

## Stabile Abwehr und druckvolle Aufschläge

### Sonthefer Volleyballerinnen verteidigen Führung

**Sonthefer** | meder | Im Spitzenspiel der Volleyball-Bayernliga setzten sich die Nachwuchsspielerinnen des TSV Sonthefer mit 25:22, 25:17 und 25:20 gegen den Tabellenzweiten FSV Marktöffingen durch.

Erstmals seit längerem konnte TSV-Trainer Christian Wilhelm auf seinen gesamten Kader zurückgreifen. Zwar war vor dem Spiel der Einsatz von Lynn Drigalski wegen des Verdachts auf einen Bäderriss fraglich, doch gegen den Tabellenzweiten stand auch die Außenangreiferin auf dem Feld.

Vor allem in den ersten beiden Sätzen hatten die Gäste nichts entgegenzusetzen. Mit einer stabilen und präzisen Annahme, einem fast unüberwindbaren Block und einem druckvollen Aufschlag machte Sonthefer den Gästen das Leben schwer. In den ersten beiden Sätzen setzten sich die Gastgeberinnen um Kapitänin Franca Blanz gleich von Beginn mit 10:4 und 10:5 ab, so dass sie ihre Führung bis zum Satzende hielten und sogar vergrößerten.



**Tamara Zeller verteidigte mit dem TSV die Tabellenführung.** Foto: Charles Abarr

Der dritte Satz war offener. Keinem Team gelang es, sich mehr als zwei Punkte abzusetzen. Erst beim Spielstand von 22:20 schaffte es Sonthefer, den Sack zum 25:20 zumachen. Damit bleibt der TSV Sonthefer weiterhin Tabellenführer und kann sich von seinen Verfolgern weiter absetzen. Am kommenden Samstag sind die Oberallgäuerinnen zu Gast beim TV Bad Grönenbach.

## Biathlon-Talente gut platziert

**Immenstadt** Nach den witterungsbedingten Absagen der ersten Veranstaltungen starteten die Biathlon-Schüler des Allgäuer Skiverbandes beim Deutschen Schülercup (DSC) im thüringischen Scheiße-Alsbach erfolgreich in die neue Saison. Beim Einzelwettbewerb kam Laura Rathke vom SC Immenstadt auf dem 5. Platz. Matthias Graf vom SSV Wertach wurde Siebter und Magdalena Maugg (SV Hindelang) landete auf Rang elf.

Beim Sprintwettbewerb schob sich Laura Rathke nach einem großartigen Finish auf der Laufstrecke (bei insgesamt einem Schießfehler) mit Platz zwei auch in der Gesamtwertung auf den zweiten Rang. Die nächsten Rennen des DSC finden Ende Januar in Schönwald (Schwarzwald) statt.

## Top-Ergebnisse für SCO-Nachwuchs

**Oberstdorf** | wir | Über ein tolles Ergebnis beim Deutschland-Pokal in Hinterzarten freuten sich die jungen Langläufer des SC Oberstdorf. Im Sprint-Wettbewerb hatte Samson Schairer in der Altersklasse J 17/18 auf dem 1,3 Kilometer langen Kurs mit fast vier Sekunden Vorsprung die Nase vorne und seine Clubkollegin Laura Gimmmler freute sich in der gleichen Altersklasse bei den Mädchen über den 3. Rang. Esther Mende war mit ihrem 9. Platz bei den Juniorinnen ebenfalls zufrieden.

# Für den Erfolg täglich auf die Bretter

Langlauf Sebastian Eisenlauer vom SC Sonthefer will bei der Junioren-WM Ende vom 25. bis 31. Januar in Hinterzarten ins Finale – Im Jahr schafft er 6800 Trainingskilometer

*In den Vereinen im südlichen Oberallgäu wird nicht nur großer Wert auf Breitensport gelegt. Ziel ist es auch, Nachwuchssportler zu fördern und an die Spitze zu bringen. Wir stellen die größten Talente der Region vor.*

VON SANDRA PETER

**Sonthefer** Dass Sebastian Eisenlauer mal eine Woche am Stück nicht trainiert, kommt durchaus vor. Aber es ist die absolute Ausnahme. Höchstens im April, wenn die Saison gerade vorbei ist und der Körper von Tausenden Trainings- und Wettkampfkilometern geschlachtet, gönnt sich der 19-jährige Skilangläufer eine kleine Pause. Jetzt, mitten in der Saison, ist daran nicht zu denken. Für den Erfolg in der Loipe arbeitet Sebastian Tag für Tag hart: Zweimal tägliches Training mit der Sportfördergruppe, nur einen Tag in der Woche wird regeneriert.

Die Motivation holt sich der Abiturient vor allem aus den anstehenden Wettkämpfen. „Natürlich hat man nicht 365 Tage im Jahr immer gleich Lust, Sport zu machen“, kennt der 19-Jährige das Gefühl, bei schlechtem Wetter zum Beispiel am liebsten daheimbleiben zu wollen. „Aber beim nächsten Rennen will man schließlich zeigen, was man kann.“ Das erste Mal auf Skiern stand Sebastian im Alter von vier Jahren. In den ersten Jahren war der Sport „nur“ ein Hobby mit einmal Training in der Woche. Als er mit zehn vom SC Burgberg in den SC Sonthefer wechselte, wurde das Training, das am Anfang vor allem spielerisch war, zunehmend ernster. Mit den ersten Erfolgen wurde das Training intensiviert. Und ab einem ge-

### Talentschuppen Oberallgäu



wissen Zeitpunkt war es undenkbar, den Sport nicht mehr ernst zu nehmen. „Spaß macht es natürlich trotzdem noch, sonst würde ich es nicht machen“, betont Sebastian. Und dann wären die rund 6800 Trainingskilometer im Jahr auch kaum durchzustehen.

### Zur richtigen Zeit pausieren

200 bis hin zu 350 Kilometer sind es in der Woche, die die Athleten mit einer Geschwindigkeit von bis zu 16, 17 Stundenkilometern in der Loipe absolvieren. „Man muss dabei mit dem Kopf trainieren, nicht blind drauflos, sondern auch mal zur richtigen Zeit pausieren“, erzählt der Sonthefer, wie wichtig es ist, beim Training auf den Körper zu hören.

Jetzt im Winter geht es meist zweimal am Tag mit der Gruppe zum Langlauftraining, vormittags und nachmittags für je circa anderthalb Stunden. Mitten in der Saison bewegt sich das Training stets

zwischen dem Regenerieren vom letzten Wettkampf und der Vorbereitung auf die nächste Belastung. Trainiert werden beide Techniken, oft in den Gebieten um Oberstdorf, Gunzesried oder Balderschwang.

Um den Trainingsfleiß nicht wieder zunichte zu machen, steckt Sebastian in anderen Bereichen des Lebens gerne mal zurück. Die Schule allerdings gehörte nicht dazu: „Mir war immer wichtig, ein gutes Abi zu machen, denn es gibt ja auch noch ein Leben nach dem Sport“, sagt er. Im Skiinternat und am Gymnasium in Oberstdorf fand der 19-Jährige allerdings die besten Voraussetzungen vor, um Sport und Schule nebeneinander zu bewältigen. „Zum Glück fiel mir die Schule immer recht leicht. Ich hatte nie große Probleme, verpassten Stoff nachzuholen“, erinnert er sich. Noch besser sei die Situation freilich in der Sportfördergruppe, wo die Athleten sich voll auf den Sport konzentrieren können.



**Sebastian Eisenlauer vom SC Sonthefer.** Foto: Charly Höpfl

### Sebastian Eisenlauer

- **Geburtsdatum:** 13. März 1990
- **Geburtsort:** Sonthefer
- **Wohnort:** Sonthefer
- **Schule/Job:** Abi, jetzt Sportfördergruppe
- **Verein:** SC Sonthefer
- **Vorbild:** Tobias Angerer
- **Hobbys:** Alles, was neben dem Langlauf noch mit Sport zu tun hat

nen. Auch wenn anderes dabei manchmal zu kurz kommt: Mitten in der Saison abends raus und feiern, ist absolut tabu. „Das muss hinten anstehen“, ist Sebastian vernünftig. Das Risiko, sich in einem überfüllten Club zum Beispiel mit einem Virus anzustecken und krank zu werden, sei zu groß. „Meine Freunde haben dafür aber Verständnis. Die wissen, was auf dem Spiel steht.“ Der Unterstützung seiner Eltern kann sich der Sonthefer ebenso gewiss sein. „Ohne die wäre das in den vergangenen Jahren alles so nicht möglich gewesen.“ Die Familie muss mitziehen, vor allem jetzt, wenn fast an jedem Wochenende Wettkämpfe anstehen. Fünf Stunden Fahrzeit muss Sebastian für manche Rennen einplanen.

In ein paar Tagen steht die Junioren-WM in Hinterzarten an. Dort startet Sebastian im Sprint. „Mit einem Auge schiele ich schon aufs Finale“, gibt er zu. „Es muss halt an dem Tag alles passen.“ So wie an dem Tag, als er deutscher Juniorenmeister im Sprint wurde und damit seinen ersten Einzeltitel holte. Auf längere Sicht hofft er, vom C- in den B-Kader aufzusteigen. „Dafür muss ich noch ein paar gute Rennen abliefern.“ Ein weiteres Ziel „ist irgendwann einmal Olympia“.

## Twister, „Backflip“ und „Heli“ sind die Renner

Talentsichtung Schnupperkurs der Sechs- bis 14-Jährigen im Rahmen der Freestyle-Wochen in Oberjoch offenbart zahlreiche Talente – „Dino-Skitty-Masters“-Wettbewerb am Samstag

**Oberjoch** | nic | „Ui – da gibt’s ja nen kleinen und nen großen Kicker“, ruft Elisa, nachdem sie die Buckelpiste am Wiedhag-Lift furchtlos absolviert hat und nun mit ihrer Gruppe um Freestyle-Trainer Manuel Brambrink beim „Sprung üben“ angekommen ist. Springen macht ihr am meisten Spaß beim Freestyle. Selbstbewusst geht die Sechsjährige sogleich in Position, um beim Schnupperkurs im Rahmen der Freestyle-Wochen vom 16. bis 31. Januar in Hindelang-Oberjoch eine gute Figur mit ihrem „Grätsche“-Manöver über die Schanze abzugeben. Der Deutsche Ski-Verband (DSV) nutzt nämlich das kostenlose Training mit den 82 Sechs-



**Die 6-jährige Elisa Stoiber aus Langenwang war die jüngste Teilnehmerin am Freestyle-Schnupperkurs in Oberjoch.**

bis 14-Jährigen für die Sichtung von neuen Talenten, die bei Eignung direkt bei den „Dino-Skitty-Masters“ am Samstag, 23. Januar, antreten können. „Wir haben einige vielversprechende Talente entdeckt“, be-

stätigt Stephan Anlauf, Pressesprecher des Freestyle-Teams des Allgäuer Skiverbandes.

Nachwuchshoffnungen wie der neunjährige Linus Hinze (Oberreute), oder der elfjährige Daniel Hartmann (Sulzberg) seien 2009 beim Schnupperkurs entdeckt worden und würden heute schon den Älteren davonfahren.

„Twister“, „Backflip“, „Heli“, „Kosak“ – das sind nur einige der über 60 Sprünge und Sprungvarianten im Freestyle, die sich die Buben und Mädchen bei erfolgreichen Freestylelern, wie Florina Schwanke (15), oder Andi Bucher (16)/beide SC Marktobersdorf anschauen wollen. Beide trainierten gemeinsam mit

den Schnupperkurs-Teilnehmern an der Weltcup-Piste des Wiedhag-Lifts. Unter fachmännischen Anweisungen, „Körper fest machen, Arme nach vorn und: Abspringen!“, von DSV-Trainer Helmut Sprenzler durften die Kids über den gleichen „Kicker“ springen wie ihre Vorbilder. Sie hatten sichtlich Spaß beim Erkunden des neuen Terrains.

„Ich möchte auch mal einen Salto wie Andi springen“, sagt Elisa Stoiber aus Langenwang und freut sich schließlich über eine „Wildcard“. Sie darf bei den Achtjährigen am Samstag bei den „Dino-Skitty-Masters“ mitfahren.

➔ [www.freestylewochen.de](http://www.freestylewochen.de)



**Linus Hinze (9) aus Oberstaufen feilt mit DSV-Trainer Helmut Sprenzler an der „Grätsche“.**



**Viel Spaß bei bestem Wetter am Oberjocher Wiedhag-Lift hatten 82 Mädchen und Buben im Alter zwischen sechs und 14 Jahren am Wochenende. Das Foto zeigt den Freestyle-Schnupperkurs mit den Trainern Manuel Brambrink (Dritter von links in der hinteren Reihe) und Alex Sprenzler (ganz rechts).** Fotos: Nicole Knill

## Fragebogen

### Samira Huskic

ist 10 Jahre alt, wohnt in Oberstdorf und ist Eiskunstläuferin beim EC Oberstdorf.

● **Du unternimmst eine Zeitreise. Wohin und warum?**  
Über Zeitreisen habe ich mir bisher noch keine Gedanken gemacht.

● **Welchen Sportler würdest du gerne kennenlernen?**  
Ich würde gerne einmal Katharina Witt kennenlernen.

● **Bei welcher Sportart bist du am liebsten Zuschauer?**  
Eiskunstlaufen, da es mein Sport ist.

● **Welche sportliche Leistung bewunderst du am meisten?**  
Die Hebugen beim Paarlaufen.

● **Welches Sportereignis in den vergangenen Jahren hat dich am meisten fasziniert?**  
Die Nordische Ski WM 2005, die ich als Fünfjährige in Oberstdorf miterlebt habe. Und die Junioren-WM im Eiskunstlaufen in Oberstdorf war auch ganz toll.



**Samira Huskic vom EC Oberstdorf würde gerne einmal Katharina Witt kennenlernen.** Foto: Charles Abarr

● **Welches Ereignis in der Sportgeschichte würdest du ändern?**  
Da fällt mir keines ein.

● **Bei welcher Sportart schaltest du den Fernseher ab?**  
Ich schaue alle Sportarten an, außer Boxen. Das ist mir zu brutal.

● **Welchen Sport würdest du gerne beherrschen?**  
Kunstturnen.

● **Wie sieht für dich moderner Schulsport aus?**  
Vielleicht mehr Sport in der Natur.

● **Was gibt dir der Sport in deinem Verein?**  
Verbundenheit, Kraft, Stärke. Und wenn ich mich anstrengte, vielleicht einmal Erfolg.

● **Wärst du bereit, später ein Ehrenamt im Sport zu übernehmen?**  
Ich würde gerne im Eiskunstlaufen als Trainer und Jugendbetreuer mitarbeiten.

● **Was würdest du gerne erfinden?**  
Eine Maschine, die für mich aufräumen würde.

● **In welchem Film hättest du ein Star sein wollen?**  
Ich möchte kein Star sein. Als Schauspielerin schon gar nicht.

● **Dein größter Wunschtraum?**  
Einmal an den Olympischen Winterspielen teilnehmen.

● **Falls du im Internet surfst: welches sind deine Lieblingsadressen?**  
Ich surfe nicht im Internet.

● **Wie wichtig ist für dich dein Handy?**  
Ich habe mein Handy nur für Notfälle.

● **Wer ist dein sportliches Vorbild?**  
Die ehemaligen Eistanzerin Kati Winkler und Rene Lohse sowie Eiskunstläuferin Annette Dyttr.