

# Überfliegerin vor Bewährungsprobe

**Mountainbike** In der U-23-Kategorie dominierte Sina Frei beinahe nach Belieben. Nun steigt die 21-jährige aus Uetikon am See vorzeitig in die Elite auf. Ihr Debüt gibt sie am Freitag im Short Track in Albstadt.

David Bruderer, Leuzigen

Im Winter hätte Sina Frei eigentlich bei Radquers für Furore sorgen wollen. Eine Hüftgelenkentzündung machte diese Pläne allerdings zunichte. Die 21-jährige musste eine Trainingspause einlegen. Die Rennen wären Teil ihrer Vorbereitung auf die Mountainbike-Saison gewesen. Negative Auswirkungen befürchtet Frei allerdings keine: «Ich bin schon länger wieder beschwerdefrei und konnte wie geplant trainieren», sagt die Siegerin des U-23-Gesamtweltcups der Jahre 2016 und 2018.

Erste Renneinsätze hat sie ebenfalls schon hinter sich. Auf Zypern bestritt Frei Ende Februar den Sunshine-Cup und beendete das Mehrstappenrennen für Elite-Fahrerinnen als Gesamtdritte. Mitte April stand die Uetikerin im Südtirol in einem Cross-Country-Rennen der Hors Catégorie bereits zuoberst auf dem Podest. Weil sie in der Vergangenheit gute Erfahrung damit gemacht hatte, trat Frei auch auf den schmalen Reifen wett-kampfmässig in die Pedale. Mit dem Schweizer Nationalteam bestritt sie jüngst in Italien ein dreitägiges Strassenrennen. «Das war megalässig und vom Speed her sehr hilfreich.»

## U-23 nur an Titelkämpfen

Dafür verzichtete die 21-jährige am vergangenen Wochenende auf einen Start am Swisscup in Solothurn. Denn nun geht es Schlag auf Schlag. Am Freitag erfolgt in Albstadt der Weltcupauftakt mit dem Short Track. In diesem werden die Startpositionen für den Sonntag ermittelt und bereits erste Weltcupunkte vergeben. Eine Woche später wiederholt sich dieses Prozedere im tschechischen Nove Mesto.

Und am 2. Juni steht die Schweizer Meisterschaft in Grä-



Am Freitag in Albstadt wird Sina Frei erstmals im Weltcup auf die Elite der Frauen treffen. Foto: Gian Ehrenzeller (Keystone)

nichen auf dem Programm. Dort – wie später auch an der EM und WM – startet Sina Frei ein letztes Mal in der U-23-Kategorie. Einfacher werde es für sie dort nicht, glaubt die U-23-Weltmeisterin von 2017. «Ich kenne nicht alle Konkurrentinnen und weiss deshalb nicht, wie sie in Rennsituationen agieren.» Medaillen seien aber schon das Ziel.

## Neue Herausforderung

Den vorzeitigen Wechsel zur Elite begründet Sina Frei mit der Suche einer neuen Herausforderung nach dem zweifachen Ge-

## Gheimtipp

Zum Medientreffen mit den Mountainbikern hatte Swiss Cycling nach Leuzigen geladen. Im Restaurant «Gheimtipp» im ehemaligen Bahnhof stärkten sich die Fahrer nach einer Trainingsausfahrt. Das Gebäude liegt an der 1994 stillgelegten Bahnlinie Lyss–Solothurn.

Im selben Jahr kam Andri Frischknecht zur Welt. Der Feldbacher hätte am Cape Epic eigentlich mit Teamkollege Nino Schurter antreten sollen. Wegen

eines davor im Trainingslager aufgelesenen Magen-Darm-Infekts trat der 24-Jährige seinen Platz an der Seite des Weltmeisters an Europameister Lars Forster ab. Das Duo fuhr dann für Scott Sram auch prompt den Sieg ein. «Wichtig war, dass unser Team gewinnt», sagt Frischknecht, der mit Gert Heyns fuhr und durchaus seinen Anteil am Erfolg hatte. Trat er doch Forster sein Rad ab, als dieser einen Defekt erlitt. «Als Saisonvorberei-

ung war diese Konstellation für mich fast besser. Mit Nino hätte ich die ganze Woche am Anschlag fahren müssen», sagt Frischknecht, der sich im Weltcup in den Top 10 etablieren will.

Gleich drei Geheimtipps hat der Feldbacher für die Biker am Zürichsee parat: «Den Bachteltrail, den Buchberg am Obersee und den Etzel.» Letzterer sei für die Versierten ideal, da steil für Intervalltrainings mit anschliessend schwieriger Abfahrt. (db)

winn des U-23-Gesamtweltcups. 2018 triumphierte die Uetikerin in sechs von sieben Rennen. Nur im ersten in Südafrika hatte sie sich geschlagen geben müssen, war «nur» Zweite geworden. «Die beiden Kategorien lassen sich nicht vergleichen», erklärt die 21-Jährige. In der Elite werde sie von A bis Z konzentriert fahren müssen, «sonst werde ich beim kleinsten Fehler gleich von zwei Konkurrentinnen überholt. Die Dichte an der Spitze ist viel grösser. Sicher zehn Fahrerinnen kommen für einen Podestplatz infrage.» Sie selbst nimmt einen Platz in den Top 10 ins Visier.

Wo sie tatsächlich stehe, sei allerdings schwierig abzuschätzen. Zumal sie keine Erfahrung mit dem Short Track am Freitag hat. Weil dieses Format erst in der letzten Saison eingeführt wurde, verfügt in dieser Sparte jedoch niemand über viel Routine. Der Regeneration komme bei vier Ernstkämpfen innert zehn Tagen jedenfalls eine entscheidende Bedeutung zu, weiss die Uetikerin vor dem Weltcupstart. Simulieren könne man diese Belastungen im Training allerdings kaum, da die mentale Komponente zentral sei. «Man muss im Kopf voll bereit sein und die Konzentration wegen der grösseren Rennstrecke auch eine Runde länger aufrecht halten als in der U-23.»

## Tokio noch weit weg

Kaum Gedanken verschwendet Sina Frei an die Olympischen Spiele 2020 in Tokio, obwohl die erste Qualifikationsphase bereits begonnen hat: «Ich muss mich zuerst einmal in der Elite zuerfinden.» Gelegenheit dazu erhält sie erstmals am Freitag in Albstadt. Immerhin kennt die 21-jährige den Parcours auf der Schwäbischen Alb schon von den U-23-Rennen.

# Michael Vogel ist dank der Armee jetzt Vollprofi

**Bob** Der Debütant vom BC Zürichsee überraschte im letzten Winter – mit einem 5. WM-Rang als Höhepunkt.

Es ist die Erinnerung an gloriole Zeiten des Schweizer Bobsports. Nicht weniger als vier Olympiasieger (Jean Wicki, Sepp Benz, Ekkehard Fasser, Beat Hefli) stehen beim Saison-Abschluss des Verbands Swiss-Sliding letzte Woche in Hinwil auf der Bühne, dazu zwei weitere Olympia-Medaillengewinner (Marcel Rohner, Christian Reich). Aktuell ist man von solchen Triumphphen ein Stück weit entfernt, aber nicht so weit, wie die meisten vor einem Jahr befürchteten. Der Debütant Michael Vogt vom BC Zürichsee schlug sich in seiner Premieren-Saison über Erwarten gut. «Ich bin definitiv überrascht, wie es lief», blickt der Polymechaniker zurück. «Es war ja alles mega kurzfristig, ich wusste nicht so genau, was auf mich zukommt.»

Er wurde unverhofft ins kalte Wasser geschmissen, weil mit Clubkollege Rico Peter und Clemens Bracher im Sommer gleich beide Schweizer Piloten der Olympischen Spiele in Pyeongyang das Handtuch warfen. Statt einer zweiten Saison im

Europacup mussten Vogt und seine Crew gleich auf höchster Ebene ran. Und sie steigerten sich fast von Woche zu Woche. In den letzten acht Weltcuprennen des Winters resultierten fünf Top-12-Plätze – mit einem 4. Rang in St. Moritz als Höhepunkt – und zum Abschluss an der WM in Whistler ein fast schon sensationeller 5. Platz mit dem Vierer. Dazu kamen zwei Medaillen an der Nachwuchs-WM.

## 280 Fahrten in einem Winter

«Der 5. WM-Platz bedeutet mir am meisten», verrät Vogt, «weil wir vier Läufe sauber ins Ziel brachten.» In Kanada schloss sich für den Schwyzer auch ein Kreis. Um überhaupt im Weltcup startberechtigt zu sein, musste er noch vor Beginn der Saison in Nordamerika viele Fahrten auf verschiedenen Bahnen absolvieren. Dabei erlebten Nationaltrainer Wolfgang Stampfer, Vogt und seine Crew auch Kurioses. Zum Beispiel in Park City, als der Schlitten, den sie ausliehen, sich fast schon als Oldtimer-Gefährt

entpuppte. Doch Vogt biss sich durch.

Dabei half, dass das Entdecken von neuen Strecken für ihn zu den besten Aspekten seines Sports gehört. «Es macht mega Spass, sich an neue Bahnen heranzutasten, an den richtigen Lenkpunkten zu tüfteln», sagt er mit strahlenden Augen. Nachdem er in der ersten Saison im Europacup von der Expertise des Nachwuchschefs, zweifachen Olympiasiegers und achtfachen Weltmeisters Christoph Langen profitieren konnte, ist Vogts wichtigste Bezugsperson nun der Tiroler Wolfgang Stampfer. Und das klappt hervorragend. «Langen ist direkter, Wolfi etwas lockerer. Bei ihm muss man eher heraushören, was er denkt. Für mich hat es super gepasst.» Er hängt nach der WM gleich noch mal eine Trainingswoche auf der bekannt schwierigen Bahn in Lake Placid an. So kam Vogt in der vergangenen Saison total auf unglaubliche 280 Fahrten. Er holte sein Erfahrungsdefizit also in rasantem Tempo auf.

## «Ich bin selbst überrascht, wie gut es lief.»

Vogt ist aber nur die Spitze des Eisbergs. Von hinten drängen gleich eine ganze Reihe junger Piloten, einige davon ehemalige Anschieber, nach. «Ich empfinde das eher als fördernd denn negativ», betont das neue Aushängeschild. «Angst habe ich keine, aber ich kann mich sicher nicht auf den Resultaten ausruhen.»

Im nächsten Winter wird Vogt aber unter besseren Voraussetzungen antreten können. Zum einen kennt er nun das Umfeld im Weltcup bereits, zum andern absolviert er aktuell die Spitzensport-RS in Magglingen. Nach fünf Wochen Grundausbildung im letzten Jahr kann er in diesem Sommer – neben einigen Schulungen, zum Beispiel im Umgang

mit Medien oder Sponsoren – voll trainieren. Aktuell ist er also Vollprofi. Die Sponsoren bleiben ein wichtiges Thema. 120 000 Franken hat er für die letzte Saison zusammen mit seinem Umfeld aufgetrieben. Mit den Erfolgen im Rücken könnte es nun etwas einfacher werden. «Im letzten Jahr haben sie quasi mehr erhalten als abgemacht», meint er lachend. «Einsätze im Weltcup waren schliesslich keine geplant.»

In seinem angestammten Beruf als Polymechaniker arbeitet der Schwyzer aus Wangen am oberen Zürichsee im Moment nicht, könnte aber jederzeit an seine alte Stelle zurückkehren. Vogt träumt aber noch von einem anderen beruflichen Weg. «Bevor es mit der Bob-Karriere losging, wollte ich die Polizisten-ausbildung machen», verrät der ehemalige Turner und Leichtathlet. «Ich schaue nun mit dem Kanton, ob das vielleicht auch neben dem Spitzensport möglich ist.» Eine Uniform trägt er im Moment ja schon. (spg)

## Nachrichten

### Meilen klettert auf Platz 3

**Fussball** Das Nachtragsspiel in Wald gewann der FC Meilen 2:0. Mit diesem Auswärtssieg über den Tabellenneunten stiess der von Valon Sylejmani trainierte Seeklub in der 3. Liga Gruppe 6 auf Platz 3 vor. Die beiden Treffer erzielten Raffael Cellana und Luca Pinter innerhalb von sechs Minuten Mitte der zweiten Halbzeit. (red)

### Gadient unterliegt Doppelpartnerin

**Tennis** Mit der topgesetzten Chiara Scholl (ITF 61) bekam Nicole Gadiant (ITF 590) am mit 15 000 Dollar dotierten ITF-Turnier in Tabarka gleich zum Auftakt die schwerstmögliche Aufgabe. Die 20-jährige Adliswilerin unterlag ihrer amerikanischen Doppelpartnerin im tunesischen Küstenstädtchen 3:6, 1:6. Damit ging auch das dritte Direktduell der beiden an die sechs Jahre ältere Scholl. Im Doppel steht das Duo, das gleichenorts Ende März gemeinsam einen Turniersieg – Gadiants Premiere – gefeiert hatte, im Viertelfinal. (red)