

«Ich mache es aus Freude»

Die junge Langläuferin Lydia Hiernickel aus Schwanden ist dank ihrer Spitzenleistungen ins B-Kader von Swiss Ski aufgestiegen. Fernziel ist die Teilnahme an Olympischen Spielen. Doch zuerst stehen die Maturaprüfungen am Sportgymnasium Davos bevor.

■ Madeleine Kuhn-Baer



Lydia Hiernickel aus Schwanden gehört neu dem B-Kader von Swiss Ski im Langlauf an.

Bild Madeleine Kuhn-Baer

«Seit den Zeiten von Fritz Stüssi, Thomas Wild und den Gebrüdern Süssli im Biathlon vor mehr als 40 Jahren hat das kein Mitglied unseres Skiclubs Riedern mehr geschafft. Herzliche Gratulation.» Dies schreibt Alex Weder auf der Website des Skiclubs Riedern zum Aufstieg von Lydia Hiernickel ins B-Kader. Er hat ebenso wie Fridolin und Anna Luchsinger dank intensiver Trainings Anteil am Erfolg der jungen Spitzensportlerin.

Grenzwachtausbildung nach der Matura?

In Schwanden mit drei Geschwistern aufgewachsen, besuchte Lydia Hiernickel zunächst die Dorfschule Sool und dann das Untergymnasium in Glarus. Im Sommer 2012 wechselte sie ans Sportgymnasium Davos, wo nun die Abschlussprüfungen bevorstehen. «Ich möchte in Davos bleiben, weil sich hier das nationale Leistungszentrum Langlauf befindet und man bereits ab November auf der Langlaufloipe trainieren kann», erzählt die junge Schwanderin. Da ihr die Möglichkeit angeboten worden ist, die Grenzwachtausbildung anzugehen, wird sie in nächster Zeit die entsprechenden Aufnahmeprüfungen absolvieren. Zum Langlauf kam sie eigentlich aus Zufall: Freunde luden sie ein, am Training teilzunehmen, und liehen der Familie die Ausrüs-

tung. Sie hatte grossen Spass und machte deshalb im Skiclub Riedern und im OSSV weiter. 2012 schaffte sie den Eintritt ins Kandidatenkader von Swiss Ski. Ein Jahr später stieg sie ins C-Kader U20 auf. Was fasziniert sie an dieser Sportart? «Man kann alles trainieren, was den Puls in die Höhe bringt. Man ist viel in der Natur draussen. Es ist abwechslungsreich, jedes Rennen ist anders. Man muss auf den Körper hören. Und obwohl es ein Einzelsport ist, kommt man nur mit einem Team an die Spitze», sagt Lydia Hiernickel. Sie trainiere unterschiedlich oft, «je nach Intensitätvorgabe, Körpergefühl und Motivation». Qualität komme vor Quantität.

Spitzenleistungen während der ganzen Saison

Während der vergangenen Saison hat sie konstant Spitzenleistungen vollbracht. Sie freut sich besonders über den zwölften Platz klassisch über fünf Kilometer Einzel und den 5. Platz mit der Staffel an der Juniorenweltmeisterschaft (JWM) im rumänischen Rasnov. Ebenso freut sie, dass sie die letzten Rennen des Continental Cups (COC) im gelben Trikot als Gesamtführende laufen konnte. Sie erreichte dann zum wiederholten Mal den zweiten Platz in der COC-Gesamtwertung U20. Zudem wurde sie im Weltcup ein-

gesetzt und lief mit der Damenstaffel im tschechischen Nove Mesto auf den achten Platz.

Dank der Spitzenleistungen ist sie nun ins B-Kader aufgestiegen. Ein grosser Schritt nach oben, der mehr Betreuung unter Swiss Ski, eine andere Trainingsgruppe, andere Trainingslager, grössere Spezialisierung und statt U20 die Kategorie Damen bedeutet. Fernziel ist die Teilnahme an den Olympischen Spielen, Nahziel die JWM in Utah 2017. «Und dass ich den Anschluss bei den Damen finde.» Sehr dankbar ist sie ihrem Sponsor Service 7000 für die «langjährige, begeisterte regionale Unterstützung».

Spitzensport bedeutet äusserste Disziplin und hartes Training. Hat sie noch freie Zeit für sich? «Ich habe sicher weniger Zeit als andere. Auch für meine Freunde und Familie, die aber Verständnis zeigen. Gerne nehme ich mir die Zeit, um Musik zu hören und Geige zu spielen. Das ist ein guter Ausgleich. Aber es ist schon so: Je mehr Spitzensport, desto weniger Zeit bleibt dafür.»

Lohnt es sich? Die Antwort der 19-Jährigen kommt schnell und klar: «Ich mache es aus Freude, so ist es keine Belastung. Wenn die Freude nicht mehr da ist, muss man etwas anderes suchen. Ausserdem sind wir ein gutes Team.» So wünschen wir ihr, dass sie noch lange Freude am Langlaufsport hat und wir noch viele hervorragende Resultate von ihr vernehmen dürfen. Doch zunächst toi, toi, toi bei den Prüfungen!

PERSÖNLICHES

Vorname, Name

Lydia Hiernickel

Alter, Sternzeichen

19, Steinbock

Wohnort

Schwanden

Beruf

Maturandin

Interessen und Hobbys

**Langlaufsport, mit Freunden und Familie
Zeit verbringen, Geige spielen, lesen**

Liebster Ort im Kanton

Matzenstock

Lieblingessen

Dampfnudeln

Lieblingsmusik

**Kreuz und quer – von moderner Klassik
bis zu den Charts**

Grösstes Anliegen

**Respekt und Fairness gegenüber der
Natur**