

# Zu dritt in einer sportlichen Grossfamilie

Die jungen Geschwister Maag aus Wernetshausen leben für den Rodelsport. Nach intensiven Trockenübungen im Sommer brennen sie auf den Eiskanal.

Von **Nicolas Bircher**

**Rodeln.** – Rodeln zählt bei der Masse nicht zum Trend. Doch bei einer Oberländer Familie ist die Sportart hoch im Kurs. Christian (14), Reto (12) und Natalie (10) Maag sind alle Mitglied des Neuen Bob- und Schlittelclubs Girenbad und donnern für ihr Leben gerne auf dem Schlitten den Eiskanal hinunter.

Dieser Sport scheint der Familie Maag in den Genen zu liegen. Bereits die Eltern waren begeisterte Aktive, auch Christians Gotte rodelte und trainiert nun die Geschwister. Durch die Eltern haben sie Einblick in diese Sportart erhalten. Doch dies ist nicht der einzige Grund, wieso sie sich dafür begeistern können. Neben dem Reiz an der hohen Geschwindigkeit ist es vor allem die familiäre Atmosphäre, die dem Trio zusagt. «Es macht halt nicht jeder diesen Sport», meint Christian, «dafür ist es eine richtige Familie. Jeder spricht mit jedem.» Auch Natalie schätzt die guten Kontakte unter den Sportlern. «Die Kadermitglieder helfen uns Jüngeren, geben uns Tipps und schauen auch mal bei den Trainings vorbei.» Mädchen und Frauen gibt es nur wenige im Rodelsport, doch das stört Natalie nicht. Sie hat immer Spass «mit dä Buebe». Reto würde das Rodeln ebenfalls nicht gegen eine Sportart in einem grossen Verein eintauschen.

Die Geschwister Maag aus Wernetshausen freuen sich auf die bevorstehende Wintersaison, wenn ihre Aktivität vom Trockenen wieder aufs Eis verlegt wird. Dennoch sind sie das Jahr über nicht untätig geblieben, denn Rodeln ist ein Sport fürs ganze Jahr. «Im Sommer schrauben wir dem Schlitten einfach Räder an», erklärt Natalie. Neben Start- und Rolltrainings im Freien werden auch in der Halle fleissig Koordination und Beweglichkeit trainiert. «Ausdauer und Schnellkraft vor allem im Oberkörper sind zudem beim Rodeln extrem wichtig», ergänzt Christian. Spezielle Übungen gibt es für den Kopf und die Nackenmuskulatur, die während der Fahrt hohem Druck ausgesetzt sind.

## Erster Lohn für grosses Engagement

Der Aufwand, den die Geschwister betreiben, ist beträchtlich. Vor allem Christian, der bereits den Sprung ins nationale Jugendkader geschafft hat, leistet einiges. Laut seinem individuellen Trainingsplan sollte er zehn Stunden pro Woche trainieren. «Notfalls kann der Plan angepasst



BILD RENÉ KÄLIN

Reto, Natalie und Christian Maag (v.l.) stehen ein für die Schweizer Nachwuchsbeziehung im Rodelsport.

werden, wenn man sich nicht fit fühlt», meint er. Dennoch bleibt ihm neben Training und Schule nicht viel Freizeit.

## Auch erste schmerzliche Erfahrungen

Die Geschwister haben Grosses vor. «Gut fahren und gute Plätze herausholen» möchte Natalie. Gespannt ist sie vor allem auf St. Moritz, dessen Bahn als schnell und besonders anspruchsvoll gilt. Daneben möchte sie am Grossen Preis von Innsbruck teilnehmen, wo sie letztes Jahr im Training stürzte und für das Rennen passen musste. Dass Rodeln nicht ungefährlich ist, musste auch Reto erfahren. Bei einem Rodelunfall zog er sich ein Schädel-Hirn-Trauma zu. Zwei Jahre muss er nun eine Rennpause einlegen. Dies hindert ihn aber nicht daran, im Training alles zu geben. Christian hat ebenfalls Pläne: Diese Saison gilt es sich zunächst mit einem schwereren Schlitten vertraut zu machen. Daneben möchte er mit einem Kollegen endlich wieder einmal ein erfolgreiches Schweizer Gespann auf die Beine stellen.

Doch das ist nur der Anfang: Das Ziel ist Olympia 2014. Sollte Christian Maag in Sotschi überzeugen, wäre das nicht nur für seine eigene Familie, sondern für die ganze Schweizer Rodelfamilie ein Erfolg.

## Nur das Rennprogramm ist dosiert

Isabelle Kägi aus Girenbad bei Hinwil zählt weiterhin zu den grössten Schweizer Nachwuchshoffnungen im Eiskanal. Nach dem verhaltenen Auftritt an der Nachwuchs-WM in Lake Placid im Februar (17. Rang) brauchte die junge Athletin zwar Zeit und Abstand, ehe sie die Schlappe verdaute. Weil auch die schulischen Leistungen des KV-Lehrlings unter dem dreiwöchigen Trip nach Nordamerika gelitten hatten, stand eine Pause zur Diskussion. Gemeinsam mit ihren Eltern und den Trainern ging Kägi, die heute ihren 18. Geburtstag feiert, über die Bücher. «Doch weil mir der Rodelsport so viel bedeutet, wollte ich keine ganze Saison darauf verzichten.»

Deshalb freudete sich das Mitglied des Schweizer B-Kaders mit einem Kompromiss an. Weil im Sommer

die Abschlussprüfungen anstehen, startet sie diesen Winter nur zu ausgewählten Rennen. «Das heisst nicht, dass ich deswegen weniger Gas gebe», betont Kägi. Bei einem zweiwöchigen Lehrgang legte sie zuletzt sehr positive Tests ab und konnte den Abstand zu den führenden deutschen Fahrerinnen beträchtlich verringern.

Bereits mit einem Paukenschlag beginnt nächste Woche in Innsbruck die Saison. Die Oberländerin erhält erst zum zweiten Mal die Chance, im Weltcup Luft zu schnuppern. Anschliessend kehrt Kägi in den Juniorinnen-Zirkus zurück. In Königsee sowie nach einem längerem Unterbruch auf der Bahn in Igls möchte sie sich zum vierten Mal für eine WM, die 2009 in Nagano stattfindet, aufdrängen. (bud)



Isabelle Kägi.