



01.02.2024

Newsletter 025

Nach Altenberg ist vor Altenberg



Ein Novum im FIL-Rennkalender und das gleich dreimal bietet uns die Rennsaison 2023/2024: Zwei Rennen innerhalb von zwei Wochen im gleichen Eiskanal: Altenberg WM und Altenberg WC, danach zweimal Oberhof und dann zweimal Sigulda. Wir haben unseren drei Halltaler, David und Nico Gleirscher und Armin Frauscher fünf

Fragen gestellt, wie sie mit dieser spezifischen Situation umgehen.

Wie hast Du die Zeit nach der WM in Altenberg bis zum WC-Training verbracht?

David: Ich bin am Samstag nach dem WM-Rennen nach Hause gefahren und habe die paar Tage mit meiner Familie genossen.

Nico: Ich bin am Sonntag nach Hause gefahren und habe die Zeit zuhause mit der Familie, mit Freunden und mit meiner Freundin genossen.

Armin: Die Zeit habe ich zuhause verbracht, mit viel Erholung und Regeneration.

Die WM war der Höhepunkt der Saison. Wie kannst Du Dich – sogar an gleicher Stelle – wieder aufs Neue motivieren?

David: Es fällt mir nicht schwer, mich wieder in Altenberg zu motivieren. Da das Einzelrennen nicht nach Wunsch verlaufen ist, habe ich natürlich das Ziel, diese Woche zwei gute Läufe abzuliefern.

Nico: Egal wo ich nach einer WM oder nach einem WC bin. Um den Fokus wieder zu 100 Prozent auf das nächste Rennen zu legen dauert es, aber dann zum Rennen selbst muss es wieder passen.

Armin: Dadurch das bis jetzt erst 50 Prozent aller Rennen vorbei sind, fällt es mir leicht, voll motiviert zu sein. Noch haben wir fünf Weltcup-Rennen vor uns.



Ist es für Dich ein Vorteil, direkt eine Woche später noch einmal im gleichen Eiskanal um Weltcup-Punkte zu kämpfen?

David: Naja, es ist schon ein bisschen komisch, nach der WM noch ein WC-Rennen hier an gleicher Stelle in Altenberg zu fahren. Aber auf der anderen Seite ist es angenehm, da ich nicht mehr so viel am Material testen muss.

Nico: Ich denke es ist für keinem von uns leicht nach zwei kräftezehrenden Wochen wieder am gleichen Ort um Weltcup-Punkte zu kämpfen. Für mich wäre ein Tapetenwechsel wichtig gewesen.

Armin: Für mich und Yannick ist es auf jeden Fall ein Vorteil, da wir in Altenberg schon viele Trainingsläufe hatten. So können wir uns super und entspannt auf den Weltcup vorbereiten.

Gibt es für Dich aufgrund der Erfahrung aus der WM etwas, was Du für den WC anders machen wirst?

David: Ja, dass *ein* guter Lauf nicht ausreicht. Also werde ich zwei gute Läufe machen.

Nico: Ja eigentlich recht viel. Wir sind schon wieder beim Material testen, damit ich für die restliche Saison weiß, was zu tun ist. Wirklich schlauer bin ich aber erst nach diesem Rennen.

Armin: Ja, ich sehe es ein wenig als Chance, dass bei vielen jetzt die Luft ein wenig raus ist.

Wie schätzt Du aktuell Deine Chancen für den WC Altenberg ein?

David: Ich glaube ich kann auch im Weltcup in Altenberg wieder ganz vorne angreifen.

Nico: Wie man gesehen hat, kann sehr viel passieren. Man muss zweimal recht sauber fahren, dann ist sehr viel möglich. Aber trotzdem probiere ich schneller zu werden.

Armin: Wir werden sehen.

Zeitplan Weltcup Altenberg

Foto: © IBSF