei kleineren Ski und grösserer Taillierung einfach. Der Ski übernahm viel Arbeit. Grössere Radien von 35 m bei kleiner gewordenen Torabständen von 23 bis 25 m sind mit den neuen Ski auf Kanten eigentlich nicht zu carven. Ligety aber hat seinen Stil mit extremen Winkeln entwickelt und kann das Kurven auf den Aussenkanten auch mit den neuen Ski. Techniktrainer Didier Plaschy: «Darin liegt die Kunst.»

Fliehkraft

Rutschen, wie man es bei vielen Fahrern sieht, frisst wertvolle Fliehkraft. Es ist nicht so, dass Ligety kürzere, direktere Wege wählen würde. Im Gegenteil. US-Alpindirektor Patrick Riml: «Ted nimmt mit seiner Technik weitere Wege auf sich. Dafür braucht es umso grössere Fähigkeiten der Balance.»

Kein Wunder, möchte der Triple-Weltmeister überhaupt keine Regelungen, was die Skimasse betrifft. Was das in seinem Fall bedeuten würde, kann man sich gar nicht vorstellen.

Slalom | Der Visper Ramon Zenhäusern und sein ungewöhnlicher Weg

Der Doppelmeter

Traum. Riese Ramon Zenhäusern überragt alle. Fast auch die Schweizer Berge, zumindest im Swiss House. FOTO KEYSTONE

Ramon Zenhäusern ist ein Spezialfall im Weltcup. Die ungewöhnliche Grösse des 21-jährigen Visper Slalomfahrers hat auch Einfluss aufs Training und die Schuhe. Trainerquerkopf Didier Plaschy sieht in ihm den Prototypen seiner Lehrmethode.

Schladming 2013
FIS ALPINE SKI WM STEIERMARK

ROMAN LAREIDA, SCHLADMING

Grösse. Ramon Zenhäusern hat Humor. Möchte der Weltcup-Frischling nicht wie der klein gewachsene französische Slalom-Gummiball Alexis Pinturault sein? «Nein, gerade für Kopfsponsoren bin ich sehr interessant.»

Kein Wunder, denn Zenhäusern schiesst zwei Meter hoch. So gross ist kein anderer Weltcupfahrer. Der Österreicher Michael Walchhofer mass 1,92 m, er galt früher als Slalomtalent, wechselte dann auf Abfahrt. Zenhäusern: «Thomas Sykora war knapp 1,90 m. Er ist sozusagen mein Vorbild. Er zeigt, es geht trotzdem. Das trichtert mir mein Trainer Didier Plaschy immer ein.»

Der Österreicher holte an den Spielen 1998 in Nagano Slalom-Bronze. Es ist aber noch nie vorgekommen, dass ein derart grosser Skirennläufer wie Zenhäusern auch Spitzenfahrer wurde.

Wachstum. Zenhäuserns Eltern wollten früh wissen, wie weit er noch wachsen würde. Zenhäusern: «Ich selbst kann mich nicht erinnern, ich war sechs. Die Analyse ergab, dass ich 1,95 m lang werden würde.» Er hat sich spät entwickelt. Früher plagten ihn Rückenbeschwerden, er hatte wenig Muskeln. «Das war im Juniorenalter ein Nachteil. Heute sind die Beschwerden weg.»

Skischuhe. Servicemann Kilian Lochmatter ist bei Rossignol zuständig für Skischuhe. Der Oberwalliser werkelte früher auch für Ted Ligety, heute gehören die Weltmeisterinnen Tessa Worley und Marion Rolland zu seinen «Kunden». «Zenhäusern ist ein Extremfall.»

Sonst trägt er Schuhnummer 48, der Skischuh hat 45/46. Deshalb braucht es einen wie Lochmatter. «Rossignol hat diesen Schuh extra neu produzieren lassen. In der Regel weite ich diesen bei vielen Fahrerinnen und Fahrern nur vorne aus. Für ihn muss ich jedoch auch hinten Platz schaffen. Zu viel geht aber nicht, ansonsten schnappt er in der Bindung nicht richtig ein. Das ist dann auch eine Sicherheitsfrage.»

> **«Die Trainer meinten, mit einem 2-Meter-Mann funktioniere das nicht. Falsch.»**
>
> Slalomtrainer Didier Plaschy

Training. Didier Plaschy ist Zenhäuserns Trainer. Er weilt nicht im WM-Ort. Denn Plaschy ist für den Europacup zuständig, tourt durch FIS-Rennen und trainiert mit Daniel Yule. Zenhäusern: «Plaschys Ideen werden zuweilen belächelt, weil sie in keinem Buch stehen. Wartet ein paar Jahre ab. Ich finde sie super.» Kickboxen oder fahren auf einem Rollteppich mit einstellbaren Neigungen etwa. Damit will er den Bewegungsfluss seiner Athleten stärken.

Zenhäusern ist enorm fleissig und kann sogar weinen, wenn etwas schlecht geht. Plaschy selbst nennt Zenhäusern einen Prototypen seiner Methoden. «Alle Trainer meinten immer, ein Fahrer von zwei Metern funktioniere nicht. Falsch. Doch ich kann mit ihm nicht trainieren wie etwa mit Luca Aerni, der 30 Zentimeter kleiner ist. Die Grösse, die Stellung auf dem Ski, fährt einer breit oder schmal, das hat Einfluss aufs Training. Es wird in Zukunft je länger je wichtiger werden, dieser Individualität Rechnung zu tragen.»

Schule. Gibt es einen anderen WM-Teilnehmer, der in Schladming auch ernsthaft an die Schule denkt?

Zenhäusern, der am Dienstag nach Schladming gereist war, muss. «Ich fahre am Sonntag den Slalom und am Montag um 8.00 Uhr habe ich drei Prüfungen.» Zenhäusern absolviert die Wirtschaftsmatura in Brig.

Zweiter Lauf. Es fällt auf, dass Zenhäusern in den beiden erfolgreich verlaufenen Rennen von Adelboden (22.) und Lauberhorn (21.) jeweils im zweiten Lauf noch zuzusetzen vermochte. Ein gutes Zeichen, dem mentalen Druck zu widerstehen. «Das ist bislang jedenfalls ein Merkmal von mir. Man muss auch sehen, dass ich im zweiten Durchgang jeweils eine weit bessere Piste vorfinde. Das kann eine Sekunde ausmachen.»

Motto. Zenhäuserns Saisonziel war eigentlich die Junioren-WM in Quebec gewesen. Diese beginnt eine Woche nach dem Ende der Ski-WM. «Dass ich morgen an der richtigen WM starte, ist ein Traum. Es ist ja nicht so, dass ich von nirgendwo komme. Ich war Schweizer Vizemeister im Slalom. Aber das hier ist halt eine andere Sache.»

Ramon Zenhäusern, wie können Sie das WM-Rennen im Kopf so angehen, als wärs ein Weltcuprennen?

«Keine Ahnung. Das habe ich logischerweise noch nicht herausfinden können.»

Haben Sie für den morgigen Slalom ein besonderes Ziel?

«Top 15 ist mein grosser Wunsch. Das gäbe Weltcuppunkte. Ein ziemlich grosses Ziel, nicht?»