

Saisonbericht 2021/22

28 Wettkämpfe, 283.5 Kilometer gelaufen und 363 Schüsse habe ich geschossen, davon immerhin 309 getroffen, heisst 85 % Trefferquote und 40. Rang Gesamtweltcup. Das sind die Zahlen der vergangenen Saison. Viel Spass beim Lesen.

Geprobt wurde wieder in Idre Fiäll (SWE). Mit zwei Selektionsrennen und internationaler Konkurrenz wurden die fünf besten Herren gesucht, welche die Schweiz zu Beginn im Weltcup vertreten sollten. Mit zwei guten bis sehr guten Wettkämpfen konnte ich mich für das Team qualifizieren. Mein erstes Saisonziel war damit schon erreicht.

Die erste Station, Oestersund, eine Premiere für mich. Ich fand mich mit den kalten Temperaturen und der Strecke schnell zurecht und startete gut in diesen Weltcupwinter. Bereits im dritten Rennen konnte ich mir mit dem 22. Rang im Sprint die halbe Olympiaquali holen. Es wäre eine tolle Ausgangslage für den Verfolger gewesen. Diesen musste ich dann aber aus gesundheitlichen Gründen sausen lassen. Nachdem ich am Tag zuvor bereits leicht angeschlagen die Staffel gelaufen bin, erwischte mich eine Erkältung über Nacht. Mein Körper meinte es dann auch in Hochfilzen nicht gut mit mir. Die Erkältung von Oestersund überwunden, lief alles nach Plan für einen schnellen Wiedereinstieg. Die Beine fühlten sich im Auftakttraining gut an und ich war zuversichtlich, an die Leistungen von vergangener Woche anknüpfen zu können. Am Wettkampftag erwachte ich mit Bauchschmerzen und verbrachte die Zeit bis zum Frühstück auf dem Klo. Probieren wollte ich es trotzdem. Nach dem Anschliessen war dann allerdings Schluss und ich musste mir eingestehen, dass es so keinen Sinn machte. Pünktlich zur Staffel war ich dann wieder fit und konnte Benji mit einer guten Ausgangslage auf seine Runde schicken.

Die nächsten drei Standorte brachten mir eher Verzweiflung und Schmerzen als Glücksgefühle. Zwar waren in Le Grand Bornand endlich wieder Zuschauer zugelassen, so richtig geniessen konnte ich es aber nicht. Auch nach Weihnachten ging es wie schon im letzten Jahr zähflüssig weiter. Mit Oberhof kann ich hoffentlich im nächsten Jahr, bei der WM, Frieden schliessen. Ich will unbedingt daran arbeiten, auch nach der Weihnachtspause wieder voll dabei zu sein. Wir werden das sicherlich analysieren und Lösungen finden. Die erste Aufwärtstendenz zeigte sich dann in Ruhpolding bei der Staffel. Das gab mir wieder etwas Mut.

Der kurzfristige Einsatz in Antholz war sicher einer meiner Saisonhighlights. Nachdem ich eigentlich nur für die Staffel zum Zug kommen sollte, bereitete ich mich mit Training darauf vor. So auch vor dem Einzel. Geplant war ein relativ hartes Intervalltraining am Morgen. Joscha und ich konnten uns dann aber nicht so zügeln, es eskalierte ein wenig und war härter als geplant. Meine Aussage nach dem Training, «zum Glück muss ich heute nicht laufen», war dann auf Grund dessen was folgte, recht ironisch. Auf dem Weg ins Hotel erhielt ich einen Anruf vom Trainer. Jeremy war ausgefallen und ich könne den Startplatz haben, falls ich will. Ich entschied mich dann zu laufen. Kurz noch eine Portion Reis reingedrückt, verspätet zum Anschliessen, ohne Einlaufen und ohne Druck ging ich an den Start. Der 26. Rang kann sich sehen lassen und ich war super zufrieden mit meiner Leistung.

Und schon waren wir in Peking. Resultatmässig hätte es sicher besser laufen können. Der 8. Rang mit der Mixed-Staffel sowie der Sprint waren sicher gute Rennen. Es wäre aber bei beiden mehr drin gelegen. In der Männerstaffel haben wir uns auch deutlich unter Wert verkauft. Es war zwar lustig das Rennen mal anzuführen, aber mir ging dann so schnell die Puste aus, dass es auf der letzten Runde einfach nur weh tat.

Es war das erste Mal Olympia, ich kann trotzdem viele Erfahrungen mitnehmen und in vier Jahren besser machen.

Im letzten Trimester folgte dann ein kleiner Durchbruch. Mit viel Sicherheit am Schiessstand und einer Leistungssteigerung auf der Loipe gelang mir in allen Rennen ein Rang in den Punkten. In Kontiolahti mit Rang 15 und 18 sogar zweimal in den Top 20.

In Otepää, wo ich schon mal eine JWM bestritten hatte, konnte ich auch meinen ersten Massenstart bestreiten, qualifiziert sind die ersten 25 des Gesamtweltcups, sowie die 5 Punktbesten der Woche. Mit dem 22. Rang im Sprint konnte ich mir einen Startplatz sichern. Die Stimmung war überwältigend und in diesen Momenten wurde mir klar, wofür ich das Ganze mache. Da sich die Pandemie nun langsam dem Ende zuneigt, werden wir diese Emotionen hoffentlich an allen Standorten erleben. Bald auch in der Schweiz...

Der in Oslo erwartete krönende Abschluss war es dann nicht ganz. Zwar hatte ich mit dem Sprintrennen gezeigt, dass ich noch immer in einer guten Laufform war, leider patzte ich dann aber am Schiessstand. Mit den Rängen 31 und 36 schloss ich meine Saison ab.

Gerne wäre ich natürlich noch den Massenstart gelaufen, aber so hatten wir mehr Zeit, Benji bei seinem letzten Weltcuprennen im Ziel zu empfangen.

Das war's dann auch schon. Wie im letzten Jahr hatte ich es nicht geschafft, bei den Schweizermeisterschaften teilzunehmen. Covid-19 hat mich zum zweiten und hoffentlich letzten Mal erwischt. Es hätte aber auch deutlich schlimmere Zeitpunkte geben können. Ich schliesse die Saison auf dem 40. Rang im Gesamtweltcup ab und bin damit mehr als zufrieden. Mit vielen neuen Ideen und einem klaren Ziel vor Augen geht's jetzt in die Erholungsphase, bevor ich schon bald voll motiviert ins Sommertraining starte.

An dieser Stelle bedanke ich mich ganz herzlich bei allen, die mich in diesem Jahr unterstützt haben. Besonders bei meinem langjährigen Sponsor, der Holzbau Mettlen GmbH. Ich hoffe, auch in Zukunft auf euch alle zählen zu können.