



Eine Saison mit Hindernissen: Ladina Jenny (links) und Nicole Baumgartner können trotz eines schwierigen Winters über wertvolle Ergebnisse strahlen.

Bild Katja Stuppia

Parallelen auf und neben der Rennpiste

Ladina Jenny und Nicole Baumgartner hatten keine einfache Saison. Dennoch konnten die zwei Alpin-Snowboarderinnen aus Uznach immer wieder zeigen, was in ihnen steckt. Beide wissen, was sie zu tun haben, damit sie ihr Potenzial in Zukunft regelmässig ausschöpfen können.

von Bernhard Camenisch

Wenn der Frühling ins Land zieht, ist dies für die Wintersportler die Gelegenheit, sich den Dingen zu widmen, die ansonsten hinten anstehen müssen, ehe in wenigen Wochen wieder das intensive Sommertraining für die neue Saison losgeht. Ladina Jenny und Nicole Baumgartner, den beiden Alpin-Snowboarderinnen aus Uznach, geht es diesbezüglich nicht anders.

Seit dem letzten Rennen, der Schweizer Meisterschaft Ende März, waren beide in den Ferien – Jenny in Ägypten, Baumgartner in Costa Rica. Nach der Rückkehr fokussieren sie sich nun auf ihr Studium. Baumgartner befasst sich am SAE Institute in Zürich mit audiovisuellen Medien, während auf Jenny im Juni die ersten Semesterprüfungen ihres Wirtschaftsstudiums an der Fernuni Schweiz zukommen.

Für Parallelen zwischen Baumgartner, die seit Februar 22-jährig ist, und Jenny, die im Juni 22-jährig wird, sorgte auch die zurückliegende Saison. Beide hatten sich mehr ausgerechnet,

konnten aber mit einem Erfolgserlebnis abschliessen.

Jennys Bestresultat im Weltcup

Für Jenny war das der vierte Rang im Parallellalom von Moskau, ihr bisher bestes Resultat im Weltcup. «Das war mein klares Saisonhighlight», blickt sie zurück und fügt an: «Dieses Ergebnis hat meine Saison gerettet und auch meinen Kaderstatus.» In ihrem zweiten Winter im A-Kader hatte Jenny schwierige Phasen zu verarbeiten. Ausser in der russischen Hauptstadt kam sie in keinem Weltcuprennen über die Qualifikation hinaus.

Häufig fehlte nur wenig für den Einzug in die K.o.-Duelle der besten 16.

«Der vierte Platz in Moskau hat meine Saison gerettet – und auch meinen Kaderstatus.»

Ladina Jenny
Alpin-Snowboarderin aus Uznach

Jenny klassierte sich bei ihren neun Weltcupstarts nicht weniger als sechsmal auf den Plätzen 18 bis 21. Die Ursache dafür kennt sie selbst am besten. Sie fahre in den Qualifikationsläufen zu verkrampt, sagt die 21-Jährige. Dieses Problem konnte sie im Januar auch an der WM in Österreich nicht lösen, als sie mit den Plätzen 19 und 24 vorlieb nehmen musste.

Jenny erklärt, dass der grösste Druck der sei, den sie sich selbst auferlege. Aus den Trainings hat sie die Gewissheit, dass sie mit den Besten der Welt mithalten kann. Ihr oberstes Credo wird es in Zukunft sein, dies vermehrt in den Rennen umzusetzen – so, wie ihr das in Moskau gelang. Schon länger arbeitet die gebürtige Glarnerin mit einer Mentaltrainerin zusammen. Daran wird sie auch nichts ändern.

Baumgartner bezahlt Lehrgeld

Auch Baumgartner zieht für den mentalen Bereich professionelle Unterstützung zu Hilfe. Zudem spricht sie sich in ihren nebenberuflichen Umfeld häufig aus. Schliesslich können ihre Chefs, Spitzensporttrainer Robin Städler und der frühere Eishockey-Profi Daniel

Boss, aus eigenen Erfahrungen nachempfinden, welche Gedanken durch den Kopf eines Athleten schiessen.

Baumgartner hat eine schwierige erste Saison als A-Kader-Athletin hinter sich. «Ich musste Lehrgeld bezahlen», gibt sie zu. Die acht Weltcup-Einsätze waren für sie jeweils nach der Qualifikation beendet. Mit einem 17., 19. und 22. Platz konnte aber auch sie andeuten, dass sie zu mehr fähig wäre. «Ich konnte gute Sachen zeigen, aber nicht dann, wenn ich sollte.» Ärgern muss sie sich auch, weil sie mehr als einmal den Finaleinzug wegen groben Patzern vergab.

Als wertvollste Ergebnisse der letzten Monate hat Baumgartner den fünf-

«Der Eindruck, den ich an der SM vermittelte, war hilfreich, um im A-Kader zu bleiben.»

Nicole Baumgartner
Alpin-Snowboarderin aus Uznach

ten Platz an der Universiade in Spanien und den zweiten Rang an der Schweizer Meisterschaft vorzuweisen. Die Saison mit der SM-Silbermedaille abzuschliessen, war für sie sehr wichtig: «Das tat mir gut. Und der Eindruck, den ich in diesem Rennen vermittelte, war sicher hilfreich, um im A-Kader zu bleiben.»

Im ersten Jahr bei den «Grossen» hat die 22-Jährige viele Eindrücke gesammelt. Und auch Erkenntnisse gewonnen: «Ich muss mir gut überlegen, ob ich in Zukunft an Tagen, an denen ich während der Saison zu Hause bin, noch arbeiten soll. Denn die Erholung kam dadurch zu kurz.»

Von Anfang an bereit sein

Klar ist für Jenny und für Baumgartner, dass sie in der nächsten Saison wieder angreifen werden – und dann, so hoffen sie, bereits ab den ersten Rennen. Das individuelle Konditionstraining haben beide bereits wieder aufgenommen. Häufig trainieren die guten Freundinnen dabei gemeinsam. Auch wenn Fahrten auf dem Schnee Anfang Mai noch weit weg sind, gilt auch für die Snowboarderinnen: «Nach der Saison ist vor der Saison.»

Durchzogener Saisonstart der Joner Herren

Im heimischen Grünfeld verpassten es die NLA-Faustballer des TSV Jona, die sich zum Saisonstart bietenden Chancen zu nutzen.

von Sebastian Kammer

Die Joner Mannschaft empfing zum Saisonbeginn mit Oberentfelden und Elgg-Ettenhausen zwei Teams, welche auf dem Papier mit Jona um die Teilnahme am Final Five kämpfen. Der TSV Jona zeigte phasenweise eine sehr überzeugende Mannschaftsleistung, verpasste es jedoch, in der ersten Partie den Sack zu zumachen, weshalb man die Auftaktrunde mit je einem Sieg und einer Niederlage beendete.

Der STV Oberentfelden hatte in der Abwehr mit argen Verletzungsproblemen zu kämpfen und reaktivierte deshalb seinen Ex-Internationalen Dominik Gugerli. Das Heimteam fand besser

in die Partie und wusste dank einer cleveren Service- und Angriffsleistung von Romano Colombi das Spielgeschehen zu dominieren.

Jona vergibt Matchbälle kläglich

Obwohl der erste Satz mit 11:9 sehr knapp erscheint: die Joner lagen nie in Rückstand und waren jederzeit Herr der Lage. Im zweiten Abschnitt wurde die gegnerische Offensive nahezu vollständig neutralisiert – ein 11:4 bedeutete die 2:0-Satzführung. Oberentfeldens Coach beorderte dann Dominik Gugerli auf die vorgezogene Mittelposition und beraubte die Joner damit um effektive Angriffsoptionen. Zwar gelang es den St. Gallern im dritten und



Clever gespielt: Romano Colombis Service- und Angriffsleistung trägt zur Dominanz der Joner gegen Oberentfelden bei.

vierten Satz mit 8:4 in Führung zu gehen – aber in dieser Phase scheiterte Jona an den eigenen Nerven. Plötzlich fehlte die Präzision, und im Angriff nahmen Effizienz und Variabilität ab. Oberentfelden liess sich nicht zwei mal

bitten und nahm die Joner Geschenke dankend an, zumal der TSV Jona im vierten Satz zwei Matchbälle auf nahezu klägliche Art und Weise vergab. Jona gab die Partie mit 2:3 aus der Hand.

Mit der Elgg-Ettenhausen traf man im zweiten Spiel auf einen Gegner, der zuvor Oberentfelden vor erhebliche Probleme stellte. Trainer Christian Schluop forderte von seinem Team deshalb vollste Konzentration, um einen Fehlstart zu vermeiden. Der erste Satz verlief bis zum 7:6 sehr ausgeglichen, ehe Elgg-Ettenhausen mit drei Punktgewinnen in Folge den entscheidenden Vorsprung zum 9:11-Satzgewinn realisieren konnte. Ein perfekter Start in den zweiten Spielabschnitt er-

möglichte es dem TSV Jona mit 7:0 in Führung zu gehen und den Satz mit 11:2 auszugleichen.

Jona konnte den dritten Satz mit 11:7 für sich entscheiden. Danach konnten beide Abwehrreihen den Service nur äusserst selten entschärfen. Ein Joner Time-Out beim Stand von 5:7 zeigte die erhoffte Wirkung und gegen Satzende gelang der Heimmannschaft mit vier Punktgewinnen in Folge der so wichtige 11:9-Satzerfolg.

Die gezeigten Leistungen offenbarten Steigerungspotenzial, aber man hat sich mit der schwierigen verletzungsbedingten Situation arrangiert und mit Kampfgeist die ersten Punktgewinne realisiert.