

Langlauf | Laurien van der Graaff rang lange um die Fortsetzung ihrer Karriere

Raus aus dem Tunnel



Blick nach vorn. Laurien van der Graaff bleibt dem Langlaufsport erhalten.
FOTO KEYSTONE

Dass Laurien van der Graaff am Wochenende beim Langlauf-Weltcup in Davos überhaupt dabei ist, stand lange auf der Kippe. Nach einer enttäuschenden Saison brauchte die Bündnerin lange, ehe sie sich – unter neuen Vorzeichen – zum Weitermachen entschloss.

Laurien van der Graaff lacht oft – und das ist keineswegs selbstverständlich. Die erfolgreichste Schweizer Sprinterin der letzten Jahre hat einen komplizierten Sommer hinter sich. Körperlich und mental sei sie nach dem letzten Winter völlig ausgelaugt gewesen. «Ich musste einsehen, dass ich so nicht weitermachen, dass ich nicht mehr mit dem Kopf durch die Wand kann», erzählte die 32-jährige Davoserin vor dem Start in die neue Saison. «Aber ich bin froh, dass ich jetzt hier bin.»

Selbstverständlich ist das überhaupt nicht, van der Graaff rang lange mit dem Entscheid, ob sie ihre Karriere als Spitzensportlerin fortführen will. Die letzte Saison verlief auf der ganzen Linie enttäuschend. Zwei 10. Plätze waren viel zu wenig für eine ehrgeizige Sportlerin, die im Jahr zuvor ihre ersten beiden Weltcup-siege gefeiert hatte. Sie hatte früh gespürt, dass etwas nicht stimmt. «Ich versuchte zwar, positiv zu bleiben, aber ich war immer müde.» Van der Graaff hatte zu viel trainiert, sich «ver-

rannt», wie sie sagte. Nach der WM fiel der gesamte Ballast ab. «In dem Moment konnte ich loslassen und hatte keine Kontrolle mehr. Es war vielleicht ganz gut, mal keine Kontrolle mehr zu haben.»

Dank Schwäche zurück zur Stärke

Hätte die schweizerisch-niederländische Doppelbürgerin, die mit ihren Eltern im Alter von vier Jahren ins Bündnerland kam, im Frühling entscheiden müssen, wäre ein Rücktritt wohl das einzig denkbare Resultat gewesen. «Ich habe mir im Frühling zwei Monate Zeit gegeben, um mir über meinen Weg klar zu werden.» Das reichte aber nicht. Van der Graaff musste erst das Training wieder aufnehmen, um sich entscheiden zu können. «Nicht unbedingt, weil ich die Saison schon im Kopf hatte, sondern weil ich körperlich wieder fit sein musste, damit ich den Entscheid wie auf einem Null-Level treffen konnte.»

Es war eine schwierige Zeit, wie sie offen zugibt. «Ich hätte lieber gewusst, was ich will. Ich war unzufrieden, zum Teil auch unglücklich. Ich hätte mir gewünscht, dass es «Bamm» macht und ich weiss, was ich mache.» Van der Graaff führte viele Gespräche, auch mit ehemaligen Athleten. Ihr engstes Umfeld, die Familie und Freund Andreas Waldmeier, riet ihr eher zum Aufhören, weil sie sah, dass es ihr

nicht gut ging. Es fiel van der Graaff nicht leicht, Hilfe anzunehmen. «Ich bin ja sonst der Mensch, der selber weiss, wo es langgeht, und der das Gefühl hat, er sei stark. Aber ich konnte plötzlich nicht mehr stark sein, musste Schwäche zeigen.»

«Deshalb nehme ich es jetzt ein bisschen lockerer»

Laurien van der Graaff

Es wird Ende August, Anfang September, ehe sich die Klarheit einstellt. «Vorher war es ein Auf und Ab. Eine Woche hätte ich Ja gesagt, eine andere Nein. Da ging es erstmals gradlinig aufwärts.» Van der Graaff merkte: «Doch, das mache ich gerne. Es macht mir Spass, unterwegs zu sein.» Einfach gleich weitermachen wie bisher geht aber nicht.

Mehr Lockerheit, weniger eigener Druck

«Letztes Jahr war ich wie in einem Tunnel, war so fokussiert, dass ich eigentlich gar nicht merkte, was ich mache.» Erst im Nachhinein sei ihr klar geworden, was sie alles gemacht habe. «Was habe ich mir dabei gedacht? Gedacht habe

ich mir wahrscheinlich schon viel, aber nicht mehr auf mein Gefühl gehört. Das war eine grosse Lehre, deshalb nehme ich es jetzt ein bisschen lockerer.» Anders gehe es nicht.

Dabei hilft ihr, dass in diesem Winter kein Grossanlass ansteht. Die Davoserin will jedes Rennen für sich nehmen und sich nicht unter Druck setzen. Auch während eines Sprint-Wettkampfs will sie nun Lauf für Lauf nehmen und sich nicht bereits überlegen, wie sie mit möglichst wenig Energieaufwand in den Final kommen kann. Der Start in Kuusamo verlief mit der Viertelfinal-Qualifikation angesichts der herausfordernden Vorbereitung durchaus ansprechend.

Höhepunkte gibt es durchaus, nicht zuletzt die beiden Heimauftritte in Davos am Samstag und in Lenzerheide nach Weihnachten. Im Landwassertal weist van der Graaff zwei Final-Qualifikationen mit dem 5. Platz 2011 als Bestresultat auf. In Lenzerheide, wo die Tour de Ski startet, war sie 2013 Vierte und sie feierte vor zwei Jahren ihren ersten Weltcup-sieg. Auf konkrete Ziele und Resultate will sie sich aber nicht mehr fixieren. «Der Ehrgeiz ist momentan recht fern», versicherte sie vor einem Monat lachend. Wer Laurien van der Graaff ein bisschen kennt, ist aber sicher, dass dieser rechtzeitig wieder da sein wird.

Marcel Hauck, sda

Curling | Erfolgreiche 54. «Perle der Alpen» in Saas-Fee

Zermatt siegt klar

Hinter Silvaplana und Zermatt zählt dieser Curling-Event zum drittgrössten Open-Air-Turnier der Schweiz.

Da die letztjährige Austragung dem schlechten Wetter zum Opfer fiel, hoffte man in diesem Jahr auf Wetterglück am Fusse des Feegletschers. Und wie! Bei für diese Jahreszeit ungewöhnlich milden Temperaturen und klarem Himmel zeigten die 60 Mannschaften am letzten Wochenende ihr Können.

Die 15 Rinks Natureis, in unzähligen Nacht- und Morgenstunden von Otto Zengaffinen mit Unterstützung von Albert Bumann erstellt, befanden sich in bestem Zustand. Auch das Kameradschaftliche kam nicht zu kurz, konnte doch die Curler-Familie unter anderem am Freitagabend eine imposante, erlebnisreiche Fondue-Gondelfahrt geniessen und sich anschliessend vom Stimmungsmacher «Z'Hansrüedi» zum Mitsingen und Tanzen verleiten lassen.

Zermatt stellte die Weichen früh

Im Wettkampf stellte Zermatt mit Skip Markus Eggler und seinen Mitspielern Martin Schuler, Martin Kiefer, Rouven Welschen und Roland Müggler schon in der ersten Runde die Weichen. Gegen Uitikon (Knobel) resultierte ein 13:2. Auch



Sieger. Das erfolgreiche Zermatter Quintett mit Martin Kiefer, Markus Eggler, Roland Müggler, Rouven Welschen und Martin Schuler (von links).
FOTO ZVG

Ronco s/A. (Oberhänli), Kandersteg (Aegerter), Oberwallis Hallo (Heinzen) und der vierfache Sieger Samedan (Garaux) bissen sich an diesem Gegner die Zähne aus. Im Final erspielten sich die Zermatter gegen das Team Oberwallis Rosso Neri mit Skip Brechbühl ein 9:3 und wurden somit nach 2017 verdient zum zweiten Mal Sieger der «Perle der Alpen».

Nach der 4. Runde wurde gemäss der Gesamttrangliste gesplittet und die Teams der zweiten Tableau-Hälfte spielten um den «Allalin-Cup». Hier zwangen die Adelbodner mit Skip Björn Zryd, Rudi Hari, Ueli und Matthäus Jungen zu-

erst Samedan (Franziscus) und verbuchten anschliessend einen eindeutigen 14:3-Finalsieg gegen die Lenker mit Skip Bigler. **wb**

Weitere Oberwalliser Ränge «Perle der Alpen»: 2. Oberwallis Hallo (Heinzen). 4. Zermatt (Bayard). 6. Oberwallis Rosso Neri (Brechbühl). 13. Oberwallis Platzhirsch (Sterren). 20. Saas-Fee (Bumann F.). 23. Saas-Fee (Bumann N.). 30. Oberwallis (Henzen).

Weitere Oberwalliser Ränge «Allalin-Cup»: 4. Saas-Fee (Gottspöner). 13. Flamingo (Zurbriggen). 16. Oberwallis Surprise (Vogel). 22. Saas-Fee (Voide). 23. Spider Team (Imboden). 27. Oberwallis Lauber IWISA (Bumann).

Tennis | Gut besetzte Doppeltourniere in Brig-Gamsen

Etablierte Events

Im Tennis- und Squash-Center fanden die Doppeltourniere «Ladies first» und «Mens only» statt.

Beide Tagesturniere wurden von der neuen Centerleiterin Beti In-Albon organisiert. Die Frauenkonkurrenz fand bereits zum 18. Mal statt, was die Beliebtheit untermauert. Die Kategorie für die Herren hingegen fand zum vierten Mal statt, ist aber ebenfalls auf gutem Wege, sich zu etablieren.

In der Gruppenphase (zwei Gewinnsätze plus, wenn nötig, Champions Tiebreak) spielten zunächst alle gegen alle, und da qualifizierten sich jeweils die beiden Top-Duos je Gruppe für die Finalrunde. Im Spiel um Platz 1 setzten sich genannte In-Albon und Marion Vogel 6:4 und 6:0 gegen die Visperinnen Nicole Pfammatter und Tina Zimmermann durch. Noch klarer war das Verdikt im Spiel um Platz 3. Marisa Bregy und Patrizia von Däniken siegten mühelos (6:0, 6:1) gegen Mirjam Jossen und Tanja Schwärzler.

Vater/Sohn gewinnen bei den Herren

Mit demselben Modus wurde auch am zweiten Turniertag gespielt, dann hiess es allerdings «Mens only» mit 16 Teilnehmern. Stefan und Robin Pfammatter vom TC Simplon und das Turtmänner Duo Hans-Peter Fux/Dominique Metry setzte sich in seinen Gruppen



Turniersaison läuft. Der Grossteil der Teilnehmerinnen und Teilnehmer von «Mens only» und «Ladies first».
FOTOS ZVG

durch und schaffte den Einzug in das grosse Finale.

Dieses verlief spannend, beide Seiten hatten Chancen auf den Sieg. Vater und Sohn Pfammatter legten ein 6:4 vor, Fux/Metry reagierten mit einem 6:3 und damit war das Tiebreak entscheidend. Die Pfam-

matters gewannen dieses 10:4. Ebenso knapp verlief das kleine Finale zwischen dem TC-Simplon-Duo Manfred Jossen/Thomas Rüttimann und den Rarnern Egon Schmid/Arnold Berchtold. Dieses Match endete 6:4, 2:6 und 10:7 für Jossen/Rüttimann. **ada**