

## Ski

# «Das Gefühl der Ohnmacht war weg»

Auch einen Monat nach ihrem Abfahrtsolympiasieg hat Dominique Gisin noch nicht realisiert, was dieser Coup tatsächlich bedeutet. Befreit vom Druck tritt sie ab morgen in Lenzerheide beim Weltcupfinale an.

**Mit Dominique Gisin sprachen Christian Andiel und Monica Schneider, Lenzerheide**

## Steht man morgens anders als als Olympiasiegerin?

Nein, nein überhaupt nicht. Ich glaube auch nicht, dass das schon ganz bei mir angekommen ist. Ich habe seither mit einer anderen Olympiasiegerin ein intensives Gespräch geführt, sie sagte, dass es Jahre dauere, sogar Jahre bis nach dem Ende der Karriere, bis man den Sieg richtig realisiere.

## Wer machte diese Erfahrung?

Janica Kostelic. Sie sagte, es sei ihr erst heute richtig bewusst, dass sie Olympiasiegerin sei (2002 und 2006). Deshalb mache ich mir keine Sorgen, wenn es bei mir noch nicht angekommen ist.

## Aber irgendetwas muss sich doch verändert haben?

Nein! Wirklich nicht. Manchmal gibt es Momente, in denen ich das Gefühl habe, es sei gar nicht passiert. Aber oft gibt es Situationen, in denen ich absurd finde, was gerade abgeht. Zum Beispiel das Publikum in Crans-Montana. Es geht jetzt ganz anders um mit mir. Die Zuschauer zerren an den Armen, an den Haaren, schreien aus zehn Zentimeter Entfernung meinen Namen, und ich denke, ich bin ja da!

## Wir als Aussenstehende hätten die Saison abgebrochen - ein solcher Coup nach einer so langen Leidenszeit. Wir hätten nur genossen.

Viele sagten, sie hätten die Saison beendet. Ich hätte das nie gekonnt. Viele Athleten finden auch, der schönste Moment in ihrer Karriere sei jener gewesen, als sie irgendwo auf einem Podest standen, eine Kristallkugel oder eine Medaille erhielten. Bei mir war das nie so. Bei mir ist der Moment, für den ich lebe und Ski fahre, jener der perfekten Fahrt. Oder wie in Sotschi, wenn ich genauso fahren kann, wie ich es mir vorstelle. Deshalb habe ich danach weitergemacht, ich will ja mehr solche Momente erleben. Leider ist es mir bisher nicht ganz gelungen. Aber ich habe an den Spielen schon gesagt, dass es jetzt nicht einfach immer so klappt. Der Kampf, dieses Niveau zu erreichen, wird mich immer begleiten.

## Sie sagten nach Ihrem Triumph, dass der Druck nie wieder so gross sein werde. Sind Sie sicher, dass dies stimmt?

Ja, absolut. Für mich bedeutete Druck, dass viele sagten, dass ich nie im entscheidenden Zeitpunkt die Leistung bringe. Ich selber habe das nie so empfunden, aber wenn man das hundertmal hört, fängt man an zu zweifeln.

## Und Ihre eigenen Erwartungen?

Natürlich wusste ich, dass ich viel besser fahren konnte. Ich redete mir andert-halb Jahre lang den Mund fusselig, am Schluss kam ich mir so blöd vor und glaubte, dass alle Leute denken, ich suche nur Ausreden. Für mich ist nun dieser Druck weg. Ich mache zwar immer noch Fehler, aber die Zweifel, ob ich es überhaupt noch bringe, die sind weg.

## Kommt nun der neue Druck hinzu, überall als Olympiasiegerin angekündigt zu werden?

Das glaube ich nicht. Denn meine Geschichte ist speziell. Ich bin nicht mit 17 und aus dem Nichts Olympiasiegerin geworden. Es war ein wirklich harter Weg, auf dem jeder Millimeter erkämpft ist. Jede Rückmeldung, die ich erhalten habe, aus jedem Bereich, seien es Betreuer, Familie, Fans, andere Athleten, alle sind sich dessen bewusst, dass es ein riesiger Kampf war. Und ich glaube, dass sich die Leute auch bewusst sind, dass ich nun nicht jedes Rennen gewinne. Ein Olympiasieg ist nicht zu wiederholen wie ein Weltcup Sieg. Pyeongchang 2018 ist für mich fast sicher kein Thema.

## Stellt man nun Olympiagold Ihnen neun Knieoperationen gegenüber - war der Ehrgeiz immer grösser als alle Krisen und Mühen?

Ich weiss nicht, ob es Ehrgeiz ist. Ich glaube, es ist erst einmal mein Umfeld,



Es gab Zeiten, in denen niemand so wenig an sie glaubte wie sie selbst: Dominique Gisin (28) im Teamhotel in Lenzerheide. Foto: Nicola Pitaro

das dies ermöglicht hat, dass ich versuchen konnte, meinen Traum weiterzuleben. Es ist nicht so, dass ich jeden Tag in den vergangenen zehn oder fünfzehn Jahren gedacht hätte, alles wird gut und der Wille ist riesig. Ich zweifelte sehr, sehr viel. Ich hatte sehr viele Momente, in denen ich dachte, nun reicht es, ich will nicht mehr. Ich hatte einfach das Glück, dass mich in diesen Momenten immer jemand auffing.

## Die Sinnfrage hat sich gestellt?

Natürlich, ich stelle mir selbst sehr viele Fragen, manchmal vielleicht sogar zu viele. Es gab Zeiten, in denen niemand so wenig an mich geglaubt hat, wie ich selbst. Was mich immer wieder angetrieben hat, war die Freude am Skifahren und das Wissen, dass ich es besser kann. Allerdings habe ich mir letztes Frühjahr lange überlegt, ob ich nur noch Slalom und Riesenslalom fahre.

## «Ich zweifelte sehr, sehr viel. Ich hatte sehr viele Momente, in denen ich dachte, nun reicht es, ich will nicht mehr.»

## So viel Mühe hatten Sie im Speedbereich?

Ja, und daran bin ich fast zerbrochen. Zu fahren und zu spüren, dass ich so weit von dem weg bin, was ich eigentlich könnte. Aber ich musste das überwinden, und zwar für mich selbst, für mein künftiges Leben. Ich konnte nicht mit dem Gefühl aufhören, dass noch so viel dringende wäre.

## Wer hat es geschafft, dass Sie immer wieder an ein Comeback geglaubt haben?

Geglaubt hab ich es nicht, sonst hätte ich nicht gezweifelt. Wichtig war vor allem meine Familie, besonders meine Schwester Michelle und mein Bruder Marc, die beide auch im Weltcup fahren. Beide waren ebenfalls schon verletzt, zwar nicht so schlimm, aber ob erste oder zehnte Verletzung, es ist jedes Mal ein Mist, jedes Mal ein Kampf, zurückzu-

kommen. Es wäre so bitter gewesen, mit diesem Gefühl aufhören zu müssen, denn es war ein Gefühl grosser Schwäche, ein Gefühl, diese Aufgabe nicht vollendet zu haben. Das hätte mich in meinem ganzen Leben verfolgt.

## Das haben Sie nun mit dem Olympiasieg überwunden?

Wichtiger als der Sieg war, dass ich am Abend vor dem Rennen in mein Tagebuch schrieb: «Zum ersten Mal seit zwei Jahren fühle ich mich wieder wie eine richtige Athletin.» Das Gefühl der Ohnmacht war weg. Ich habe mich der Situation nochmals gestellt, und ich habe es geschafft. Natürlich, es bleiben Herausforderungen, aber wenn es morgen wegen einer Verletzung vorbei sein sollte, könnte ich dieses Kapitel in Frieden abschliessen.

## Gab es je den Moment, in dem Sie dachten: Es wäre wichtiger, für den Rest des Lebens gesund zu bleiben, als um ein Comeback zu kämpfen?

Absolut. Ich hatte bereits in jungen Jahren viele Verletzungen. Im Sommer 2003, mit 18, hatte ich jeden Tag dermassen starke Schmerzen, es ging nicht mehr, ich hörte auf. Meine Mutter, die jedes Mal mitgelitten hatte, war so froh. Aber nachdem ich drei, vier Wochen daheim war, sagte sie: «Bitte, fahr weiter!» Es ging mir so schlecht ... was man aber betonen muss: Ich fahre heute schmerzfrei, ohne jedes Medikament. Von meinem letzten Knorpelschaden ist auf dem MRI heute, nach nur zwei Jahren, nichts mehr zu erkennen.

## Machen Sie sich Gedanken über mögliche Folgeschäden, über Ihr Knie mit 60 Jahren?

Auf jeden Fall. Hätte mein Arzt gesagt, es sei nicht zu verantworten, dass ich weiterfahre, hätte ich garantiert aufgehört. Mein medizinisches Umfeld hat immer sehr rational agiert. Als ich mit 17 die schlimmste Verletzung hatte, hat mich mein Arzt zu einem Psychologen geschickt und gesagt, er lasse mich erst wieder fahren, wenn er von dieser Seite ebenfalls das Ok habe.

## Sie haben Gespräche mit Janica Kostelic erwähnt, ist es üblich, dass

## sich Athleten untereinander über ihre Verletzungen austauschen?

Eine Art «Club der Verletzten»? Natürlich fühlt man sich da verbunden, auch mit einem Jan Hudec, der so viele Rückschläge erlitten hat, mit Tina Weirather, Beat Feuz. Man versteht sich.

## Werden medizinische Ratschläge weitergegeben?

Das nicht, es wird schnell klar, dass jedes Knie verschieden ist. Was bei mir funktioniert, muss bei anderen noch lange nicht funktionieren.

## Aber Sie können ein Vorbild sein, was nach so vielen Operationen sportlich noch möglich ist.

Das auf jeden Fall, gegenseitige Motivation ist enorm wichtig. Es wäre schön, wenn ich gerade jungen Menschen zeigen kann, dass es wichtig ist, in schwierigen Situationen nicht aufzugeben.

## Wie sehr kann die Goldmedaille Ihre Zukunftspläne beeinflussen?

Ich spüre, dass es nicht mehr viele Schräubchen gibt, die ich anziehen kann. Die wenigen Details, in denen ich noch Verbesserungspotenzial verspüre, möchte ich im Sommer angehen.

## Zum Beispiel?

Im konditionellen Bereich habe ich noch Ideen für Veränderungen oder im technischen Bereich im Riesenslalom. Aber da geht es um Nuancen, und wenn ich die ausgeschöpft habe, werde ich auf einen Weg zurückblicken können, der megalehrreich war, megaspännend, megaschön, megahart und sehr emotional. Ob ich dann auf Rang 5 oder 20 in der Welt bin, spielt keine Rolle mehr.

## Sie könnten jetzt schon einen anderen Beruf haben, bereuen Sie das nicht?

Nein, ich habe meinen Weg gewählt. Klar, bei minus 40 Grad in Lake Louise, wenn das Gesicht im Ziel abgefroren ist, denke ich manchmal: «Was zum Teufel tue ich hier?» Aber es ist ein wahnsinnig schönes Leben, das ich führen kann.

## Eröffnet der Olympiasieg mehr Raum für Gedanken an ein neues Kapitel im Leben?

## «Ich werde auf einen Weg zurückblicken können, der megalehrreich war, megaschön, megahart und sehr emotional.»

Nein, diese Gedanken hatte ich in den vergangenen zwei Jahren schon sehr häufig. Ich habe einen guten Plan.

## Wie sieht der aus?

Ich möchte auf jeden Fall wieder mein Physikstudium aufnehmen. Der Zeitpunkt ist offen, aber sobald ich das Gefühl habe, dass ich mich auf der Piste nicht mehr verbessern kann, sage ich «Merci».

## Hat es Sie irgendwann einmal geärgert, dass Sie früher mehr auf Ihre Leidenschaft zum Fliegen angesprochen wurden als auf Ihre Karriere als Skifahrerin?

Ich würde in dieser Hinsicht anders reagieren, denn damals wurde einiges falsch dargestellt. Es gibt Menschen, die denken, ich sei Kampfpilotin. Um Gottes willen! Das ist mir fast peinlich. Wenn ich heute Piloten der Patrouille Suisse treffe, entschuldige ich mich erst einmal eine halbe Stunde ... das ist ein 150-Prozent-Job, wie meiner auch. Es ist völlig absurd, zu glauben, man könne beides gleichzeitig machen.

## Welche Ausbildung haben Sie nun tatsächlich gemacht?

Ich habe die fliegerische Vorschulung. Das stand zwar in den meisten Artikeln korrekt, aber manchmal im Titel eben nicht, und Titel sind meinungsbildend.

## Wird man im Sport ehrgeizig oder durch Ehrgeiz eine gute Sportlerin?

Es braucht einen gewissen Ehrgeiz, um eine gute Sportlerin zu werden, weil es in jeder Karriere schwierige Momente gibt. Fehlen dann Ehrgeiz und Motivation - die man nur sehr schwer unterscheiden kann -, ist es nicht möglich, an die Spitze zu kommen. Andererseits: Wenn man in einem Bereich gut ist, macht es mehr Spass, und dann ist es auch einfacher, motiviert zu sein.