



Newsletter

08.10.2019

Erstes Eistraining 2019/2020 erfolgreich in Lillehammer gestartet



Traditionell haben unsere Kunstbahnrodler ihr erstes Eistraining wieder Anfang Oktober gestartet. Mit dabei auch unser neues Doppel Yannik Müller und Armin Frauscher, die erste Fahrten im Eiskanal von Lillehammer absolviert haben. Georg Fischler aus dem Trainerstab der Österreichischen Rodler-Mannschaft, der zusammen mit Peter Penz in erster Linie für den Aufbau unseres neuen Doppelsitzers verantwortlich ist, hat uns nach den ersten Tagen und vor der Weiterreise nach Sigulda einige Fragen beantwortet.

Wie ist aktuell die Stimmung nach den ersten Trainingserfahrungen im Team und wie schlagen sich Yannik und Armin?

Die Stimmung ist wie immer super. Die Vorbereitung im Sommer war wieder lange aber auch sehr effektiv. Die Athleten konnten es kaum erwarten, das Eis wieder zu befahren.

Auch Du bist vor Jahren vom Einsitzer auf den Doppelsitzer umgestiegen. Was war für Dich damals die größte Herausforderung? Wo sind die größten Unterschiede?

Meine Situation war damals ein wenig anders. Ich war erst 15 Jahre alt. Bei den Junioren bekommt man ein wenig mehr Zeit, um sich auf die neue Rodel bzw. an das neue Gespann zu gewöhnen.

Wie kam es zur Besetzung Hintermann Armin Frauscher und Vordermann Yannik Müller? Hat das etwas mit dem Gewicht der beiden zu tun? Gibt der Kleine „Untere“ die grobe Richtung vor und der Große „Obere“ muss filigran steuern?



Newsletter

Wir hatten letzte Saison das Glück, sechs Herren auf fünf Weltcup-Plätze zu haben. Yannick stieg heuer in das National Team auf so war klar, wir brauchen ein neues Doppel. Dass der Größere oben liegt, hat mit der Aerodynamik zu tun. Den Lenkvorgang machen beide, wobei der Vordermann mehr einwirken kann.

Ist es richtig, dass der Doppelsitzer die schwierigste Disziplin ist, weil man schneller umkippen kann?

Grundsätzlich ist es mit Sicherheit schwieriger einen Doppelsitzer zu steuern als einen Einsitzer. Man hat einen höheren Schwerpunkt, die Rodel reagiert langsamer durch das Gesamtgewicht und es sind zwei Athleten die zu 100 Prozent zusammen harmonisieren müssen.

Wie kommt man im Doppel zur Harmonie und zur synchronen Bewegung? Lässt sich das überhaupt antrainieren oder lernen?

Die Grundvoraussetzungen müssen schon passen, man kann aber natürlich spezifisch trainieren.

Eigentlich müsste doch im Sinne des (tieferen) Schwerpunkts der Schwerere als Hintermann unten liegen, zumal dieser auch mit seinen Gewichtsverlagerungen die grobe Richtung vorgibt. Warum ist das gerade anders herum?

Am Start hat der Größere, der die Startbügel im Griff hat, mehr Hebelwirkung durch die längeren Arme und zum anderen verdeckt der Größere beim Fahren den kleineren, was natürlich aerodynamisch wieder besser ist.

Wird ein Doppelsitzer-Schlitten anders gesteuert als ein Einsitzer?

Die Steuerung ist dieselbe, beim Doppel werden die Aufgaben verteilt.

Wie geht Armin mit seiner Rolle als Hintermann um?

Sie sind beide in die Neue Rolle schnell und gut hineingeschlüpft. Natürlich gibt es am Anfang ein paar blaue Flecken und Druckstellen, bis die Rodel genau auf die beiden eingestellt ist.



Newsletter

Wie geht es jetzt weiter, was sind die nächsten steps?

Am Anfang heißt es, fahren, fahren, fahren. Viele Läufe machen und das neue Gefühl zu bekommen, neue Starthöhen kennen zu lernen.

Werden Yannik und Armin jemals wieder im Einsitzer starten?

Aus momentaner Sicht, nach einer Woche am Eis, glaube ich das nicht.

Abschließender Kommentar von Georg Fischler:

Die Jungs haben einen großen Vorteil, sie bekamen einen arrivierten Schlitten. Sie wissen, wie er funktioniert und können darauf vertrauen. Für mich haben sie sehr viel Potential und ich würde mich freuen, wenn es ihnen schnellstmöglich gelingen würde, den Anschluss zu finden. Lillehammer ist eine gute Bahn zum Starten. Aber in Sigulda muss man kämpfen. Für uns immer eine der schwierigsten Bahnen im Zirkus.

Danke für das Gespräch.

Noch zu guter Letzt:

Es gibt ein Gardasee-Video über die Vorbereitungen des Österreichischen Rodel-Nationalteams (https://www.youtube.com/watch?v=bB7_xfbb25Y) mit zehn Kernaussagen. Diese auf Yannik und Armin übertragen, würde bedeuten:

1. **Start of new season:** Ungewisser kann ein Start in die neue Saison nicht sein, da Yannik und Armin ins kalte Wasser gesprungen sind, und ein gänzlich neues Abenteuer mit dem Doppelsitzer auf sie wartet.
2. **New goals:** Mit ihrem ersten Einsatz im Doppelsitzer haben beide zwangsläufiger Weise neue Ziele. Einerseits ist es schwierig mit dem neuen Sportgerät umzugehen, andererseits sind aber auch die Erwartungshaltungen und der Druck auf sie nicht so groß, wie in der Einzelkonkurrenz.



Newsletter

3. **New faces:** Die neuen Gesichter beziehen sich selbstverständlich auf unsere „Neuen“ in der Mannschaft. Aber im übertragenen Sinne stehe die beiden vor einer neuen Herausforderung und – ganz wichtig – auch einer neuen Chance!
4. **One team:** Unsere Rodelmannschaft war schon immer eine verschworene Gemeinschaft. Einfach weil wir wissen, dass wir im harten Wettbewerb nur gemeinsam bestehen können. Jetzt formen wir mit zwei guten Einzel-Rodlern ein weiteres, wettbewerbsfähiges Doppel-Team.
5. **Focussed:** Yannik und Armin haben ihre Herausforderung angenommen und sind sehr stark auf ihren Erfolg fokussiert. Wahrscheinlich sogar stärker, als wenn sie weiterhin im Einzel an den Start gehen würden.
6. **Passionate:** Im Doppelsitzer an den Start zu gehen ist eine andere Welt als im Einzel. Es braucht schon eine gewisse Empathie für den Partner, wenn man Siegchancen haben möchte. Und das ist die Leidenschaft, die schon immer ein Doppel ausgezeichnet hat.
7. **Strong:** Um den Schritt vom Einsitzer zum Doppel zu schaffen, muss du hart arbeiten und hart gegenüber dir selber sein. Und das ist Yannik und Armin bewusst und beide wollen auch beweisen, dass sie es schaffen können.
8. **Never resting:** Damit die beiden diesen Wechsel erfolgreich gehen und abschließen können, müssen sie auch mental stark sein. Jedenfalls haben sie diese Herausforderung angenommen.
9. **Pushing the limits:** Eine Floskel im Leistungssport. Klar werden die beiden alles versuchen, um erfolgreich zu sein. Und dafür musst du im Leistungssport an deine Grenzen gehen.



Newsletter

10. **Searching for new challenges:** Der Weg, den sie eingeschlagen haben, ist eine einzigartige neue Herausforderung!