

Platzreife nur im Schiessstand

Biathlon Die 19-jährige Flavia Barmettler gehört dem C-Kader von Swiss-Ski an. Nach vier Jahren Sportmittelschule war die Obwaldnerin aus Alpnach im vergangenen Sommer als Teilzeitmitarbeiterin im Golfclub Engelberg anzutreffen.

Roland Bösch
regionalsport@luzernerzeitung.ch

«Es ist toll, dass ich den ganzen Sommer verletzungs- und ohne anderweitige gesundheitliche Probleme trainieren konnte», zieht Flavia Barmettler zu Beginn des Gesprächs dankbar Bilanz. Diese Erkenntnis bildet die Grundlage eines Sommers mit zahlreichen Veränderungen im Sportlerleben der Alpnacher Biathletin. Der Reihe nach: Im Sommer beendete die C-Kader-athletin von Swiss-Ski den schulischen Teil ihrer kaufmännischen Ausbildung an der Sportmittelschule in Engelberg erfolgreich.

Sie ist inzwischen aus dem Internat ausgezogen und lebt nun in einem kleinen Studio im Klostertorf. «Nach vier Jahren Internat fühlten sich die vier eigenen Wände anfänglich ein wenig komisch an. Mittlerweile geniesse ich diesen Rückzugsort sehr, schätze es aber auch weiterhin, auf die Trainingsstrukturen der Sportmittelschule zählen zu können.» Und ja, zu Hause in Alpnach ist der Familienmensch Flavia Barmettler auch immer wieder anzutreffen. Nicht nur um die Wäsche abzuladen, versteht sich.

Arbeiten zwischen zwei Trainingsblöcken

Da der betriebliche Teil der Ausbildung eine hohe Präsenzzeit im Ausbildungsbetrieb erfordert, hat Flavia Barmettler diesen noch nicht in Angriff genommen. In die Arbeitswelt ist sie dennoch eingetaucht. «Ich habe die Möglichkeit erhalten, beim Golfclub Engelberg einer flexiblen Teilzeitarbeit nachzugehen. Während der Trainingsblöcke zu Hau-



Steht am Wochenende in Realp beim ersten nationalen Biathlon im Einsatz: die 19-jährige Flavia Barmettler aus Alpnach. Bild: Elisa Perini (Lenzerheide, 3. November 2017)

se konnte ich zwischen den zwei Trainingseinheiten pro Tag jeweils während rund vier Stunden arbeiten», erzählt sie. Rund um den Golfplatz sei sie in einer anderen Welt angekommen. Hole in One, Score-Karten, Handicap und viele andere neue Begriffe begegneten Flavia Barmettler bei ihrer Arbeit im Sekretariat.

Und wie hat sie es selber mit Golf spielen? «Angeblich ist das Golfspielen für Spitzensportler ein sinnvoller Ausgleich. Es ist viel Konzentration gefragt, und man muss mit dem Druck umgehen können. Selber hat es mir aber nur zu einem Schnuppergolfkurs gereicht.» Die Platzreife hat Flavia Barmettler vorerst nur im Schiessstand.

Ziel ist das Ticket für die Junioren-WM

Das stimmt so für die 19-Jährige voll und ganz. Ihre grosse Leidenschaft ist und bleibt der Biathlonsport. Mit dem C-Kader hat Flavia Barmettler im Sommer zahlreiche Trainingslager in Oberhof, Furtwangen und selbstverständlich in Andermatt/Realp verbracht. Seit einigen Wochen sind auch schon Trainings auf dem Schnee in der Biathlon-Arena Lenzerheide möglich. «Unser neuer Trainer Gion Andrea Bundi hat viele neue Trainingsmethoden eingebracht, welche die Wintervorbereitungen abwechslungsreich gemacht haben.»

Ob sich die Methoden des ehemaligen Langlaufprofis auch auszahlen, wird sich schon am nächsten Wochenende zeigen. In Realp stehen die ersten nationalen Rennen an. Aufgrund dieser Resultate werden die Selektionen für die ersten beiden internationalen Wettkampf-Wochenenden

Startschuss fällt in Realp

Saisonstart Rund um das Biathlonzentrum in Realp stehen am kommenden Wochenende die ersten nationalen Rennen im Rahmen des Leonteq-Biathlon-Cups auf dem Programm. Swiss-Ski tritt dabei unter der Leitung des Nationaltrainers Markus Segessenmann als Veranstalter auf. An beiden Wettkampftagen ist je ein Sprint für die Jugend, Junioren und Elite vorgesehen. Die nationale Biathlon-Serie macht in der Saison 2017/18 noch an zwei weiteren Wochenenden Halt in der Zentralschweiz. Am 16. Dezember organisiert der Skiclub Schwendi-Langis auf dem Glaubenberg für den Nachwuchs ein Rennen. Am Wochenende vom 27./28. Januar 2018 tritt der Skiclub Flüeli als Gastgeber des Nachwuchses, der Junioren und Elite auf. (rh)

Hinweis
Infos unter: www.swiss-ski.ch

vor Weihnachten in Obertilliach (AUT) und Ridnau (ITA) vollzogen. Diese IBU Junior-Cup-Rennen haben in der kommenden Saison für Flavia Barmettler einen hohen Stellenwert. Diese weltweite Wettkampferie für die Junioren (Jahrgänge 1997 und 1998) gibt es erst seit zwei Jahren. «Ich will im IBU-Cup Fuss fassen und mit konstanten Top-Leistungen ein Ticket für die Junioren-WM Ende Februar in Estand sichern», formuliert Flavia Barmettler ihr Saisonziel.

Die neue Lockerheit des Janik Riebli

Langlauf Der 19-jährige Obwaldner gehört dem C-Kader von Swiss-Ski an. Der Obwaldner absolviert eine Berufslehre als Landwirt. Er beweist, dass körperliche Arbeit und Spitzensport zusammen gehen.

Soeben ist Janik Riebli aus einem Trainingslager im Goms zurück nach Davos gereist. Am kommenden Wochenende, anlässlich der Swiss-Cup-Rennen, fällt der Startschuss für die neue Saison. Auf den ersten Blick scheint dieser Standort wenig Sinn zu machen, leben und trainieren doch die meisten Schweizer Langläufer in der Nähe von Davos. Riebli löst das Rätsel umgehend: «Wir haben uns auf die Junioren-WM eingestimmt.» Diese findet vom 28. Januar bis 3. Februar 2018 im Goms statt.

Eine WM, die in der Zielsetzung des 19-Jährigen eine weniger dominante Rolle spielt als in der Vergangenheit. «In den letzten Jahren habe ich mich jeweils auf die Teilnahme an Grossereignissen versteift. Das hat kein Glück gebracht. Ich kenne zwar in diesem Jahr die Selektionskriterien, werde aber einfach mein Bestes geben. Die Schnellsten können gehen, und das ist auch gut so», scheint Janik Riebli das Thema sauber eingeordnet zu haben. Riebli ist zuversichtlich, dass er zu den Schnellsten gehören kann. Dieses Gefühl kommt nicht von ungefähr. Der Athlet des Ski-

clubs Schwendi-Langis blickt auf verletzungsfreie Sommermonate zurück. Der ganz persönliche Höhepunkt war der Trainingsstart Anfang Mai. Mit dem Rennvelo absolvierte das C-Kader eine Tour de Suisse und fuhr bei jedem Athleten zu Hause vorbei. Die erste Nacht verbrachte das Team auf der Alp Jänzimatt der Familie Riebli hoch oben auf dem Glaubenberg. «Jetzt wissen meine Teamkollegen, dass es auch einfacher geht. Zudem kennen sie den Ort, von dem ich die ganze Zeit schwärmte», erklärt Janik Riebli mit einem Augenzwinkern. Ob diese Schwärmerei im Versteckten auch eine Art Heimweh-Bewältigung ist?

Körper bekommt die nötige Erholung

Zu Hause in Giswil ist Janik Riebli nicht viel anzutreffen. Bereits das vierte Jahr lebt der bodenständige Ausdauersportler in Davos und absolviert eine Lehre als Landwirt. Im Hinblick auf das letzte Lehrjahr konnte Riebli die Arbeits- und Trainingsstruktur auf der Betriebsgemeinschaft Fischer/Hoffmann entscheidend optimieren. «Seit Anfang August



Janik Riebli (links) zusammen mit Cyril Fähndrich beim Aufstieg auf den Glaubenberg. Bild: Edi Zihlmann (Sörenberg, 5. Mai 2017)

habe ich am Morgen immer frei und arbeite lediglich nachmittags. Ich kann meinem Körper so die nötige Erholung gewähren und mit vollem Tank in die Saison steigen», zeigt er sich dankbar. Zum Vergleich: In den Vorjahren waren die harten Trainingslager mit dem Kader jeweils schon fast Erholung für den Obwaldner.

Mit dem Modell körperliche Berufslehre und Ausdauersport ist Janik Riebli im C-Kader eine Ausnahme. Dennoch steht er nach wie vor zu seinem Entschluss. «Wir alle haben von Jahr zu Jahr dazugelemt.» Nach dem erfolgreichen Abschluss der praktischen Prüfungen im Juni 2017 gilt es im nächsten Frühjahr noch die Fächer Mechanisierung und Arbeitsumfeld (Buchhaltung) abzuschliessen. In der modernen Landwirtschaft seien dies zwei wichtige Themen, erklärt Riebli. Zudem bestehen gewisse Parallelen zum Langlaufsport. Die richtigen Geräte am richtigen Tag einzusetzen, ist enorm wichtig. Nur so kann die Buchhaltung Ende Saison aufgehen.

Roland Bösch
regionalsport@luzernerzeitung.ch

Die Schweiz ist Gastgeber

Weltmeisterschaften Die nordischen Junioren- und U23-WM 2018 finden vom 28. Januar bis 3. Februar in Kandersteg und im Goms statt. Athleten aus rund 40 Nationen kämpfen während sieben Tagen um die Titel in den Sportarten Langlauf, Skispringen und Nordische Kombination.

Bereits am 2. und 3. Dezember macht der Swiss-Cup Halt im Goms. Es stehen ein Sprint (freie Technik) und ein klassisches Rennen über 10 km auf dem Programm. Beides Rennen, die Janik Riebli an der Junioren-WM laufen möchte. Die Selektionsuhr tickt an den ersten beiden Rennwochenenden noch nicht. Ernst gilt es bezüglich den Selektionen anlässlich der Continental-Cup-Rennen (eine Stufe unter dem Weltcup) am 15. bis 17. Dezember in St. Ulrich (AUT) und vom 5. bis 7. Januar 2018 in Campra (Tessin). Selektionsurteil wird nach dem ersten Teil der SM Mitte Januar 2018 in Steg. (rh)