

# Sich auf Anhieb in der Weltspitze etabliert

**Mountainbike** In ihrer ersten Saison als Elite-Fahrerin hat Sina Frei bewiesen, dass sie mit den Topathletinnen mithalten kann. Die 23-jährige Uetikerin ist ein Erfolgsgarant für die Zukunft. Ganz anders verlief das Rennjahr für den Feldbacher Andri Frischknecht.

**Dominic Duss**

Vize-Schweizermeisterin, Top-Ten-Platzierungen in den beiden Weltcuprennen, WM-Vierte und EM-Fünfte – die Resultate von Sina Frei lassen sich sehen. Mit dem Schweizer Team gewann die Cross-Country-Spezialistin aus Uetikon zudem Bronze an den Weltmeisterschaften in Österreich. Die Medaille bedeutet ihr viel. «Sie war eine grosse Motivation für die noch folgenden Einzelrennen», sagt Frei. Seit 2016 verhalf sie der Schweizer Equipe immer aufs Podest, dreimal in Folge (2017 bis 2019) gar zum WM-Titel.

Als Einzelfahrerin hatte sich die 23-Jährige viel für ihre erste Saison auf oberster Stufe vorgenommen. Sie wollte in allen Rennen und auch in der Weltcup-Gesamtwertung in die Top 5 fahren. Doch die Corona-Pandemie hat auch ihre Pläne durchkreuzt. «Vor allem die Ungewissheit war mühsam», sagt die Mountainbikerin. Weil im Frühjahr ein Weltcuprennen nach dem anderen abgesagt wurde, entschied sich Frei für einen Start am Swiss Epic. In der Startetappe stürzte sie jedoch zweimal und zog sich eine Knieverletzung zu. Von «Glück im Unglück» spricht die Elite-Debütantin mit Rückblick auf den 18. August. Sie musste daraufhin zwar eine zweimonatige Wettkampfpause einlegen, konnte aber bald wieder trainieren und dann die wichtigsten Rennen der Saison bestreiten.

## Von Rennen zu Rennen gesteigert

Auf drei Wochen – von Ende September bis Mitte Oktober – statt sechs Monate beschränkte sich das internationale Rennjahr der Mountainbiker, es war kurz und sehr intensiv. «Es war für alle aussergewöhnlich, doch ich konnte gut mit den vielen kurzfristigen Planänderungen umge-



Holt an der Heim-EM in Rivera das Maximum aus sich heraus: Sina Frei beendete jedes internationale Cross-Country-Rennen in diesem Jahr als beste Schweizerin. Foto: Samuel Golay/Keystone

hen», sagt die Fahrerin des Ghost-Factory-Teams. Im ersten Weltcup-Wettkampf in Nove Mesto (CZE) habe ihr noch die Rennhärte gefehlt. «Doch danach konnte ich mich von Rennen zu Rennen steigern.» Der verpassten WM-Medaille – Frei

war bis in der zweitletzten Runde auf Bronze-Kurs gewesen – trauerte sie nur kurz nach. «Im Ziel war ich schon enttäuscht, aber im Nachhinein kann ich zufrieden mit meiner Leistung sein», lautet ihr Fazit. Chancen auf Einzelmedaillen bieten sich

ihr in Zukunft wohl noch viele, dessen ist sie sich bewusst.

Frei ist konstant gut gefahren und hat sich auf Anhieb in der Weltspitze etabliert. Die Schweizer Nachwuchssportlerin des Jahres 2019 ist prädestiniert, um in Zukunft noch viele Erfolge

einzuholen. In den sechs internationalen Rennen war sie mit Ausnahme von einem sogenannten Short-Track-Race stets als beste Schweizerin hervorgegangen. Darauf angesprochen sagt Frei: «Beste Schweizerin zu sein ist nicht das Ziel, sondern ich will meine eigenen Ziele erreichen.» Die beste Mountainbikerin der Welt zu werden? Auf diese Frage reagiert sie bescheiden: «Irgendwann vielleicht schon, doch davon zu sprechen, wäre zum jetzigen Zeitpunkt übertrieben.»

## «Kann mich noch überall verbessern»

Konkrete Ziele für ihre zweite Elite-Saison hat sich Frei noch nicht gesteckt. Die Pandemie lässt dies aktuell nicht zu. Zwischen Weihnachten und Neujahr wäre ein Trainingslager in Südafrika vorgesehen gewesen. «Das ist momentan aber storniert», verrät die aufstrebende Athletin. Auch sie muss nächster Zeit flexibel sein und sich den aktuellen Entwicklungen anpassen. Damit scheint Sina Frei allerdings weniger Mühe zu haben als andere. Nun genießt sie zuerst Ferien – im In- statt Ausland – und beginnt danach, sich auf die nächste Saison vorzubereiten. «Ich kann mich noch überall verbessern, da sind keine Grenzen gesetzt», betont die Uetikerin mit Blick in die Zukunft, die für sie durchaus goldig werden kann.

Sich im nächsten Jahr steigern, will auch Andri Frischknecht. Der Feldbacher hat eine durchgezogene Saison hinter sich und ist mit seinen Ergebnissen unzufrieden. An den Schweizermeisterschaften im Juli wurde er Zehnter. International erreichte er nur im ersten Weltcuprennen als 30. die Top-30, im zweiten fuhr Frischknecht auf Rang 34. An der WM wurde der 26-Jährige 46. und dann 33. an der Heim-EM im Tessin. «Im Frühling hatte ich eine gute Form», seufzt der

Sohn von MTB-Legende Thomas Frischknecht. Zwar habe er versucht, seine Form zu behalten, was ihm aber nicht gelungen sei. «Ich habe anders, härter und vor allem mehr trainiert. Vielleicht hätte ich im Sommer eine Trainingspause einlegen müssen», sinniert der Profi.

## Sicherheit in unsicheren Zeiten

Frischknecht machte die unsichere Rennplanung zu schaffen. Er kommt zum Schluss: «Mir ging es nicht auf, anderen hingegen sehr gut.» Zunehmende Müdigkeit bremste ihn aus. «Normalerweise wäre die Saison im Oktober zu Ende, mein Körper ist offenbar darauf eingestellt», gibt er zu bedenken. Sein grösstes Erfolgserlebnis konnte er fernab der Rennstrecken verbuchen. Im März verlängerte das Scott-Sram MTB Racing Team den Vertrag mit ihm um zwei weitere Jahre bis Ende 2022. «Das gab mir Sicherheit», betont Frischknecht. Er hofft, dass nächstes Jahr wieder mehr Rennen stattfinden und die Wettkampfeinsätze früher geplant werden können. «Aber momentan weiss man ja leider nicht, wie sich alles entwickelt», sagt der Feldbacher auch im Hinblick auf die Olympischen Spiele, die 2021 stattfinden sollen.

«Recht zufrieden» ist Luca Schätti mit seiner zweiten Saison als U-23-Fahrer. An den nationalen Titelkämpfen wurde er Achter der Nachwuchskategorie. In den Weltcuprennen klassierte sich der Horgner zweimal in den Top 20 (14. und 17.), an der WM resultierte Rang 13 und als EM-Achter beendete er sein Rennjahr. «Ich musste jeweils weit hinten starten und konnte mich nach vorne kämpfen», sagt Schätti. Den kommenden zwei Saisons auf U-23-Stufe blickt der 20-jährige Fahrer des Stoll-Teams zuversichtlich entgegen.

## Enttäuschung beim FC Horgen und FC Thalwil 2

**Fussball** Beim Zweitligisten Horgen blieb der erwartete Befreiungsschlag aus. In der Gruppe 1 spielte das Team von Giuseppe Iaquinata zu Hause gegen das ohne Punkte angereiste Zürich Altstetten nur 2:2 und vergab dabei nach zwei Toren von Vinncenth Okorie in der 55. und 60. Minute einen 2:0-Vorsprung. «Meine Spieler hielten sich nicht an ihre Vorgaben und reklamierten zu viel», sagte der Trainer nach der Partie. Vier Unentschieden in neun Spielen bringen nicht viele Punkte. Die Linksufrigen bleiben unter dem Tabellen-Abstiegsstrich. Noch sind vier Meisterschaftspartien in diesem Jahr zu bestreiten. Und im kommenden Frühling sollte der langzeitverletzte Topscorer Mirco Coduti wieder dabei sein.

In der Gruppe 1 der 3. Liga verlor Thalwil 2 das Verfolgerduell bei Lachen/Altendorf 2 gleich mit 0:4. Zur Pause stand es 0:2. Trotzdem: Das Team von Trainer David Felder hat bisher eine sehr gute Vorrunde gespielt. (red)

## Die einen dürfen spielen, die anderen können nicht

**Regionalsport** Wegen der Corona-Pandemie gerät der Spielbetrieb in mehreren Sportarten ins Stocken oder wird vorläufig ausgesetzt. Diverse Seelubs sind davon betroffen.

Trotz der landesweit steigenden Corona-Fallzahlen dürfen im Kanton Zürich grundsätzlich noch alle Sportmannschaften antreten – vorausgesetzt, das Virus hat sie nicht heimgesucht. Mit einer Ausnahme: Der Unihockeyverband hat am Freitag die Reissleine gezogen und den Spielbetrieb auf allen Stufen bis Ende November per sofort eingestellt. Regional sind die beiden in der 1. Liga spielenden Clubs Pfannenstiel-Egg und Zürisee davon betroffen.

Derweil ruht der Trainingsbetrieb der GCK Lions bereits seit Montag. Das in Küsnacht ansässige Farmteam der ZSC Lions wurde in Quarantäne geschickt, nachdem zwei Spieler positiv auf Covid-19 getestet worden waren. Drei Partien in der Swiss League mussten die GCK Lions verschieben, eine davon auf der KEK. Am Freitag meldete auch der FC Männedorf einen Corona-Fall in der ersten Mann-

schaft. 19 Spieler des rechtsufrigen Zweitliga-Teams müssen auf Befehl der kantonalen Contact Tracer daheim ausharren. Die Quarantäneanordnung für einige Staffmitglieder wurde wieder aufgehoben.

### Ein Monat ohne Ernstkampf

Im Regionalfussball sind inzwischen schon einige Clubs vom Zürichsee direkt oder indirekt mit Spielverschiebungen konfrontiert worden. Die Erstligamannschaft des FC Thalwil hat-



Die Maske gehört nun zu jedem Matchbesuch. Foto: Raisa Durandi

te bereits zwei Corona-Fälle, den ersten während der Saisonvorbereitung im Juli. Vergangene Woche wurde auch im FC Meilen ein Spieler positiv getestet, das Derby in der 3. Liga gegen Stäfa musste verschoben werden. Mit dem FC Adliswil, der in der 2. Liga interregional um Punkte kämpft, und dem Drittligisten Wädenswil konnten letztes Wochenende zwei linksufrige Clubs wegen Corona-Fällen in den gegnerischen Teams nicht antreten.

Im Handball steht die Erstliga-Equipe von Horgen/Wädenswil vor dem zweiten spielfreien Wochenende. Nach der Verschiebung des Duells in der Waldeggen gegen die Spielgemeinschaft GC Amicitia Zürich/HC Küsnacht vom 17. Oktober kann die Mannschaft morgen ebenso nicht bei Siggental/Vom Stein Baden antreten. Beide Partien fielen wegen infizierten Akteuren beim Gegner aus. Nächstes Mal spielt Horgen/Wädenswil erst am

11. November wieder und startet auswärts gegen Kloten in die Rückrunde – falls diese dann überhaupt beginnt.

### Maskenpflicht auf Plätzen

Wie sich die Corona-Situation in den kommenden Wochen auf den Regionalsport auswirkt, ist wie vieles im Zusammenhang mit der Pandemie nicht abschätzbar. Mit kurzfristigen Spielverschiebungen muss dieses Wochenende allerdings hüben wie drüben gerechnet werden. Klar sind hingegen die neuen Massnahmen, die der Bund am Montag ausgesprochen hat. Für Matchbesucher gelten strengere Vorschriften. Auf Sportplätzen werden in Zuschauerzonen dringend Masken empfohlen, in Clubrestaurants sind sie Pflicht, ausser beim Essen. Im Regionalfussball müssen die Vereine Zonen schaffen und eingrenzen, damit sich nicht mehr als 100 Zuschauer in einer Zone aufhalten können. (ddu)

## Sport Agenda

Badminton			
Nationalliga B			
Adliswil - Uni Basel	Tüfi	Sa, 18.00 Uhr	

Basketball			
Nationalliga B			
Goldcoast Wallabies - Kleinbasel			
Allmendli, Erlenbach		Sa, 17.30 Uhr	

Fussball			
2. Liga interregional, Gruppe 5			
Freienbach - Adliswil		So, 15.00 Uhr	
2. Liga, Gruppe 1			
Unterstrass - Horgen		So, 10.15 Uhr	
Männedorf - Red Star 2		verschoben	
3. Liga, Gruppe 1			
Wädenswil - Hausen am Albis		Sa, 17.30 Uhr	
Kilchberg-Rüschli - Freienbach		So, 14.30 Uhr	
Gruppe 2			
Wiedikon - Wädenswil		So, 11.00 Uhr	
Gruppe 3			
Dübendorf 2 - Herrliberg 2		So, 16.00 Uhr	
Gruppe 6			
Meilen - Rüti 2		Sa, 18.00 Uhr	
Herrliberg - Wald		Sa, 18.30 Uhr	
Wetzikon 2 - Zollikon		So, 12.00 Uhr	
Pfäffikon 1 - Stäfa		So, 14.00 Uhr	
Mönchaltorf - Männedorf 2		So, 14.00 Uhr	
Frauen, 2. Liga			
SG Thayngen/Neunkirch 1 - Zürisee United 1			
Randenblick, Neunkirch		So, 11.00 Uhr	

Handball			
Nationalliga B			
Stäfa - Fortitudo Gossau		Sa, 16.30 Uhr	