

Finalteilnahme das grosse Ziel an der EM

Für Liechtensteins Duett Lara Mechnig und Marluce Schierscher ist die EM in Budapest der letzte Wettkampf vor der Olympia-Qualifikation.

Gary Kaufmann

Schon vor einem Monat haben die Schaaner Synchronschwimmerinnen an der World Series in Ungarn eine gute Leistung gezeigt. Nun wollen sie nächste Woche an der EM (10. bis 15. Mai), die im selben Hallenbad stattfindet, den Aufwärtstrend fortsetzen. Dieses Mal haben sie den Vorteil, dass sie das Schutz- und Testprozedere rund um Corona in den Anlagen vor Ort bereits kennen. Ab dem 17. Mai werden dann die «Schnellschwimmer» Christoph Meier und Julia Hassler ihre Wettkämpfe dort austragen.

Als Solistin möchte Lara Mechnig einen Top-10-Platz erreichen, im Duett mit Marluce Schierscher wird der Einzug in ein Finale angestrebt. «Das wäre ein historisches Resultat, denn bisher hat es Liechtenstein noch nie ins Finale einer EM geschafft», betont Trainerin Francesca Zampieri. Mit mehr als 80 Punkten im technischen und 81 Punkten im freien Duett wären sowohl sie als auch ihre Athletinnen extrem zufrieden. Ein weiteres Ziel lautet, sich vor den Deutschen zu klassieren.

Trainingslager in Mailand mit Juniorinnenteam

Gestern ist die Liechtensteiner Delegation in Budapest angekommen. Zur Vorbereitung auf



Lara Mechnig und Marluce Schierscher mit ihrer Trainerin Francesca Zampieri (Mitte).

Bild: zvg

die EM wurde im Vorfeld mit dem Juniorinnenteam ein Trainingslager in Mailand absolviert, weil sie dort mehr Wasserzeit zur Verfügung hatten. Die Italienerin berichtet: «Das Training in der grösseren Gruppe hat uns gefreut, das hat Lara und Marluce sehr geholfen. Wir waren nur von Sonntag bis Mittwoch dort, aber sie haben jeden Tag einen weiteren Schritt nach vorne gemacht.»

Die EM nimmt an sich schon einen hohen Stellwert ein, ist zusätzlich die Generalprobe für das Olympia-Qualifikationsturnier. Anders als ursprünglich vorgesehen, wird das Duett um die noch nicht vergebenen Tickets Mitte Juni in Barcelona ausgetragen. «Wir sind bald am Ende unseres langen und erfolgreichen Wegs», grinst Zampieri. Sie ist felsenfest davon überzeugt, dass sich Mechnig und Schierscher gegen die Konkurrentinnen durchsetzen werden: «Am Ende wird aus meiner Sicht die mentale Stärke entscheiden. Und da sind meine Mädchen einfach zwei Maschinen.» Gelingt den beiden die Olympia-Qualifikation, wäre dies eine Premiere für Liechtenstein.

Ende Mai wird Liechtensteins Duett die Resultate des fünften Meetings der World Series 2021 erfahren. Ihre Kür hierfür wurde bereits gefilmt

und bei den Organisatoren in Kanada eingereicht; es handelt sich um eine virtuelle Veranstaltung. Ausserdem ist noch eine Einheit mit der russischen Erfolgstrainerin Olga Pylypchuk geplant, die schon drei Duette zu den Spielen führte und mit der sich Zampieri regelmässig austauscht. Anschliessend wartet das Flugzeug gen Barcelona. Sie reisen gut eine Woche vor ihrem Einsatz an. Somit ist genügend Zeit vorhanden, um sich vor Ort auf den entscheidenden Wettkampf vorzubereiten.

Impfen erst nach dem Quali-Turnier ein Thema

Wie alle potenziellen Kandidaten an den ersten Olympischen Spielen während einer globalen Pandemie müssen sich die Schaanerinnen gut überlegen, ob und wann sie eine Spritze möchten. Anders als bei Julia Hassler, die ihr Ticket für Tokio und ihre erste Covid-19-Impfung schon vor der EM erhalten hat, ist der Termin bei den Synchronschwimmerinnen noch nicht fixiert. «Unser Plan ist, das gleich nach dem Olympia-Qualifikationsturnier zu erledigen. Vorher ist das Risiko zu gross, dass jemand eine Reaktion darauf zeigt und so die Vorbereitung gestört wird», erklärt Zampieri. So kurz vor der Zielgeraden soll der grosse Traum auf keinen Fall platzen.

Endlich wieder Wettkämpfe für die jüngsten Turnerinnen

Turnen Am vergangenen Wochenende trafen sich 250 Kunstturnerinnen aus der ganzen Schweiz beim Gym Cup in Oberbüren. Auch fünf Turnerinnen von Turnverband Liechtenstein waren am Start. Am Samstagmorgen früh waren die jüngsten Turnerinnen der Kategorie Einführungsprogramm an der Reihe. Es herrschte grosse Aufregung, denn dies war der erste Wettkampf für die jungen Mädchen. Die Turnerinnen zeigten gute Übungen und dürfen mit ihrem ersten Wettkampf zufrieden sein.

Im Jahrgang 2015 belegte Valentina Tinner den 7. Rang mit insgesamt 47,25 Punkten. Im Jahrgang 2014 turnte sich

Juliana Tinner mit 51,95 Punkten auf den 27. Rang, Anna Kaiser mit 47,65 Punkten auf den 36. Rang und Anna Frieda Spanbalch mit 45,90 Punkten auf den 39. Rang. Am Sonntag startete Julia Weissenhofer, die im Regionalleistungszentrum Ost in Will trainiert, in der Kategorie P4. Sie präsentierte am Balken und Boden schöne und saubere Übungen, die mit hohen Noten belohnt wurden. Auch der Sprung gelang Julia nach Wunsch. Einzig am Barren musste sie einen Sturz in Kauf nehmen und belegte mit 48,70 Punkten den sehr guten vierten Rang. Ihre Leistung wurde mit einer Auszeichnung belohnt. (pd)



Die Liechtensteinerinnen im Einsatz (v. l.): Valentina Tinner, Juliana Tinner, Anna Frieda Spanbalch, Anna Kaiser. Bild: pd

Standortbestimmung nach langer Pause

Duathlet Michele Paonne wird morgen den Powerman in Mafra, Portugal, bestreiten.

15 Monate ist es her, seit Michele Paonne seinen letzten Powerman in Mafra bestritt - wenig später wurde die Saison 2020 von der Pandemie beendet. Allmählich geht's wieder los im Duathlon: Gestern flog der Maurer nach Portugal, weil morgen - am selben Ort wie beim letzten Mal - endlich wieder ein Kräftemessen im Weltcup stattfindet. Teilnehmen wird er in der Mitteldistanz, also zehn Kilometer Laufen, 60 Kilometer Radfahren und noch einmal zehn Kilometer Laufen.

«Es tut gut, wieder irgendwo mitzumachen und das ganze Wettkampfgefühl mitzuerleben», freut sich der Maurer auf die Herausforderung. Als gewöhnlicher Tourist wäre eine Einreise in das Land momentan nicht erlaubt, aber mit einer persönlichen Einladung für den Powerman, entsprechenden Formularen und einem negativen Covid-19-Test schon. Der Aufenthalt ist jedoch auf den Wettkampf beschränkt. Den organisatorischen Aufwand hierfür nimmt Paonne gerne auf sich: «Hauptsache, ich kann überhaupt mitmachen.»

Defizit im Laufen wegen neuer Schuhe und Einlagen

Angesichts der langen Zwangspause geht es dabei vor allem um eine Standortbestimmung. «Rangmässig nehme ich mir nichts vor, sondern versuche

einfach, mein Bestes zu geben. Mal schauen, die anderen sind ja auch im Ungewissen, was es spannend macht.» Vergangenes Jahr erreicht Paonne in Mafra als Fünfter das Ziel. Nach einer unfreiwilligen Rolle auf dem nassen Pflasterstein, beim Turnaround, gelang ihm anschliessend in seiner stärkeren Disziplin, dem Rennrad, noch eine souveräne Aufholjagd. «Ja, damals bin ich blöd ausgerutscht. Gemäss den Wetterprognosen für Sonntag sollte es dieses Mal aber erst am Abend regnen, was mir entgegenkäme», lacht der Unterländer.

Anfang des Jahres wechselte Paonne die Schuhe. Vom Gefühl

her findet er die Neuen angenehmer als die Alten. Allerdings war die stärkere Stützung, die er wegen seines Knickfusses benötigt, nicht mehr vorhanden. Also liess er sich Einlagen anfertigen, was erneut eine Eingewöhnungsphase forderte. Eine Zeit lang hatte er Blasen an der Fusssohle, weil sich diese mit der Einlage reibt. Aus diesem Grund absolvierte Paonne zuletzt nur ein reduziertes Lauftraining, um den Körper nicht zu überbelasten. «Ich trete bewusst mit einem Defizit im Laufen an, dort werde ich sicher nicht mit den Schnellsten mithalten können», so Paonne. Dafür schielt er auf dem Rad, auf dem er Vollgas

trainieren konnte, wie im Vorjahr in Richtung Bestzeit.

Wie viele Athleten am Powerman morgen teilnehmen, wird Paonne erst vor Ort erfahren. Die Durchführung stand lange auf der Kippe, anschliessend wurde der Termin einige Wochen nach hinten verschoben. Ausserdem dürften dem einen oder andere internationalen Athleten Reisebeschränkungen Weg stehen. Vor allem einheimische Duathleten werden die Chance jedoch nutzen, da im Rahmen des Weltcups auch die portugiesischen Meisterschaften anstehen.

Fragezeichen hinter den nächsten Terminen

Optimistisch wirkt Paonne nicht, als er über die weiteren Wettkampfpläne spricht. Flexibilität wird gefragt sein und bei jeder Veranstaltung muss geprüft werden, ob eine Einreise möglich ist und unter welchen Kriterien. Geplant sind, sofern es die Covid-19-Situation erlaubt, die Mitteldistanz-EM in Alsdorf (15. August) sowie die Langdistanz-WM in Zofingen (19. September). Ende Juni möchte er am Bretschalau in Eschen teilnehmen. Weiter hat Paonne sich im Zeitfahren und Strassenrennen (jeweils Rennrad) für die UCI Gran Fondo Weltmeisterschaft in Bosnien und Herzegowina (1. bis 5. September) qualifiziert. (gk)



Michele Paonne strebt beim Weltcuprennen in Mafra die Bestzeit auf dem Rad an. Bild: zvg