

Auf dem schmalen Grat ist Geduld gefragt

Emily Schneider im Alpencup der Kombinierrinnen auf Platz acht und elf, sieht sich aber längst nicht am Limit

Von Florian Runte

Seefeld in Tirol. Ihre ersten Wettkämpfe auf internationaler Ebene seit Sommer 2019 hat die Nordische Kombinierrin Emily Schneider vom SC Rückershausen am Wochenende beim Alpencup in Seefeld mit Platz acht und elf jeweils im vorderen Mittelfeld abgeschlossen. Acht Nationen waren Samstag und Sonntag in der Casino-Arena im österreichischen Seefeld beteiligt.

Was sich im Herbst schon angedeutet hatte, bestätigte sich auch diesmal: Während Schneider vor ihrer langen, vom Pfeifferschen Drüsenfieber verursachten Zwangspause ihre starke Disziplin in der Loipe hatte, ist es nun andersherum: Auf der Schanze ist Schneider vorne dabei, auf Langlaufski muss sie Federn lassen. „Ich habe mein bestes gegeben und gezeigt, was ich beim Springen kann. Ich war insgesamt zufrieden“, sagt die 17-jährige Rückershäuserin.

Ein gutes Timing und viel Kraft beim Absprung mündeten bei ihr in eine gute Sprunghöhe, was ihr auf



Auf der Schanze passt es: Die Nordische Kombinierrin Emily Schneider vom SC Rückershausen beim Skisprung in Aktion.

ARCHIVFOTO: JAN SIMON SCHÄFER

der Toni-Seelos-Olympiaschance (K99) Weiten von 88,0 Metern (trotz viel Rückenwinds) am Samstag und 95,0 Metern am Sonntag bescherte. Damit startete sie jeweils von Platz 5 aus in die zweite Teildisziplin, den Skilanglauf. Hier blieb ihr an beiden Tagen jedoch nur die 20. Laufzeit im Feld unter 23 Starterinnen, dementsprechend gingen Positionen verloren. Vor allem in den steilen Anstiegen tat sich die Wittgensteinerin schwer.

Seuchenjahr wirkt lange nach

„Nach den Sprüngen ist es schon schade, nicht vorne dabei zu sein. Aber es ist ein Ansporn, viel zu trainieren, damit ich beim Lauf wieder überholen kann statt überholt zu werden“, sagt Schneider. „Wenn ich trainiere, trainiere und trainiere, kann ich die Defizite wettmachen.“

An Fleiß und Disziplin mangelt es nicht, wohl aber Kontinuität im Training. Neben der „großen“ Delle durch das Drüsenfieber bremsen auch Sturzverletzungen, ein Handbruch in der Freizeit, eine Corona-Quarantäne und zuletzt eine Erkältung immer wieder die Fortschritte.

Terminlage ist völlig unklar

■ Der **Deutsche Schülercup** der Kombinierer in Rastbüchl wurde kürzlich wegen Corona abgesagt. Auch der **Continental-Cup** der Hauptklassen, für Anfang Januar in Estland geplant, ist wegen der Pandemie gestrichen worden.

„Ohne dieses Seuchenjahr wäre Emily vorne dabei. Was sie läuferisch kann, hat sie ja schon gezeigt. Da ist sie bei weitem noch nicht wieder“, sagt SCR-Trainer Thomas Wunderlich, der seinen Schützling aber zur Geduld mahnt.

„Wichtig ist, ab dem Frühjahr wieder einen guten Aufbau hinzubekommen. Jetzt ist das nicht schnell aufholbar. Man muss ja auch aufpassen, dass man nicht zu viel macht.“ Sich mit einer durch Überbelastung verursachten Krankheit den nächsten Rückschlag einzuhandeln, soll vermieden werden. Andererseits soll es schon in der laufenden Saison noch ein Stück wei-

■ Wann es für die „Kombinierten“ weiter geht, ist offen. Mitte Januar ist ein **Deutschlandpokal** geplant. Der Termin und Austragungsort stehen noch nicht fest. Klar ist nur: Sachsen scheidet als Gastgeber aktuell aus.

ter nach vorne gehen. Auch wenn es im Ausdauersport eine Binsenweisheit sein mag: Die Dosierung der Belastung ist ein schmaler Grat.

Dynamische Entwicklung

Nicht leichter wird es dadurch, dass sich auch die Konkurrenz in Gänze dynamisch entwickelt, wie Schneider feststellt. Das Niveau sei gestiegen. „Dadurch, dass es jetzt einen Weltcup für Frauen gibt, wird in allen Ländern mehr investiert. Man merkt es jetzt schon“, spürt Schneider einen gewissen Leistungsdruck. Was sie nicht negativ verstanden wissen will: „Es ist ja schön, dass es diese Entwicklung gibt.“

„Dadurch, dass es jetzt einen Weltcup für Frauen gibt, wird in allen Ländern mehr investiert.“

Emily Schneider, Nordische Kombiniererin, freut sich über die Entwicklung in ihrer Sportart.

Wie viel ein jahrelanges, kontinuierliches Training wert ist, zeigt regelmäßig Emily Schneiders Vereinskamerad Mika Wunderlich, der in Seefeld sein Debüt beim Alpencup der Junioren gab, für das er sich mit dem Sieg beim J16-Deutschlandpokal am Montag an gleicher Stelle qualifiziert hatte. Dass bei den Älteren die Trauben höher hängen und es hier in beiden Disziplinen passen muss, bekam der Volkholzer deutlich aufgezeigt.

Nach einem verkorksten Sprung auf 79,0 Meter ging er als Vorletzter in die Loipe, wo er in 17:03 Minuten über 10 Kilometer die zehntbeste Zeit lief – wohlgermerkt in einem

fünf Jahrgänge umfassenden Feld, in dem der 15-Jährige zu den allerjüngsten gehörte. Doch selbst die prima Laufleistung brachte nur eine Verbesserung um zwei Positionen auf Rang 50. Der Winterberger Leonard Kersting wurde Zweiter hinter dem Österreicher Samuel Lev.

Mika Wunderlich auf Rang 47 und 43

„Ich war ja zum Lernen hier“, harderte Wunderlich nicht mit sich. Nachdem er beim Skisprung am Samstag zu viel wollte und sich so weit über die Ski beugte, dass Auftrieb verloren ging, klappte es im Wettkampf am Sonntag mit 92,5 Metern bzw. Rang 47 schon deutlich besser. Auf der 5-Kilometer-Kurzstrecke kam seine läuferische Stärke aber etwas weniger zum Tragen (27. Laufzeit). Unterm Strich stand Rang 43, womit er 16 Läufer hinter sich ließ.

„Damit war ich erstmal ganz zufrieden“, sagte Mika Wunderlich. Er ergänzte: „Es war ganz interessant zu sehen, wie die anderen aus anderen Ländern drauf sind. Jetzt muss ich so weiter machen.“