

Sport

Schwitzen im Kraftkeller statt fliegen in der Pipe

Snowboard David Hablützel muss vorerst auf Wettkämpfe verzichten, sein im letzten Winter erlittener Kreuzbandriss zwingt ihn dazu. Der Olympionike aus Zumikon steckt diesen Rückschlag auf seine Art weg.

Dominic Duss

Als Pechvogel lässt sich er sich zwar gar nicht gern bezeichnen, doch David Hablützel ist eben einer. Denn kein anderer Topathlet aus dem Snowboard-Team von Swiss-Ski erlebte in den vergangenen Jahren eine derartige Verletzungsoydssee. Immer wieder warfen schwere Blessuren den Freestyler aus Zumikon zurück, jedes Mal rasselte er sich wieder auf. Auch in diesem Winter muss der 26-Jährige unten durch. «Wieder einmal kam alles anders, als geplant», seufzt er.

Seit 2013 ist er Snowboard-Prof. Von den Olympischen Spielen 2014 in Sotschi (RUS) brachte Hablützel ein Diplom heim, er landete in der Halfpipe überraschend auf Rang 5. Wegen einer Gehirnerschütterung musste er vier Jahre darauf kurzfristig auf seine Olympia-Teilnahme in Pyeongchang (KOR) verzichten. Er steckte diesen Rückschlag weg, kämpfte sich erneut auf Top-Niveau zurück.

Hablützel erfüllte die A-Limite für die auf den letzten Winter verschobenen Olympischen Spiele in Peking. Er richtete seinen Fokus voll und ganz darauf aus, studierte einen neuen Trick ein. Doch rund zwei Monate davor verletzte er sich erneut. Während der Saisonvorbereitung erlitt der Zürcher Mitte November 2021 einen Kreuzbandriss am rechten Knie, das er schon zweimal hatte operieren müssen.

Ein Rückschlag nach dem anderen

Trotzdem entschied sich Hablützel, in China zu starten. Das war nur dank aufs verletzte Knie ausgerichteten Stabilitätsübungen und Sprungtrainings möglich, so kam er vorerst um eine Operation herum. Der Wettkampf wur-



Verbringt diesen Winter mehr Zeit im Krafraum als im Schnee: David Hablützel muss sich sein Comeback hart erarbeiten. Foto: PD

de für ihn zur Zerreihsprobe. Im ersten Lauf verlor er die Kontrolle über seinen Körper und fiel nach einem Fahrfehler derart aus dem Konzept, dass er abbrechen musste. Im zweiten Durchgang zerbrach Hablützel am Druck, den er sich selber auferlegte. Nichts gelang ihm. Im Ziel übermannten ihn die Emotionen, Tränen kullerten über sein Gesicht. «Ich habe versagt, ausgerechnet am Tag X», hielt er einige Tage darauf in seiner Kolumne «Mit Dave on Board nach Peking» fest.

Rund elf Monate später sitzt Hablützel in einem Café in Zürich und blickt auf den 9. Febru-

ar 2022 zurück. «Irgendwie musste alles so kommen», sagt er. «Ich wäre so bereit gewesen, wollte aber zu viel.» Tempi pasati, er hat sich mental wieder gefangen. «Familie und Freunde waren dabei sehr hilfreich.» Nun muss der Olympionike einen nächsten Dämpfer verkraften. Im Frühling liess er sein Knie operieren, der Eingriff verlief reibungslos. «Ich war optimistisch, auf diesen Winter hin wieder fit zu sein.» Es kam anders.

Nach zehn Monaten zurück im Schnee

Weil seine Bänder nicht richtig zusammenwachsen, musste sich

Hablützel im Sommer noch einmal unters Messer legen. «Die Rehabilitation zog sich dann in die Länge», schildert er. Der Snowboarder stand kurz davor, seine Karriere zu beenden. «Es gab Momente, in denen ich mir das überlegte.» Im November erreichte ihn die nächste Hiobsbotschaft: «Der Arzt meinte, dass ich in diesem Winter gar nicht aufs Brett kann.»

Ein anderer hätte nach drei Kreuzbandrissen und fünf Knieoperationen wohl seinen Rücktritt gegeben. Doch der Zumiker ist ein Stehauf-Männchen: «Ich versuche wie immer das Positive zu sehen und orientiere mich daran.» Dank Physiotherapien

und gezieltem Krafttraining konnte er früher als erwartet auf die Piste zurückkehren. «Ende Dezember war es endlich soweit, so lange musste ich noch nie pausieren», schildert er strahlend. Anfang Jahr wagte er sich sogar in die Halfpipe. «Was für ein Gefühl!!»

Am Laax Open für einmal nur Zuschauer

Nun tastet sich Hablützel wieder heran, «in ganz kleinen Schritten». Die Aufbauphase in diesem Winter will er nutzen, um an den «Basics» wie dem Fahren zu feilen. «Es ist fast so, wie wenn ich alles nochmals lerne», erklärt er.

Das Üben von Tricks in der Halfpipe bleibt für ihn vorläufig tabu, umso mehr Zeit verbringt er im Kraftkeller und in der Physiotherapie. «Läuft alles rund, kann ich Ende Saison vielleicht noch einen Wettkampf bestreiten.» Am 20. und 21. Januar nicht am Laax Open – «mein Lieblingsevent, weil jeweils Familie und Freunde dabei sind» – starten zu können, fällt ihm enorm schwer.

Hablützel muss sich für sein Comeback Zeit lassen. Er ist überzeugt: «Bin ich gesund und richtig eingestellt, geht auf dem Snowboard noch viel.» Die Heim-WM 2025 in St. Moritz hat er sich als Fernziel gesteckt. «Ein Stern am Himmel, an dem ich mich orientiere», sagt er dazu.

Vorträge zum Thema Resilienz

Es ist erstaunlich, wie Hablützel mit all seinen Rückschlägen umgeht. Während seiner Zwangspause hielt er in Unternehmen Vorträge zum Thema Resilienz und will dies künftig weiter tun. «Wenn jemand weiss, wie man ein Tief überwinden und gestärkt wieder zurückkehren kann, dann ich», sagt der Zumiker. Dazu drehte er einen kurzen Dokumentar-Film. Zudem kniete er sich in die Bachelorarbeit seines Volkswirtschaftslehre-Studiums, bald soll sie vollendet sein.

Viel Zeit investierte Hablützel auch in seine Teal Project GmbH, die er 2019 mit einem Freund gründete. Diese produziert und vertreibt Sportsocken aus Ozeanplastik. «Die Nachfrage steigt stetig und wir haben neue Ideen in der Pipeline», verrät der Olympionike. Und erstmals seit über zehn Jahren verbrachte er Weihnachten daheim. Es ist für ihn in vielerlei Hinsicht ein abnormaler Winter.

Warum der Abstieg kein Malheur wäre

Badminton Das NLA-Team aus dem BC Adliswil startet auf dem Abstiegsplatz in die zweite Saisonhälfte. Sind die Sihltaler noch zu retten? Kaum. Doch für die Zukunft ist vorgesorgt.

Sechs Punkte beträgt der Rückstand auf den ersten Nicht-Abstiegs-Platz. In der Vorrunde ist dem Team noch kein Sieg gelungen. Geschieht kein Wunder, muss die erste Equipe aus dem Badminton Club Adliswil im Herbst nach nur einer Saison in der Nationalliga A wieder in der zweithöchsten Spielklasse antreten. Die beiden Spitzenspieler, die Trainerin und der Teammanager sind sich aber sicher: Das Jahr ganz oben war ein Gewinn – egal wie viele Niederlagen es absetzte.

«Adliswil war der richtige Entscheid»

«Ich hatte persönlich ein sehr gutes halbes Jahr», analysiert Julien Scheiwiller. Er habe keine Verletzungssorgen gehabt wie letzte Saison und habe gut trainieren können, erklärt er. Der 23-Jährige gewann 5 seiner 7 Einzel und rückte in die Top 200 der Welt vor. Auch der BC Adliswil hat seinen Anteil an Scheiwillers Vorrücken: Der Nationalspieler war im Sommer ins Sihl-

tal gekommen, um in der NLA nicht mehr nur auf Position 3 antreten zu können wie zuvor in seinem Stammclub Uzwil.

«Ich merkte schnell, dass ich mich in Adliswil wohl fühle», sagt Scheiwiller. «Adliswil war der richtige Entscheid. Die ersten vier Matches haben wir gut gespielt, aber vier Mal knapp 3:5 verloren. Danach hatte ich das Gefühl, dass uns noch etwas fehlt. Um zu gewinnen, müssen wir alle am Limit spielen.» Was, wenn Adliswil absteigen würde? «Dann müsste ich mit dem Club reden. Denn es ist klar, dass ich die Möglichkeit brauche, um mich mit sehr guten Spielern zu messen.»

«Jedes Nationalliga-A-Weekend ein Gewinn»

Letzte Saison, in der NLB, war Franca Schmid eine Gewinnerin gewesen. In der NLA aber hat sie das Spielfeld erst ein Mal als Siegerin verlassen: Am 8. Oktober, nach dem Damen-Doppel gegen Tifers-Fribourg an der Seite von Spielertrainerin Soraya De Visch



Erst in der Nationalliga B eine Gewinnerin: Franca Schmid vom BC Adliswil. Foto: Stefan Kleiser

Eijbergen. Im Einzel setzte es sechs Niederlagen bei sechs Einsätzen ab. «Aber wir haben ein cooles Team. Alle sind positiv. Die besseren Spieler sind ganz normal und gehen mit uns um, als

wären wir gleich gut», versichert die Wirtschaftsstudentin, die in der NLA debütierte. «Jedes einzelne Nationalliga-A-Weekend war ein Gewinn.»

Vor der Saison, gesteht Franca Schmid, im vergangenen Februar Gewinnerin einer Bronze-Medaille an der Schweizer Meisterschaft im Damen-Doppel, habe sie keine Ahnung gehabt, was sie in der NLA erwarte. «Niemand hat das gewusst. Dann haben wir immer 3:5 verloren – und gemerkt, dass wir dran sind.» In der Rückrunde will sie gegen die Schweizer Topspielerinnen besser abschneiden. «Die haben schon einen anderen Speed drauf. Aber vielleicht hatte ich auch zu viel Respekt.»

«Wir haben sie ins kalte Wasser geworfen»

«Viele Spiele gingen nur verloren wegen der fehlenden Erfahrung», hat Trainerin Soraya De Visch Eijbergen beobachtet. Sie musste oft ein noch jüngerer Team nominieren als vorgesehen, da die erfahrenen Doppel-

Spezialisten Marcus Ellis und Lauren Smith verletzt ausfielen. Geplant war, dass sie fünf Mal anreisen. Bisher liefen sie aber noch nicht für Adliswil auf. Also mussten Spieler ran, die nicht einmal in der NLB viel Erfahrung gesammelt hatten. «Wir haben sie ins kalte Wasser geworfen.»

Einige seien vielleicht ein Jahr zu früh in der Nationalliga A gekommen, sinniert die Trainerin. «Viele von aussen sehen aber nur das Ergebnis, nicht ihre Entwicklung. Sie haben die Niederlagen gut verkraftet. Denn sie hatten ja individuelle Ziele.» Die weitere Entwicklung der Spielerinnen und Spieler bei einem allfälligen Abstieg sei nicht gefährdet. «Sie könnten mit einer Lizenz Plus immer noch für einen Verein in der Nationalliga A spielen.» Ohne den BC Adliswil zu verlassen.

«Wäre Sport planbar, wäre er langweilig»

Weil der Verein immer plante, den jüngeren Spielern im Kader auch in der höchsten Spielklasse Einsatzzeit zu gewähren,

sorgten die Verantwortlichen vor. «Wir haben die jungen Spieler schon vor der Saison gefragt, ob sie bleiben würden, wenn wir wieder aus der Nationalliga A absteigen würden», verrät Teammanager und Clubpräsident Martin Suter. «Sie werden alle bleiben.» Hätten sie anders geantwortet, lässt er durchblicken, hätte der Verein vielleicht auf den Aufstieg verzichtet.

«Ich glaube aber immer noch daran, dass wir in der Nationalliga A bleiben können. Mit drei Siegen bist du wieder bei den Leuten.» Bei nur noch sieben Partien hänge aber einiges von diesem Wochenende ab, an dem zwei Begegnungen anstehen. Die Aufholjagd beschleunigen soll David Daugaard, 28, vor fünf Jahren die Nummer 19 der Welt im Herrendoppel. Er war schon 2019/20 für Adliswil lizenziert. Negative Gedanken? Fehlanzeige. «So ist eben der Sport», sagt Suter: «Wenn er planbar wäre, dann wäre er langweilig.»

Stefan Kleiser