

Rainer Schönfelder: „Ich sehe Licht am Ende des Tunnels“

Skisport ist relativ. Aber Rainer Schönfelder ist mit Platz 23 im Slalom von Alta Badia sehr zufrieden. Denn: Das Rennen war nach einer schwierigen Phase mit mehreren Verletzungen (an seinen Problemen am Schienbein laboriert er noch immer) in Serie ein erster Schritt zurück in die Zukunft. Es war sein erstes Slalom-Ergebnis seit Schladming 08. „Der Weg zurück führt über meine Ressourcen im Slalom, das war in dieser Saison erst mein 4. brauchbarer Trainingstag“, sagt Rainer Schönfelder. Er will mit Sonder-Trainingsgruppen über Weihnachten daheim auf der Petzen weiter Terrain auf die absolute Weltspitze gut machen.

„Das ist eine Phase, da kann man gut Bescheidenheit lernen“, resümiert Rainer Schönfelder. Während im Riesentorlauf aufgrund seiner Verletzungsprobleme derzeit „nicht mehr möglich ist, als anzuerkennen, dass derzeit nichts möglich ist“, zeigte sich im Slalom von Alta Badia Licht am Ende des Tunnels. „Es war wichtig, zumindest einmal ein Ergebnis im Ziel zu haben, der zweite Durchgang war unten schon ganz ok – darauf kann ich, wenngleich vorsichtig, aufbauen“, sagt Rainer Schönfelder. Und wie er schon vor den Rennen erklärt hatte, wirken sich seine aktuellen Verletzungsprobleme im Slalom weniger drastisch aus als im Riesentorlauf: „Die Beeinträchtigung ist, dass die Nervenstrukturen an der verletzten Stelle kaputt sind. Zum Nachempfinden: Mein Gefühl im linken Schienbein ist so, wie wenn einem ganz arg der Fuß eingeschlafen ist! Das Problem: Im Riesentorlauf, wo man Schwünge teilweise andriften muss, fehlen mir Sensorik und Motorik um die Schwünge anzusteuern – ich spür nicht, wie mein Fuß und mein Ski stehen, deshalb macht das im Moment wenig Sinn und wann sich die Nerven wieder nachbilden, kann derzeit keiner sagen. Im Slalom ist die Druckverteilung anders, weil die Schwünge auf der Kante gearvt werden, da ist es einfacher für mich“, erläutert Schönfelder.

„Mich langsam wieder an meine mögliche Performance und die Spitze herantasten...“

Die Strategie für die Weihnachtspause ist klar – die Pause wird kurz: „Ich hoffe auf gute Bedingungen daheim auf der Petzen. Dort laufen alle Vorbereitungen, dass ich mich in den Feiertagen mit Sonder-Trainingsgruppen noch weiter herantasten kann, denn das Rennen in Alta Badia war in der laufenden Saison erst mein 4. vollwertiger Tag auf Rennbedingungen. Jetzt brauche ich Tore, Tore, Tore um mich wieder an meine Performance und an die Spitze heranzutasten. Ausschließlich Slalom-Training, das ist meine Kerndisziplin, über die ich alles andere aufbauen kann und muss. Das ist meine Chance, doch noch bei der WM dabei zu sein. Ich muss mich jetzt fokussieren, sobald im Kern die Leistung wieder stimmt, kann ich wieder über meine Strategie für andere Disziplinen nachdenken“, sagt Rainer Schönfelder. Und: Ivica Kostelic habe mit dem Sieg in Alta Badia gezeigt, dass Klasse und Routine nicht aus der Mode kommen – auch nicht nach Jahren...

„Weihnachtsfeier mit Stams-Kumpels und daheim mit der Familie in Kärnten...“

Die Pause wird kurz. Rainer Schönfelder wird sie so nützen, wie sie für ihn die höchste Qualität hat – in Form von Zeit mit seiner Familie und seinen besten Freunden! Aus Alta Badia reist er weiter auf den Kreischberg in die Steiermark: Dort ist eine Weihnachtsfeier mit Freunden aus der Zeit im Skigymnasium Stams auf dem Programm. Dann geht es heim nach Kärnten, Weihnachten mit seiner

Freundin Manu im Kreis der Familie. Schon ab 24. Dezember will Rainer Schönfelder mit seinem Sonder-Training für die Jänner-Rennen beginnen.

Rückfragehinweis:

Michael Holzer

SCHÖNFELDER MEDIA MANAGEMENT

T: +43.664.246.90.80

F: +43.664.457.66.02

M: media@schoenfelder.at