

Aargauer Sportler des Jahres 2007!

Matthias Merz, Weltmeister im Orientierungslauf Langdistanz, im Interview

Matthias Merz, Sie hatten letztes Jahr eine traumhafte Saison. Genau einen Monat nach dem Weltmeistertitel im Orientierungslauf Langdistanz haben Sie in Bowil die Schweizermeisterschaft in Langdistanz gewonnen. In den Weltcup Läufern konnten Sie sich unter den Top 10 platzieren und im Biofarm Cup sicherten Sie sich schon zum dritten Mal in Folge den Sieg in der Gesamtwertung. Zudem holten Sie sich an den Teammeisterschaften zusammen mit Hubert Klauser und Ihrem Bruder Jonas Silber. Waren Sie überrascht von diesen sportlichen Erfolge und auf was führen Sie diese zurück?

Matthias Merz: Überrascht ist vielleicht das falsche Wort. Aber erwartet waren diese Erfolge sicher nicht. Mein Ziel anfangs Saison war, ein Diplom an der WM zu holen (erste 6). Falls alles super laufen würde, hatte ich einen Traum: die Medaille. Dass es sogar zu Gold reichen könnte, damit hatte ich nicht gerechnet. Diese grossen Erfolge sind auf verschiedene Faktoren zurückzuführen. Zum einen konnte ich über mehrere Jahre sehr gut trainieren ohne grosse Verletzungen. Die damit gewonnene läuferische Stärke machte solche Resultate erst möglich. Weiter habe ich technisch und mental an einem Konzept gearbeitet und erfolgreich einsetzen können.

Wie haben Sie sich konkret für die Weltmeisterschaft in der Ukraine vom 18. bis 26. August in der Ukraine vorbereitet?

Für die WM habe ich mich letztes Jahr speziell vorbereitet. Ich absolvierte im Vorfeld für dreieinhalb Wochen ein Höhentrainingslager im Engadin. Dazu lebten wir auf 2500 Meter über Meer (auf dem Muottas Muragl) und trainierten die meiste Zeit unten im Tal auf 1800 Metern. Physisch war ich also sehr gut vorbereitet. Weil im OL aber vor allem auch die technischen und mentalen Aspekte zählen, bestritt ich mit dem Nationalkader in der Woche vor der WM ein Trainingslager im relevanten Gelände in Kiew. Dort konnten wir noch kleine Anpassungen machen in der Technik.

Orientierungslauf ist eine Randsportart. Wie sind Sie auf diese Sportart gekommen?

Als ich mit Orientierungslauf begonnen hatte, traf diese Tatsache sicher noch mehr zu als heute. Zu dieser Sportart bin ich durch einen Ferienkurs des lokalen Vereins (OLG Rymenzburg) gekommen. Ich ging ohne grosse Erwartungen hin und kam begeistert zurück.

Was fasziniert Sie besonders am Orientierungslauf?

Laufen und dabei immer auch den Kopf zu gebrauchen. Jeder Wettkampf ist eine neue Herausforderung. Es gibt keinen Lauf, der gleich ist. Man erlebt immer neue Wettkampfarenen: Wälder, Landschaften oder Städte.



Bild: z.V.g.

Matthias Merz, Weltmeister im Orientierungslauf Langdistanz aus Beinwil am See ist auf Erfolgskurs.

Wieviel Zeit «opfern» Sie pro Woche für die Sportart Orientierungslauf?

Wenn es ein «opfern» wäre, würde ich es mir nochmals genauer überdenken... Ich verbringe etwa 10 bis 15 Stunden mit dem physischen Training. Dazu kommt die Zeit, die es zusätzlich braucht für Duschen, Anfahrt, Mentaltraining, usw. Trainingslager sind es rund 5-6 Wochen pro Jahr (manchmal auch mehr) und viele Wettkämpfe.

Dieser Sport ist ja zum Teil auch sehr kopflastig. Betreiben Sie auch noch einen Ausgleichssport, um Abwechslung zu haben?

Mein alltägliches Training besteht hauptsächlich aus Lauf- und Krafttrainings. Orientierungslauf selbst übe ich in Trainingslagern in neuen Geländen oder dann an den Wettkämpfen. Alternativtrainings kommen vor allem dann zum Zuge, wenn ich zum Beispiel verletzungsbedingt nicht so viel laufen kann. Dann gehe ich zum Beispiel aufs Bike oder im Winter auf die Langlaufskis. Spielsportarten betreibe ich spasseshalber sehr gerne, komme aber zu wenig dazu.

Wo und wie häufig sind Sie im Ausland im Einsatz?

Das hängt stark vom jeweiligen Wettkampfprogramm ab. Letztes Jahr musste ich wegen dem Studium teilweise etwas kürzen beim internationalen Programm. Trotzdem war ich in Spanien, Finnland, Dänemark, Frankreich, Schweden, Ukraine und Tschechien unterwegs. Sehr häufig sind Reisen nach Skandinavien, weil dort Orientierungslauf einen höheren Stellenwert hat und entsprechend mehr Wettkämpfe stattfinden.

Wie bringen Sie Beruf, Sport und Freizeit unter einen Hut?

Dies ist in der Tat nicht immer ganz einfach. Wichtig ist vor allem, dass ich phasenweise Prioritäten setze und meine Zeit gut aufteile.

Welchen Stellenwert hat der Orientierungslauf im Schweizer Sport?

Der Stellenwert hat sicher in den letzten Jahren zugenommen. Seit

einiger Zeit ist nun der OL sogar in die höchste Förderklasse von Swiss Olympic aufgestiegen. Trotzdem handelt es sich natürlich nach wie vor um keine der grossen Sportarten der Schweiz. Potential ist sicher noch vorhanden, auch weil sich diese Sportart auch gut als Gesundheitssport und für alle Alters- und Leistungsstufen eignet.

Kann ein OL-Wettkampf zur Routine werden oder bedeutet er immer eine neue Herausforderung?

Gewisse Abläufe versuchen wir natürlich zur Routine zu machen, das heisst zu automatisieren. Trotzdem bleibt der Wettkampf als solches immer einzigartig.

Welches sind die entscheidenden Elemente, um bei einem Orientierungslauf Sieger zu werden?

Man muss die Balance zwischen schnellem Laufen und dem Kartenlesen haben und unter grosser Anstrengung richtige Entscheidungen fällen können.

Welches sind Ihre nächsten sportlichen und beruflichen Ziele?

Letztes Jahr konnte ich in beiden Bereichen Erfolge verbuchen. An der ETH bestand ich die letzten Prüfungen des Bachelor Studiums, im Sport sind die Erfolge ja bereits bekannt. Mit dem Beginn des Master Studienganges und der neuen Saison kommen gleich weitere Herausforderungen auf mich zu. Ich freue mich sehr darauf!

Interview: Corinne Remund/
Malini Gloor

Schützen ohne Präsident

Versammlung des Schützenverbandes



Bild: z.V.g.

Die besten Jungschützen des Bezirks durften eine Wappenscheibe in Empfang nehmen (links im Bild der neue Jungschützenleiter des Bezirks Aarau, Thomas Roost)

Auch an der 64. Delegiertenversammlung des Schützenverbandes des Bezirks Aarau konnte das Amt des Präsidenten nicht besetzt werden.

pd- Zum Glück fand sich jedoch Thomas Roost, der das wichtige Amt des Bezirks-Jungschützenleiters übernimmt. Für das langjährige Wirken im Vorstand wurde der abtretende Match-Chef Max Lüscher zum Ehrenmitglied ernannt. Genau 100 Delegierte und Gäste durfte der Vizepräsident mit Präsidentenfunktion, Peter Anderegg, in der Turnhalle Dorf in Oberentfelden am letzten Freitagabend begrüßen.

Traktanden ohne Diskussionen genehmigt

Die meisten Traktanden wurden von den Delegierten ohne Diskus-

sionen genehmigt. Die Jahresrechnung schliesst mit einem verkräftbaren Verlust ab, das Budget 2008 ist ausgeglichen. Keine Gnade fand der Antrag des Vorstandes, die GM-Bezirksrunde an einem Samstagvormittag zu schießen. Die Bezirksrunde der Gruppenmeisterschaft wird wie bis anhin von Mittwoch 12 Uhr bis Samstag 20 Uhr geschossen. Der langjährige Matchchef Max Lüscher trat aus dem Vorstand aus. Für sein Wirken zu Gunsten des Schiesswesens wurde ihm die Ehrenmitgliedschaft verliehen. Als neues Vorstandmitglied und neuer Jungschützenleiter des BSV Aarau stellte sich der Erlinsbacher Thomas Roost zur Verfügung. Folgende Personen gehören dem Vorstand an: Peter Anderegg, Vizepräsident; Alfred Rufi, Kassier, Daniel Gloor, Samuel Kropf, Gottfried Utz und Werner Wernli.

Leidenschaft auf der Bühne

Hochkarätige Ballettaufführung in Aarau und Olten mit einem Profi-Ensemble

Auftritte höchster Güte zeigte in Aarau und Olten das Profi-Ensemble des international bekannten Choreographen aus Kasachstan, Bulat Aukhanov.

«Die Sprache des Tanzes ist vollkommener als die Sprache der Menschheit», ist Professor Bulat Aukhanov überzeugt. Und in der Tat: Der international bekannte Choreograph versteht es meisterhaft, den klassischen Tanz auf der Bühne zum Ausdruck zu bringen. Sein Profi-Ensemble des Staatlichen akademischen Theaters des klassischen Tanzes der Republik Kasachstan zeigt hochkarätiges Ballett. Dabei beherrscht es nicht nur die Technik des klassischen Tanzes perfekt, sondern versteht es auch, theatralisch zu brillieren und Emotionen zu wecken. Für die Tänzerinnen und Tänzer aus Kasachstan ist Tanz Leidenschaft, Lebensfreude pur. Herz und Seele sind beim Tanzen genauso im Einsatz wie der Körper. Gleich nach den ersten Tanzschritten springt der Funke zum Publikum über und weckt Emotionen und Begeisterung für diese hohe Tanzkunst. Die Perfektion der über 30 professionell ausgebildeten Tänzerinnen und Tänzer beeindruckt und fasziniert zu gleichen Massen. Das geübte Auge kann schnell erken-



Bild: Corinne Remund

Akmaral Aeschlimann aus Küttigen (Mitte) brillierte im «Bolero».

nen, wie viele Jahre des Trainings eine Ballerina investiert. Die Choreographien des Meisters versprechen magische Momente. In seine Choreographien fliessen seine Intuition, sein enormes Wissen und sein grosses Können ein. Er hat die Gabe, die einzelnen Tänzerinnen und Tänzer in denjenigen Rollen tanzen zu lassen, die ihrer Ausstrahlung und ihrer Fähigkeit entsprechen. Dies bringt ihm auch tiefen Respekt als Förderer bei seinen Schülerinnen und Schülern, die ihn sehr verehren, ein.

Grosse Leistung von Akmaral Aeschlimann

Nach zehn Jahren war das ehemalige Ensemblemitglied Akmaral

Aeschlimann aus Küttigen in Olten auf der Bühne zu sehen. Die zierliche Schönheit zeigte dabei eine wahrlich meisterhafte Leistung. Mit viel Schwung, unglaublicher Eleganz und viel Emotionen tanzte sie mit zwei weiteren Solotänzerinnen und einem Solotänzer den «Bolero» von Maurice Ravel. Dabei schien es, als ob sie schon immer ohne Unterbruch auf der Bühne gestanden hätte. Akmaral Aeschlimann bewies, dass sie ein wahrer Profi ist. Als Höhepunkt der Aufführung in Olten tanzte der grosse Ballettmeister Bulat Aukhanov mit 70 Jahren persönlich mit. Alle, die nicht dabei waren, dürften das Ballettereignis des Jahres verpasst haben. Corinne Remund