

HALLO



Wintersport ist angesagt. Ob auf der Piste oder im Eiskanal – der schnellste wird derjenige sein, der zwischen den Toren oder im Eiskanal die Ideallinie erwischt, um das Tempo und den Schwung bis ins Ziel mitzunehmen – **Spur pur.**

Der Sportler setzt dafür alles ein – mit dem Risiko, dass eine Unachtsamkeit zum Aus führt. Mal von der Ideallinie abgekommen, summieren sich die Fehler mit grosser Auswirkung. Irgendwie typisch auch fürs Leben.

In dieser Ausgabe erzählen Menschen im Sport von ihrer Suche nach der Ideallinie sowohl im Leben wie im Sport. Sie sind Profis in ihrem Fach, und doch machten sie die Erfahrung, dass ein Spurwechsel in ihrem Herzen notwendig wurde – und dies nicht ohne Auswirkungen!

Im Suchen und Finden deiner Ideallinie wünsche ich dir ermutigende Impulse fürs neue Jahr.

Thomas Zindel

THE START ZITAT

«Als Trainer weiss ich um die Bedürfnisse der Athleten. Speziell vor Grossanlässen braucht nicht nur der Körper, sondern auch die Seele und der Geist des Sportlers die nötige Beachtung und Unterstützung. Für mich persönlich ist das biblische Menschenbild im Sport relevant und daher sehr aktuell.»



Jürg Matti
Coach Swiss Snowboard Team



URSULA BRUHIN: GOTT ON BOARD

Sie war unsere Alpin-Hoffungsträgerin für Salt Lake City – wegen eines Fahrfehlers musste sie zu Hause bleiben. Jetzt will sie es noch einmal wissen! Nach einem siegreichen Saisonauftakt hatte Ursula Bruhin allen Grund zum Feiern, zumal sie jetzt schon einen 3., einen 2. und einen 1. Rang zu verbuchen hat. Ihr Saisonziel ist klar: Gut fahren und gesund bleiben. Bei den Olympischen Spielen von Turin möchte sie dabei sein, doch soweit will sie noch nicht denken: «Ich nehme jedes Jahr, so wie es kommt».

Interview: Reto Smonig

Neu findet der ganze Snowboard-Weltcup unter der Leitung der FIS statt. Was ändert sich nun für dich?

Es wird für mich nicht mehr so stressig sein, weil ich mich nur noch auf eine Tour konzentrieren muss. Da ich durch die Qualifikations- und Selektionsrennen schon bei der FIS mitfahre, ändert sich eigentlich nicht vieles.

Was motiviert dich noch, weiterhin Leistungssport zu machen?

Der Sport an und für sich ist eine Herausforderung. Der Reiz ist gross, nicht nur bei der ISF, sondern auch bei der FIS auf Weltrang 1 zu stehen. Zudem läuft die Zusammenarbeit mit den Sponsoren immer besser, was in der jetzigen Wirtschaftslage sehr erfreulich ist.

Bei einem Rennen geht es ja in erster Linie darum, zwischen den Toren die Ideallinie zu finden. Wie spürst du, ob du auf dieser Linie bist?

Wichtig ist, dass ich auf der Ideallinie den Zug und den Schwung aus den Toren mitnehmen kann. Daraus resultiert dann eine bessere Beschleunigung. Zusätzlich brauche ich auch den richtigen Rhythmus. Das ergibt ein gutes Feeling beim Fahren. Oft meinen die Zuschauer, ich sei super gefahren, weil ich nicht so mit



Anton Gräser

den Händen gerudert habe. Ich selbst jedoch hatte das Gefühl, hin und her geschleudert zu werden, weil ich mit den Beinen alle Schläge abfangen musste. Diesen Kampf kriegt man von aussen natürlich nicht so mit.

Wie findest du die Ideallinie im Leben?

Ich höre auf mein Herz. Das heisst, dass ich mich selber zuerst kennenlernen muss. Das Optimum der Erfahrungen der letzten Jahre herauszuholen, und durch das Gebet offen zu werden, das hilft mir, die Ideallinie zu finden. Je länger je mehr finde ich im Gebet die Antwort und spüre, wo's lang geht. Die Antwort bekomme ich aber auch von Kollegen und Freunden. Ich musste zuerst lernen, dafür offen zu sein, um die Impulse ernst zu nehmen.

Hat das Finden der Ideallinie etwas mit Prioritäten zu tun?

Ich achte genau darauf, dass ich meinen Körper wie auch meinen Geist optimal trainieren kann. Auf dem Hometrainer lese ich z.B. christliche Literatur und Artikel, die meinen Glauben stärken. Ich setze in meinem Leben die Prioritäten so, dass ich beides gut verbinden kann.

Welche Rolle spielt die innere Einstellung?

Wenn ich mit einer schlechten Stimmung snowboarden gehe und überall nur das Schlechte sehe, habe ich schon verloren. Stattdessen denke ich in solchen Momenten an Menschen, die den ganzen Tag im Büro sitzen und werde mir bewusst, dass ich ja an der frischen Luft fahren kann. Ich fange an zu danken und bin froh über meine

Lebensumstände. Ich versuche, Gott für alles zu danken. Dann kommt Freude in mir auf, und so erhalte ich Kraft. Kurz vor dem Start schicke ich ein Stossgebet Richtung Himmel, und dieses Gebet erfüllt mich mit Freude. Solche Erfahrungen stärken mich enorm und geben mir Zuversicht. Je mehr ich online mit Gott lebe, desto eher bin ich auf der Ideallinie – im Sport und im Leben.

Das Überwinden von Grenzen – im Leben und im Sport?

Früher wendete ich positives Denken an. Ich lernte, mich meiner Gedanken bewusst zu werden und sie auf das Gute zu lenken. Doch oftmals blieb Unsicherheit und viel Stress zurück. Jetzt bete ich in solchen Situationen zu Gott und bitte um die nötige Konzentration und das Gelingen.

An meinen letzten beiden Rennen machte ich diesbezüglich sehr konkrete Erfahrungen: Eigentlich bin ich bei beiden Rennen mit Grippe angetreten. Nach dem ersten Renntag war ich durch die Grippe und die Anstrengung fix und fertig, aber froh, dass ich mit letzter Kraft doch noch den 3. Rang erreicht hatte. Doch fragte ich mich, woher ich die Kraft für das nächste Rennen hernehmen würde. Am Tag darauf fuhr ich in der «Quali» Bestzeit. Ich fühlte mich aber so zerschlagen von der Grippe, dass ich mich hinlegen musste. Eine Stunde döste ich, schlürfte eine Bouillon und trank einen Tee. Um Himmels willen, wie sollte ich in diesem Zustand bloss ein Rennen fahren? Ich fing an zu beten: «Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit, in Ewigkeit. Amen.» Dann ging ich an den Start für das Finale.

Ich fuhr einen Lauf nach dem anderen und musste jedes Mal alle Kraft zusammen nehmen. Ich betete weiter und siehe da, von Lauf zu Lauf ging es mir wirklich besser. Der letzte Lauf gegen Nicolien (NL) war ein super Fight. Beide gaben alles, bis aufs Letzte... und ich kam als Siegerin durchs Ziel. Ich war überglücklich und dankbar. Halleluja, der Herr ist gross! Das musste natürlich gefeiert werden, doch mit Mass, denn ich musste ja schauen, dass ich meine Grippe wegstiegte...

Wie reagieren deine Freunde auf deinen Glauben?

Weil ich jetzt in einem neuen Team bin, weiss ich es noch nicht. Ein Kollege hat mich einmal gefragt, was der Unterschied zwischen Gott und autogenem Training sei. Ich konnte ihm erzählen, dass der Glaube an Gott den letzten Kick im Leben geben kann. Das Vertrauen in Gott vermittelt Ruhe, und dies wiederum gibt die Bestätigung, dass man auf dem richtigen Weg ist. Bis jetzt habe ich von aussenstehenden Leuten, die einen Artikel über mich gelesen haben, positive Feedbacks bekommen. Damit möchte ich allen, die hinter mir stehen und mir dadurch frischen Mut schenken, einen herzlichen Dank aussprechen.

Vielen Dank Ursula Bruhin und viel Erfolg für den Rest der Saison!

