

Und schon wieder geht's um Medaillen

Beachvolleyball Für Adrian Heidrich geht es Schlag auf Schlag. Zwölf Tage nach der letzten Partie an den Olympischen Spielen von Tokio tritt der Klotener zusammen mit Mirco Gerson heute zur EM in Wien an.

Peter Weiss

Eine Woche nach ihrer Rückkehr aus dem fernen Japan hiess es für Adrian Heidrich und seinen Berner Mitspieler Mirco Gerson am Dienstag schon wieder: Koffer packen und zum nächsten Turnier abfliegen, an dem es um Titel und Medaillen geht. «In den letzten Monaten hatten wir natürlich nur Olympia im Kopf, die EM ist doch ziemlich in den Hintergrund gerutscht», sagt der Klotener dazu, «dementsprechend war es jetzt natürlich nicht ganz einfach, die Spannung wieder aufzubauen. Aber jetzt sind wir auf gutem Weg dazu, und wenn wir am Donnerstag auf dem Feld stehen, werden wir parat sein.»

Die kurze Vorbereitungszeit möchte der 26-Jährige nicht als Ausrede gelten lassen: «Wir hatten nach unserem Aus in Tokio sicher genügend Zeit zur Erholung.» Tatsächlich hatte das Duo nach der Ankunft in Heidrichs Heimatstadt Kloten zuerst zwei Tage trainingsfrei, bevor er und Gerson am vergangenen Donnerstag am nationalen Leistungszentrum in Bern auf den Sand zurückkehrten. Und auf zwei Trainingstage, an denen es vor allem darum gegangen sei, wieder in den Rhythmus zu finden, wie Heidrich ausführt, folgte ein freies Wochenende. «Wir konnten ein bisschen abschalten, das war auch wichtig – und jetzt freuen wir uns sehr auf diese EM.»

Das Publikum gegen sich

Mit dem Austragungsort Wien verbindet Adrian Heidrich viel Gutes. Nicht nur, weil in der österreichischen Hauptstadt für gewöhnlich ebenfalls jedes Jahr ein Turnier der höchsten World-Tour-Stufe (Fünf Sterne) über den Sand geht, zieht er Parallelen zum World-Tour-Heimevent in Gstaad: «Die Turniere in Österreich sind immer sehr gut organisiert, es hat viele Fans, die für eine super Stimmung sorgen – man merkt einfach, dass Beachvolleyball dort auch einen



Keine zwei Wochen ist es her: Adrian Heidrich greift im letzten Olympia-Gruppenspiel gegen den Italiener Enrico Rossi an. Foto: Loic Venance (AFP)

grossen Stellenwert hat.» An der EM werden, im Gegensatz zu den Olympischen Spielen, auch Fans zugelassen sein, was Heidrichs Vorfreude zusätzlich steigert – auch wenn er und Mirco Gerson zum Auftakt den Grossteil des Publikums gegen sich haben werden.

Denn im ersten Gruppenspiel treffen sie um 11.45 Uhr am Donnerstag auf dem Center Court auf dem zentral gelegenen Heumarkt auf die Wiener Lokalmatadoren Robin Valentin Seidl und Philipp Waller. «Im Halbfinal des Continental-Cup-Finalturniers haben wir zuletzt zwar klar gegen sie gewonnen, aber das wird kein Spaziergang – zumal sie ihre Fans hinter sich haben wer-

den», schätzt Heidrich. Seidl sei für einen Blockspieler zwar eher klein gewachsen, dafür sehr schnell. «Man denkt, auf der anderen Seite ist es frei – plötzlich taucht er auf», erklärt Heidrich. Seidls Kompagnon Waller wiederum zeichne sich durch sehr viel Übersicht in der Verteidigung aus. «Trotzdem, wenn wir die Vorrunden-Gruppe gewinnen wollen, müssen wir sie schlagen, und die Bilanz der Direktduelle spricht auch für uns.»

Duell mit Olympiasiegern

Adrian Heidrich spricht vom Gruppensieg, obwohl das Los ihm und Mirco Gerson für das zweite Gruppenspiel die nominell stärksten Gegner überhaupt

beschert hat: die Norweger Anders Mol und Christian Sørum, ihres Zeichens Nummer 1 der Weltrangliste und frischgebackene Olympiasieger. «Seit Gstaad haben wir noch eine Rechnung mit ihnen offen, unschlagbar sind auch sie nicht», sagt Heidrich.

Dabei könnte den Schweizern zugutekommen, dass die Norweger noch am Samstag im Olympia-Endspiel standen und deutlich weniger Zeit hatten, sich auf die EM vorzubereiten. «Natürlich haben sie trotzdem ihre Klasse – aber der Gruppensieg wäre sehr cool, zumal wir dann schon den Achtelfinal-Einzug und den 9. Platz auf sicher hätten», kommentiert Heidrich.

Es wäre das Ergebnis, das der Klotener und Gerson in den drei Jahren seit 2018, seit sie gemeinsam antreten, an den europäischen Titelkämpfen stets erreicht haben. «Der 9. Rang ist auch diesmal unser Sollziel – alles darüber hinaus wäre sehr schön, ist aber kein absolutes Muss.» Aus der vorsichtigen Formulierung spricht eine erste Lehre, die das Duo gemeinsam mit seinem Trainerteam nach dem 17. Platz an der Olympia-Premiere gezogen hat. «Wir haben in Tokio sicher nicht wahnsinnig schlecht gespielt, konnten aber nicht immer gut mit dem Druck umgehen, den wir uns vor allem selbst gemacht haben», lautet das Fazit in den Worten Heidrichs.

«Der Kopf war leer, der Körper auch»

Im Gegensatz zu ihrem Bruder Adrian verzichtet Joana Heidrich gemeinsam mit ihrer Mitspielerin Anouk Vergé-Dépré auf die EM in Wien. Der Entscheid fiel den Olympia-Bronzemedailengewinnerinnen nicht leicht.

«Gerade als EM-Titelverteidigerinnen wären wir natürlich sehr gerne in Wien angetreten», kommentiert Joana Heidrich, «aber wir haben einfach gemerkt, wie viel Energie die drei Wochen in Tokio uns gekostet haben. Der Kopf war leer, der Körper auch.» Allein schon die feucht-heissen Bedingungen in Japan hätten sehr an ihren Kräften gezehrt. «Ich glaube, wir hätten es in der kurzen Zeit nicht hinbekommen, die nötige Spannung wieder aufzubauen», fügt die Klotenerin an. «So hätte es wenig Sinn ergeben. Auch wenn es weh tut – der Entscheid war richtig.» Es sei sehr schade, dass die EM so kurz nach dem olympischen Beachvolleyball-Turnier ausgetragen werde, bedauert sie. «Zwei, drei Wochen später wäre es optimal gewesen.» Die Absage gebe ihr nun Zeit, um die Schulter etwas zu schonen, in der sie zuletzt Schmerzen verspürt habe. «Aber das war nicht der Hauptgrund», stellt Heidrich klar.

«Unwirklich, wunderschön»

Bis zur letzten August-Woche, wenn sie und Anouk Vergé-Dépré an einem Turnier in Holland antreten werden, um vor der Schweizer Meisterschaft auf dem Berner Bundesplatz wieder in den Spielrhythmus zu finden, kann es die 29-Jährige nun ruhiger angehen. Die Zeit wird sie auch dafür nutzen, ihren Erfolg von Tokio, als erstes Schweizer Beachvolleyball-Frauen-Duo eine Olympia-Medaille gewonnen zu haben, so richtig zu realisieren. «Ehrlich gesagt, fällt es mir manchmal noch schwer zu glauben, was wir erreicht haben – es ist so viel passiert, nicht nur in den drei Wochen, sondern in den ganzen fünf Jahren, in denen wir zusammen darauf hingearbeitet haben», schildert Joana Heidrich. «Für mich ist es immer noch nicht 100-prozentig real, dass wir meinen Kindheits Traum verwirklichen durften – unwirklich, aber wunderschön. Ich nehme mir jetzt Zeit, das zu verarbeiten, was natürlich eine schöne Aufgabe ist.» (peu)

Pacemaker locken die schnellsten Schweizerinnen ins Furttal

Leichtathletik Am Samstag kommt auf dem Wisacher in Regensdorf das traditionelle Abendmeeting zur Austragung.

Das Abendmeeting auf der Sportanlage Wisacher ist seit Jahren bekannt für die besten Mittelstreckenläufe des Landes und zieht dementsprechend Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der ganzen Schweiz und dem angrenzenden Ausland an. Im vergangenen Jahr erlebten die Gastgeber vom LC Regensdorf (LCR) sogar einen regelrechten Boom mit einer neuen Rekord-Beteiligung. Der Grund: Das LCR-Abendmeeting konnte damals als eine der ersten Leichtathletik-Veranstaltungen nach dem Coronavirus-Shutdown in der Schweiz wieder unter weitgehend normalen Bedingungen über die Tartanbahnen gehen. Heuer hat sich die Teilnehmerinnen-Zahl indes auf das Vor-Pandemie-Niveau eingependelt.

Den sportlichen Höhepunkt bilden erneut die 1500-Meter-

Läufe mit Pacemakern in jeder Serie. Der erste Startschuss über diese Distanz ist für 19.15 Uhr geplant. Während in den vergangenen Jahren oft die Männer-Rennen stärker besetzt waren, stehen heuer eindeutig die Frauen im Mittelpunkt. Ihr 1500-Meter-Lauf wird der am besten besetzte seit mindestens zehn Jahren sein, hat sich doch die gesamte nationale Spitze angemeldet. Unter anderem werden sich Joceline Wind, 1500-Meter-Finalistin an der U-23-EM in Tallinn, und die Ustermerin Lilly Nägeli, Nummer 3 der Schweizer Bestenliste über diese Distanz, mit Chiara Scherrer von der TG Hütten messen: der Landes-Schnellsten über 3000 Meter Steeple.

Neben ihnen allen darf sich das Publikum auch auf Elena Burkhard freuen. Die deut-

sche Olympia-Teilnehmerin von Tokio über 3000 Meter Steeple geht in Regensdorf über 5000 Meter an den Start: in einem gemischten Rennen.

Jonas Raess, das grosse sportliche Aushängeschild des LC Regensdorf, verzichtet dagegen nach dem Olympia-Debüt auf sein Heimmeeting. Er erholt sich



Wie hier Alexandra Bosshard sorgen über 1500 Meter stets Pacemaker für das passende Tempo am Abendmeeting. Archivfoto: Christian Merz

aktuell vom 5000-Meter-Lauf in Tokio und bereitet sich auf die nächsten grossen Rennen vor.

Disch und Gröbli im Fokus

Mit Karin Disch und Michelle Gröbli treten dafür zwei von Raess' Clubkolleginnen an, die über 400 Meter zu den Schnellsten des Landes gehören. Beide peilen auf diese Rennen vorbereitet. Fehlen wird allerdings Selina Fehler. Die Teilnehmerin der U-23-EM von 2019 befindet sich einer Bänderverletzung im Wiederaufbau.

Über die Mittelstreckendistanz werden die Auftritte von Lea Laib und Urs Schönenberger mit Spannung erwartet. Beide befin-

den sich nach Verletzungen auf dem besten Weg zurück an die nationale Spitze. Der LCR stellt bei den Frauen mit neun Läuferinnen über 1500 Meter die mit Abstand grösste Delegation. Praktisch alle von ihnen haben sich in den vergangenen zwei bis drei Wochen in einem Höhen Trainingslager in St. Moritz auf diese Rennen vorbereitet. Fehlen wird allerdings Selina Fehler. Die Teilnehmerin der U-23-EM von 2019 befindet sich einer Bänderverletzung im Wiederaufbau.

Am Abendmeeting werden rund 400 Athletinnen und Athleten teilnehmen, die aber nicht alle zeitgleich auf dem Wisacher sein werden. Inklusiv der Helfer und Betreuerinnen wird die Personengrenze von 1000 daher nicht überschritten, sodass auch für die Zuschauer keine Covid-Zertifikats-Pflicht besteht. (mkr)