

DOMINIQUE GISIN

SIE DENKT SO SCHNELL, WIE SIE SKI FÄHRT. FÜR IHRE MEDAILLEN-TRÄUME BRACH DIE SPEED-SPEZIALISTIN IHR PHYSIKSTUDIUM AB. WIR FINDEN DAS MUTIG, SIE RELATIV.

INTERVIEW Daniela Fabian FOTOS Sarah Maurer



Auftakt-Doppelseite: Kurzarzmantel, JIL SANDER. Linke Seite: Feinstrickpullover, JIL SANDER. Rechte Seite: Pullover mit aufgemaltem Streifen und Rock, beides JIL SANDER.



Skifahrer sind rasend schnell auf den Beinen. So auch Dominique Gisin, eine der erfolgreichsten Sportlerinnen im aktuellen Schweizer Skiprofi-Team. Drei Weltcup-Rennen (zweimal Abfahrt 2009, einmal Super-G 2010) hat sie bisher gewonnen, an der letzten WM in Schladming wurde sie Zehnte im Super-G und in der Superkombination. Wenn gravierende Bänder- und Meniskusverletzungen Gisin nicht wiederholt buchstäblich in die Knie gezwungen hätten, hätte die Engelbergerin bestimmt noch öfter ganz oben auf dem Podest gegläntzt. Für ihre Rennkarriere hat die 28-Jährige, die übrigens fürs Medizin-Studium mit Numerus clausus zugelassen war, ein Physik-Studium abgebrochen. «Zahlen faszinieren mich», erklärt die Athletin lakonisch. Sudokus löst sie im Eiltempo, ihre aktuelle Bettlektüre sind Physik-Vorlesungen eines US-Nobelpreisträgers. Eine Speedspezialistin mit einem Hirn, das vermutlich genauso schnell tickt, wie ihr 68-Kilo-Körper über Eispisten saust. Dabei ist die Naturwissenschaft nur eine von vielen Leidenschaften: Dominique Gisin spielte jahrelang Klavier, liest in jeder freien Minute und darf seit zwei Jahren am Steuer von Ein-Propeller-Flugzeugen sitzen. Die Aufnahmeprüfung zur Militärjet-Pilotin hat sie auch noch bestanden, nur so nebenbei. Das Kompliment, sie sähe ein bisschen aus wie die grosse, starke Schwester von Filmstar Anne Hathaway, bringt sie zum Strahlen. Eitelkeit wäre anders.

Schweizer Illustrierte Style:

Wie hoch ist Ihr IQ? Sie studierten in Basel Physik, bevor Sie ganz auf Ihre Rennkarriere setzten.

Dominique Gisin: Keine Ahnung, ich habe nie einen Test gemacht. Er ist mir egal.

Dürfen wir Sie etwas provozieren?
Nur zu. Kein Problem. Dann legen Sie mal los.

Wie gescheit ist es, nach neun Knieoperationen wieder eine neue Saison zu starten?

Aaah, nicht besonders klug (lacht)! So gesehen, ist jede Intelligenz relativ, nicht? Neun ist in dem Fall viel, aber man muss auch berücksichtigen, dass meine Operationen häufig von der gleichen Verletzung herrührten. Ich hatte Komplikationen nach meinem ersten Kreuzbandriss am rechten Knie. Solche Probleme sind in unserem Sport alltäglich.

Leiden Sie noch unter Schmerzen?

Ich hatte bisher das Glück, mich immer wieder komplett zu erholen, und fahre absolut beschwerdefrei, ohne jegliche Schmerzmittel. Über den Sommer trainierte ich wie die unverletzten neunzehnjährigen Athletinnen unserer Mannschaft. Das komplette Programm.

Haben Sie sich nun noch mehr angestrengt? 2014 finden in Sotschi die Olympischen Winterspiele statt, damit steht nächsten Februar ein Höhepunkt bevor.

Man versucht immer, in der Vorbereitung das Maximum rauszuholen. Während zehn Wochen trainierten wir nur Kondition und Kraft. Zwischen fünf und sieben Stunden an fünf bis sechs Tagen pro Woche. Immer abwechselnd, eine Woche mit der Mannschaft und eine allein daheim, ich in Engelberg.

Wie schaffen Sie es, sich ganz allein Tag für Tag stundenlang in Kraftkammern zu schinden oder joggend die Berge hochzuquälen?

Das fällt mir nicht schwer. Ausserdem sind meine Schwester Michelle und mein Bruder Marc oft dabei, sie fahren beide auch im Weltcup mit, und wir dürfen die Fitnessräume der Sportschule Engelberg benützen. Ich trainiere auch gern ganz



“Für eine Rennspezialistin sind meine Schenkel nicht zu kräftig. Ich wünschte sogar, ich hätte noch etwas mehr Masse.”

DOMINIQUE GISIN

allein, dann höre ich meine Musik dazu und konzentriere mich voll auf meine Übungen.

Lindsey Vonn verriet uns, dass sie neun Eier zum Frühstück verdrückt. Sie etwa auch?

Rührei ist natürlich auch bei mir «part of the game» (grinst). Mir reichen jedoch zwei. Ich esse viel Fleisch und Fisch, abends verzichte ich auf Kohlenhydrate, gönne mir höchstens mal Kartoffeln. Skifahrer brauchen Energie, um Muskeln aufzubauen, also vor allem Proteine.

Wie schwer sind Sie? Angeblich müssen Ski-Athleten im Sommer mächtig an Gewicht zulegen.

Mitte Juli erreiche ich mit 70 Kilo jeweils mein oberstes Limit, im Moment wiege ich 68 Kilo bei 172 Zentimetern. Eine Topleistung ist mit jeder Statur möglich, da muss man nicht unbedingt ein Schwergewicht sein.

Als Laie denkt man, Skirennfahrer seien eigentlich alle gleich gut.

Meist trennt sie in ihrer Zeit nur ein Wimpernschlag. Warum sind diese paar Hundertstel dennoch ein Riesenunterschied?

Wenn ich selber Rennen schaue, ist es auch für mich als Profi schwierig, zu erkennen, wie viel besser einer fährt. Bei uns ist eine Sekunde viel: Angenommen, man fährt die ganze Strecke mit unserer Maximalgeschwindigkeit von 140 km/h, ergäbe eine Sekunde Rückstand im Ziel eine Differenz von mehr als 38 Metern. Auch mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 100 km/h sind es noch mehr als 25 Meter. Übrigens werden die Rückstände in Metern auf der offiziellen Rangliste jeweils angegeben.

Ihr Sport ist gefährlich. Haben Sie keine Angst, Ihr Leben zu riskieren?

Nein, das ist mein Job, ich fahre Ski, seit ich ganz klein bin. Wenn ich eine Figur am Sprungferd von der Kunstturnerin

Ariella Kaeslin nachahmen müsste, das wäre gefährlich. Wir trainieren tagtäglich die Bewegungsabläufe, unsere Muskeln haben sie automatisiert. Das Risiko blendet man aber nicht einfach aus, vor allem nicht, wenn man selber schon einige Stürze erlebt hat. Doch die Sicherheitsvorkehrungen auf den Weltcup-Strecken haben sich unglaublich verbessert. Als Athleten versuchen wir, Unfälle zu verhindern, indem wir körperlich auf Topniveau sind.

“Wenn ich zwei Wochen lang die Berge nicht sehe, wird mir ganz anders. Schnee riecht für mich nach Freude.”

DOMINIQUE GISIN

Haben Sie eine Lebensversicherung?

Ja, über den Verband. Ich habe auch eine Top-Krankenversicherung.

Ist es nicht ein seltsames Gefühl, sich so jung für den Worst Case abzusichern?

Darüber habe ich mir noch nie Gedanken gemacht. Statistisch gesehen müsste ich mich mehr fürchten, wenn ich in ein Auto steige oder einen Fussgängerstreifen überquere.

Wie ist es für Ihre Eltern, wenn alle drei Kinder als Skirennfahrer Kopf und Kragen riskieren?

Es ist sicher nicht einfach, denn meistens läuft es nicht allen drei gleichzeitig gut. Schwierigkeiten gehören dazu, das ist auf eine Art auch spannend, man lernt, mit schwierigen Situationen umzugehen.

Ihre Mutter lernt vor allem, mit ihrer Angst fertigzuwerden.

(Nickt.) Sie und mein Vater unterstützen uns, wo sie können. Das ist sehr wichtig für uns.

Wie wäre es, wenn Ihre acht Jahre jüngere Schwester Ihnen bald den Rang ablief? Eifersüchtig?

Um Himmels willen, nein! Es war ein Riesenerlebnis, als ich Michelle letztes Jahr bei ihrem ersten Weltcup-Rennen, an dem auch ich startete, begleiten konnte. Sie hat optimale Voraussetzungen und viel Herzblut. Ich wünsche ihr so viel Erfolg wie möglich. Ich wäre viel lieber Zweite hinter ihr anstatt Zehnte mit neun «fremden Fötzeln» vor mir.

Warum lieben Sie Ihren Beruf so sehr?

Diese Leidenschaft zeigte sich bei mir schon früh. Meinen Körper zu bewegen, machte mir immer Freude, und ihn mit Skifahren zu bewegen, ist wunderschön. Skifahren ist pure Ästhetik.

Wenn mans kann.

Meine Eltern sind sportbegeistert, es gab in meiner Kindheit keinen Tag, an dem wir nicht draussen waren. Ich liebe den Winter. Der Schnee ist mein Element. Mit dem Sommer und der Wärme kann ich nicht viel anfangen, ab 25 Grad finde ich es mühsam. Mir ist oft eher zu heiss, und ich friere lieber, als zu schwitzen.

Sie liegen nie in einer Hängematte am Palmenstrand?

Fast nie. Als Kinder waren wir zweimal in Florida. Wenn ich zwei Wochen lang die Berge nicht sehe, wird mir ganz anders.

Wonach riecht für Sie Schnee?

Nach Freude. Wenns zum ersten Mal bis ganz runter schneit – herrlich! Als ich klein war, wohnten wir im Engadin, da flöckelte es schon im August, und meine Mutter musste sofort meine Skisachen aus der untersten Schublade holen. Ich wollte dann jeweils unbedingt einen Schneemann bauen oder wohl eher einen «Dreckmann».

Sie brachen für den Sport Ihr Physik-Studium ab. Wir haben Ihnen eine physikalische Formel mitgebracht. Wissen Sie, was das ist:

$TC = (TK/K - 273,15) \cdot ^\circ C?$

Das ist die Null-Grad-Temperatur in Kelvin, der absolute Nullpunkt.

Stimmt. Uns interessiert der Nullpunkt im übertragenen Sinn: Welches war für Sie persönlich der absolute Tiefpunkt Ihrer Karriere?

Mein Sturz bei der Abfahrt während der Olympischen Spiele 2010 in Vancouver. Ich war kurz zuvor leicht verletzt und habe alles gegeben, um dort dabei zu sein. Ich musste mich für diesen Start echt überwinden, die Strecke war die grausamste, die ich je gefahren bin. Pures Eis und buckelig, es regnete etwa eine Woche lang, und dann gefror es, von oben bis unten hat es «gchlotteret», wie wir dem Rumpeln und Flattern der Ski sagen. Ich fuhr die viertbeste Zwischenzeit bis kurz vor dem Ziel, erwischte die beiden letzten Kurven perfekt und kam mit viel Tempo auf den letzten Sprung, und dann – der Sturz. Die ersten Tage weinte ich vor Enttäuschung. Die Saison war ja noch nicht zu Ende, und die folgende Abfahrt in Crans-Montana fuhr ich richtig schlecht. Am nächsten Tag gewann ich dort den Super-G. So ist es im Sport: Es geht steil runter und wieder rauf. Diese extremen Emotionen liegen ganz nah beieinander.

Wo lernt man mehr, bei den Hochs oder bei den Tiefs?

Bei beiden gleich. Sport ist eine Schule fürs Leben.

Lindsey Vonn sorgte für Schlagzeilen, als sie öffentlich erklärte, seit Jahren Antidepressiva zu schlucken. Offenbar setzen Druck und Stress stärker zu, als man meint.

Damit hat niemand gerechnet, natürlich war das auch in unserem Team ein Thema. Bei uns im Frauenteam geht es gottlob allen gut.

Wie beruhigen Sie sich nach einem Rennen? Anscheinend helfen Ihre männlichen Kollegen gern mit Alkohol nach. Und die Ladys?

Ich pflege ein paar Rituale, so, wie man sein System herauffährt, fährt man es wieder herunter. Aber so was gibt man sicher nicht preis.

Ach bitte, nur ein winziges Beispiel.

Ich esse eine Stunde vor jedem Rennen immer den gleichen High-Energy-Riegel von Isostar. Genau den, nur dann. Dadurch merkt der Körper, jetzt ist es Zeit. Oder ich höre bestimmte Musik vor einem Lauf, Rock von Foo Fighters oder Wolfmother. Um runterzukommen, helfen mir Florence and The Machine oder Edward Sharpe and the Magnetic Zeros.

“Fliegen ist wundervoll, aber es ist kein Vergleich mit dem tollen Gefühl, das ich beim Skifahren verspüre.”

DOMINIQUE GISIN

Haben Sie einen Lebenspartner, der Sie unterstützt?

Ja, mein Freund ist Arzt. Mit dem Ski-zirkus hat er nichts zu tun.

Zeigt Ihr Partner Verständnis für Ihren gefährlichen Job?

Natürlich, und wie! Anders ginge es nicht. Er ist auch sehr engagiert. Mir ist wichtig, dass jeder sein eigenes Leben hat. Ich freue mich, ihn gefunden zu haben.

Maria Höfl-Riesch schreibt in ihrer Autobiografie «Geradeaus», dass der Konkurrenzkampf in ihrer Jugend bisweilen bizarre Formen annahm:

Da wurde sogar Honig auf Ski geschmiert, um Mädchen auszubremsen. Gabs das auch in Engelberg?

Honig? Herrje, sicher nicht. Gerade kürzlich sagte ich zu «Suti» (Fabienne Suter, Red.), gegen die ich schon als Kind antrat: «Eigentlich ist es noch immer wie früher. Es heisst zwar Weltcup, aber wie als Kinder beim Ovo Grand Prix stehen wir heute im Ziel und regen uns auf, wenn wir einen Seich gefahren sind.»

Ist der Profisport für eine intelligente Frau nicht besonders schwierig? Denken hindert dabei, sagt man.

Ich überlege mir sicher viel. Aber es gibt ja auch Momente, wo es hilft. Weil ich mich mit Physik beschäftige, sehe ich hinter die Dinge, verstehe die Materien und Kräfte, die einwirken. Das ist interessant.

Sogar Ihre Rennfrisur, Ihr Rossschwanz, hat mit Physik zu tun.

Das testeten wir im Windkanal: Der Helm reisst im Nacken ab, füllen dort Haare diese Lücke, entstehen weniger Luftwirbel, die Widerstand verursachen.

Werden Sie je wieder an die Uni zurückkehren?

Nach dem Spitzensport will ich unbedingt mit Physik weitermachen. Ich rechne wahnsinnig gern, Zahlen faszinieren mich.

Apropos Zahlen. Können Sie vom Skifahren leben?

Durchaus. Dank Sponsoring und Preisgeldern. Ein erster Rang kommt etwa auf 30 000 Franken brutto, das ist ungefähr das Minimum, das ein Veranstalter an Preisgeld auszahlen muss. Dann nimmt die Lohnpyramide steil ab. Für einen zehnten Platz bekommt man meist weniger als tausend Franken.

Sie haben noch eine andere Passion, das Fliegen. Wie kam es dazu?

Durch Zufall. Während einer Reha motivierte mich ein sehr guter Kollege, mich

für die Selektionen zur Militärpilotenausbildung anzumelden. Ich habe einige Eignungsabklärungen bestanden, wurde dann aber aufgrund einer erneuten Knieverletzung für dienstuntauglich erklärt. Stattdessen habe ich nun seit zwei Jahren den Pilotenschein für einmotorige Propellermaschinen. Fliegen ist wundervoll, aber es ist für mich kein Vergleich zum tollen Gefühl, das man hat, wenn man die Pisten hinunterrast.

Sie sind eine sehr mutige Frau.

Ihre einzige Angst sei es, vom Zehnmeterurm ins Wasser zu springen.

Wasser ist gar nicht mein Ding. Ich kann seine Kraft nicht einschätzen. Das Meer fand ich früher sogar unheimlich.

Dafür tauchen Sie gern in andere Welten ein, in die der Bücher.

Ich lese wahnsinnig gern und viel. Gerade bin ich an den «Feynman Lectures on Physics» des US-Physikers und Nobelpreisträgers Richard Feynman.

Welches ist Ihr Lieblingsbuch?

Philip Pullmans Trilogie «Der Goldene Kompass», «Das magische Messer» und «Das Bernstein-Teleskop», alles Fantasy-Geschichten.

Für Leser ab zwölf!

Wenn ich über einem schwierigen Sachbuch brüte, mag ich daneben gern noch etwas Belletristisches (lächelt).

Ihre Meinung zu E.L. James' Erotikroman «Fifty Shades of Grey»?

Ich habe nur den ersten Band in drei Stunden quergelesen und nicht mal die pikanten Stellen rausgepickt. Es wurde fast jedes Klischee bedient, amüsant zu lesen – mit der Zeit aber langweilig.

Ihnen gefallen anscheinend melancholische Romane.

Meine Mannschaft lacht mich immer aus, wenn ich wieder von einem «sooo traurigen» Buch erzähle, sie sagen: «Warum

liest du denn überhaupt so was?» Während der Wettkämpfe halte ich mich aber damit zurück.

Manche Skifahrerin hadert mit ihrem Körper, die massigen Oberschenkel empfinden viele als störend. Wie ist das für Sie?

Ich hätte gern ein bisschen mehr. Das ist doch etwas Schönes! Für eine Rennspezialistin sind meine Schenkel nicht zu kräftig. Ich bin im Reinen mit meinen Beinen.

Setzen Sie Ihre weiblichen Vorzüge auch ganz bewusst in Szene? Tragen Sie auch mal High Heels?

Das kommt vor, doch, doch. In der Mode mag ich es eher klassisch, Max Mara gehört zu meinen Lieblingslabels. Und Peak Performance. Aber das ist mehr für die Freizeit, die Nouveautés darf ich mir jeweils im Sportgeschäft meiner Eltern in Engelberg aussuchen.

Ihre Fingernägel sind lang und schön. Pflegen Sie die selber?

Die hat mir Marianne (die Teamkollegin Marianne Kaufmann-Abderhalden, Red.) gefeilt, ich lackierte sie nur. Wenn man vier Wochen in der Pampa von Chile ausharrt, muss man sich an den Freitagen etwas einfallen lassen. Schliesslich wollen wir nicht nur schnell sein, sondern auch hübsch.

Sie haben ein unglaubliches Gespür für den Schnee. Und für Ihren Körper? Rühren die vielen Verletzungen nicht von Überbelastung her?

Die Frage ist berechtigt. Aber alle, die mit mir gearbeitet haben, würden das nicht unterschreiben. Ich kenne meine Grenzen, sonst würde ich heute nicht mehr fahren können. Im Skisport gehören Verletzungen dazu. Das Risiko beträgt etwa 35 Prozent, das heisst, wenn man zehn Jahre fährt, ist man im Schnitt in drei davon verletzt. Da halte ich mich doch gar nicht so schlecht.

6

FROHMACHER WAS DIE ATHLETIN TRÖSTET, WENN ES IHR MAL NICHT SO GUT LÄUFT

DIE NATUR

«Seit meiner Kindheit gehe ich an die frische Luft, wenn ich Schwierigkeiten habe. Ich packe mein Velo und fahre in die Landschaft. Besonders gern in den Wald.»

FAMILIE UND FREUNDE

«Ich bin viel unterwegs, meine Familie ist wichtig, dort entspanne ich. Wenn Mama dann noch Äpfel-magronen kocht und Michelle und Marc auch daheim sind, perfekt.»

FLIEGEN

«Am Steuerknüppel eines Flugzeugs kann ich extrem gut abschalten, ich bin dann total fokussiert. In der Luft fühle ich mich frei. Nur Skifahren ist noch schöner!»

BÜCHER LESEN

«Ich war schon immer eine Leseratte. Meine Bibliothek wächst und wächst, auch dank meiner Oma, meiner Mutter und meiner Schwester, alle ebenfalls büchervernarrt.»

FILM UND FERNSEHEN

«Ich mag Filme und TV-Serien. Am liebsten «Dr. House», «Breaking Bad», «Game of Thrones». Daheim hole ich die Spielfilme nach, die ich im Kino verpasst habe.»

GOLFEN

«In unserer Familie spielen alle Golf. Wenn ich nach einem harten Training müde bin oder mal Muskelkater habe, kann ich immer noch auf den Platz, Golf geht immer.»

