

Marco Odermatt denkt positiv und will nicht immer alles perfekt machen. Der 19-jährige Skirennfahrer ist überrascht, wie weit ihn das schon gebracht hat. **Von Ursina Haller**

Der Frechdachs

Marco Odermatt



Der Buochser ist Juniorenweltmeister im Riesenslalom und fuhr zum Start der Saison in Sölden überraschend auf den 17. Platz. Odermatt besucht die Sportmittelschule Engelberg und gehört dem B-Kader von Swiss Ski an.

Erfolg ist kein Glück (...) dranbleiben, anspannen, standhalten», tönt es durch die Kopfhörer, die Marco Odermatt unter der Mütze trägt. Abseits der Piste könnte man ihn wegen seiner lockeren Art und seines Kleidungsstils auch für einen Freestyler halten. Aber Odermatt steht vor seinem ersten Start am Weltcup in Sölden, und die Worte des deutschen Rappers Kontra K bringen ihn in jene Zone, in der er sich stark fühlt. So stark wie im vergangenen Februar etwa, als er an den Junioren-Weltmeisterschaften in Sotschi überraschend Gold im Riesenslalom gewann. Oder so stark wie an jenen Tagen in diesem Herbst, an denen er im Training in Saas Fee mit den Athleten der Nationalmannschaft mithalten konnte. Auch mit Justin Murisier, dem besten Schweizer Riesenslalomfahrer.

Als sich der Nidwaldner in Sölden nach 52 anderen Startern auf die Rennstrecke am Rettenbachgletscher stürzt, tut er das selbstbewusst. «Dass Murisier auf dem dritten Zwischenrang lag, hat mir einen enormen Schub gegeben. Ich wusste, dass auch ich mithalten kann, wenn ich Vollgas gebe», sagt Odermatt. Er beendete sein Debüt in Sölden auf Rang 17, als mit Abstand jüngster Fahrer in den Top 30.

«Bei mir ist bisher einfach alles gut gelaufen», sagt Odermatt. Seit der Vater, selber begeisterter Skifahrer und JO-Leiter, ihn als Kleinkind zum ersten Mal auf der Klewenalp auf die Ski stellte, ergab sich der Weg hin zum Skirennfahren für Odermatt automatisch. An den Wochenenden fuhren die Eltern mit Marco und seiner jüngeren Schwester Alina zu Kinderskirennen. Die Ausflüge mit der Familie, aber auch «die coole Truppe, die wir damals im Skiverband Nidwalden waren», weckten Odermatts Begeisterung für den Skisport. In der Trainingsgruppe Nidwalden hätten sie stets polysportiv trainiert, auch einmal Tennis oder Fussball gespielt, das habe ihm gefallen. «Wir konnten uns austoben, im Winter wie im Sommer. So kam ich nie auf die Idee, einem anderen Sportklub beizutreten.» Als er seine ersten Erfolge auf Juniorenstufe hatte, war für Odermatt klar, dass er das Skifahren zum Beruf machen wollte. «Nur das kann ich mir im Moment vorstellen.»

Dass er diesem Traum schon als Teenager so nahe sein würde, hätte Odermatt nie erwartet. Dabei schliesst er erst im nächsten Sommer die Matura an der Sportmittelschule Engelberg ab. Vor zwölf Monaten noch war die Teilnahme an der Junioren-WM das grosse Ziel - Odermatt war entsprechend überrascht von sich selber, als er mit zwei Medaillen aus Sotschi zurückkehrte. Neben seinem Sieg im Riesenslalom gewann er im Super-G eine Bronzemedaille. Als er im vergangenen März als Juniorenweltmeister am



Marco Odermatt hat die Balance zwischen Unbeschwertheit und Fokussierung gefunden. (Sölden, 23. Oktober 2016)

Weltcup-Finale in St. Moritz starten durfte und beim Riesenslalom im zweiten Lauf die achtbeste Zeit fuhr, fühlte er sich ähnlich. Und nun wieder eine positive Überraschung in Sölden. «Vor einem Jahr lag ich noch auf Platz 450 der Weltrangliste, nun bin ich die Nummer 50 im Riesenslalom. Das kann ich kaum glauben», sagt Odermatt.

Daraus, dass er Jahr für Jahr weitergekommen ist, vom ersten Sieg am Migros-Grand-Prix vor rund zehn Jahren bis hin zum jüngsten Exploit im Weltcup, schöpft Odermatt Motivation. Es scheint, als sauge er Positives geradezu auf, um selbstbewusster zu werden. Rückschläge blendet er einfach aus. Dass er es im Europacup noch nie unter die besten 30 schaffte, bleibt etwa unerwähnt. «Als Sportler muss ich von dem, was ich bereits erreicht habe, profitieren», sagt Odermatt. Auch als es in diesem Sommer im Krafttraining darum ging, ans Limit zu gehen, an Körpermasse zuzulegen, holte er

die positiven Bilder der vergangenen Saison hervor, um sich anzuspornen. Seine konstruktive Art sei das, was Odermatt auszeichne, sagt sein Trainer Erich Schmidiger, der ihn im B-Kader von Swiss Ski betreut. Wohl auch, weil er bisher von Verletzungen verschont geblieben sei, habe Odermatt die für junge Athleten so wichtige Balance zwischen Unbeschwertheit und Fokussierung gefunden. «Marco ist ein Frechdachs. Er hat nicht den Anspruch, alles perfekt zu machen. Gleichzeitig weiss er genau, wann er vollen Einsatz geben muss, um vorwärtszukommen.» Das zeige sich in seinem Fahrstil. Odermatt habe einen «brutalen Instinkt», wenn es darum gehe, den Ski talwärts zu richten. Entsprechend sehe er bei ihm auch ein grosses Potenzial in den Speed-Disziplinen, sagt Schmidiger.

In der kommenden Saison hat Odermatt deshalb vor, an den Europacup-Rennen auch im Super-G und in der Abfahrt Fuss

Es scheint, als sauge Marco Odermatt Positives geradezu auf, um selbstbewusster zu werden. Rückschläge blendet er einfach aus.

zu fassen. Im Riesenslalom werden vereinzelt Einsätze im Weltcup dazukommen. Für seinen Werdegang inspirieren lässt sich Odermatt von seinem bisher einzigen Vorbild - Didier Cuche. Wenn dieser an einem Rennen nicht reüssierte, kamen Odermatt als Bub die Tränen. So intensiv fiebert er heute mit niemandem mehr mit. Auch wenn er den Grossen seines Sports, etwa dem Franzosen Alexis Pinturault, sehr genau zuschaut - mittlerweile konzentriert sich Marco Odermatt vor allem auf seine eigene Karriere.

Die Sportwoche Von Benjamin Steffen

Traumberuf: Spitzensportler – ein Erfahrungsbericht

Ich erlebe gerade eine Selbstfindungsphase. Meines Erachtens ist sie nichts als normal, obwohl es Gefühle sind, die ich vorher nicht gekannt habe. Nach der Medaille an den Olympischen Spielen waren das Ziel und der Traum einfach weg. Ich hatte selber nicht gehaut, was dieser Erfolg mit mir machen würde, aber ich fiel wie in ein Loch. Ich nenne es den Olympia-Blues.

Plötzlich hörte ich all diese Stimmen, die mir wochenlang gesagt hatten, ich sei die Person, die künftig gejagt werde. Es machte mich nachdenklich und nervös, ich fühlte mich gehetzt, und ich dachte mir: «Leck mich.» Das Umfeld hegte gewisse Erwartungen, ich hätte liefern müssen und lieferte nicht, das war nicht einfach. Aus welchen verreckten Gründen auch immer wollten mir die Ärzte und mein Team kein grünes Licht mehr geben. Sie sagten: Es ist genug nach den letzten paar Wochen. Es war auch ein Kampf gegen den eigenen Körper. Ich



«Die Wettkampfpause gibt mir erstmals über längere Zeit viele Fixtage»: Roger Federer hat endlich Zeit zum Wandern.

musste an meine Grenzen gehen oder diese sogar hinausschieben. Denn es geht immer auch darum: den anderen nicht zu zeigen, wie du leidest. Ich gehe jeden Tag ans Limit, stundenlang. Aber auch wenn ich in einer Woche 1000 Stunden trainiere, habe ich keine Garantie, dass ich gewinne. In jeder Sportart gibt es Leute, die es nicht nach oben schaffen. Man muss all die Opfer bringen, ohne sofort Resultate zu erwarten.

In den letzten zwei Jahren trat ich nur mit Schmerzmitteln an. Und natürlich gibt es Abnützungerscheinungen, das Knie war ein solcher Fall. Als auch noch der Rücken zwickte, zog es mich vollends in den Sumpf. Diese Situation war schwierig, ich hatte noch nie mit einem solchen Knie Wettkämpfe absolvieren müssen. Schon vor acht Jahren hatte ich Probleme, die Ärzte sagten: Diesem Knie geht es nicht gut. Aber eine Woche später waren die Probleme weg. Mit Rückenproblemen allein kann ich umgehen. Ich

nehme immer wieder gewisse Dysbalancen wahr - und wenn's so weit ist, müssen Chiropraktiker oder Osteopath einfach kurz die Wirbel knacken lassen. Auch mein rechtes Schlüsselbein spüre ich regelmässig und manchmal den rechten Sitzmuskel, zum Beispiel, wenn ich beim Duschen dehne.

Die Wettkampfpause gibt mir erstmals über längere Zeit viele Fixtage. Ich weiss genau, wann ich mit Kollegen zum Essen abmachen oder wann ich wandern könnte. Ich kann wirklich einmal organisiert leben. Aber ein Leben ohne Spitzensport ist für mich unvorstellbar, es geht sicher weiter.

Dieser Text basiert ausschliesslich auf Zitaten und Erlebnissen von Schweizer Spitzensportlern, wie sie seit Mitte Oktober in hiesigen Zeitungen zu lesen waren. In den Hauptrollen: Daniela R., Giulia S., Lara G., Fabian C., Fabian K., Marc B., Marco C., Roger F., Stan W. (Namen der Redaktion bekannt).