

02.02.2023 – 13:31 Uhr

"Die Beste zu sein, hat für mich auch zu tun mit Gold"



St. Gallen (ots) -

Vom 6. bis zum 19. Februar 2023 finden im französischen Courchevel und Méribel die alpinen Ski-Weltmeisterschaften statt. Christian Brenner, Geschäftsführer der philoro Schweiz AG, hat dies zum Anlass genommen, mit der ehemaligen Top-Skirennfahrerin Sonja Nef über die Veränderungen im Skirennsport zu reden. Aber auch darüber, wie die Spitzensportlerin trotz einer schweren Verletzung in jungen Jahren den Weg an die Spitze fand. Sonja Nef erzählt im exklusiven Interview, wie sie die Momente des persönlichen Siegs erlebte und was es für sie bedeutete, Gold zu gewinnen.

Seit Ihrem Ausstieg aus dem Skirennsport im Jahr 2006 ist es nun schon eine Weile her. Was hat sich in Ihrem Leben seither verändert?

Das Leben hat sich um 360 Grad verändert. Es brach im ersten Moment ein Kartenhaus zusammen. Es stand kein Stein mehr so wie vorher. Ich musste mich neu orientieren und mir fast ein wenig eine neue Identität suchen.

Haben Sie das Ende Ihrer Karriere vorbereitet oder kam das intuitiv?

Ich habe das schon vorbereitet. Als meine letzte Saison begann, wusste ich das schon im Voraus. Es war ein bisschen das Rad der Zeit. Ich hatte Vieles erreicht, hatte aber auch andere Gedanken, Träume und Ziele im Leben. Der Profisport ist unheimlich schön, aber auch unheimlich streng, so dass ich am Ende doch etwas müde war.

Wie sieht Ihr Leben heute aus?

Heute bin ich Mutter von drei Kindern, die ebenfalls im Skisport unterwegs sind. Deshalb bin ich heute vor allem Familienmanagerin. Ich habe in der Wintersaison aber auch Kundenaufträge, zum Beispiel Skitage oder Aufträge von Sponsoren.

Nehmen Ihre Kinder, die jetzt auch im Skisport tätig sind, Ihre Ratschläge an oder gehen sie lieber ihren eigenen Weg?

Sie wollen eher ihr eigenes Ding durchziehen, was auch gut ist. Wenn man jung ist, muss man aus den eigenen Erfahrungen lernen. Meine Kinder nehmen aber dann gerne meine Hilfe an, wenn es eben auch mal nicht so rund läuft.

Von den Erfahrungen aus dem Spitzensport kann man auch sonst im Leben profitieren, sei dies beruflich oder privat. Welche Fähigkeiten, die Sie sich während ihrer Sportkarriere angeeignet haben, helfen Ihnen heute noch?

Ich bin sicher sehr belastbar und kann auch wichtige Entscheidungen selbständig treffen. Eine gewisse Härte habe ich mir auch angeeignet. Ich mache nicht aus jeder Fliege einen Elefanten. Davon kann ich auch etwas meinen Kindern weitergeben.

Beim Skirennsport muss man oft ans körperliche Limit gehen. Das Risiko für einen Sturz oder auch Verletzungen spielt immer mit. Wie konnten Sie sich selbst bei einer Verletzung wieder hochkämpfen?

Ich hatte vor allem eine schwere Verletzung im Alter von 17 Jahren. Ich konnte dann während fast drei Jahren nicht mehr Ski fahren, weil mehrere Operationen nötig waren. Ich hatte das Glück, immer den richtigen Arzt zu finden. Ich glaube, ich hatte mein Glück ein wenig erzwungen durch meine Leidenschaft für den Sport und den Willen, die Beste zu sein. Es war schon mein Ziel während meiner Schulzeit, einmal Weltmeisterin zu werden.

Was hat sich im Skirennsport vom Beginn Ihrer eigenen Sportkarriere bis heute verändert?

Ich war während 11 Jahren im Weltcup dabei und hatte während dieser Zeit einen extremen Wandel beim Material miterlebt. Seit meinem letzten Weltcup-Sieg bis heute hat sich bei den Materialien aber nichts mehr verändert. Diejenigen, die jetzt an der Spitze sind, sind mit dem neuen Material aufgewachsen und fahren eine extrem freche Linie. Deshalb hat sich der Skirennsport auch noch mehr zu einem Kraftsport entwickelt.

Dieses Jahr findet die Skiweltmeisterschaft in Frankreich in Courchevel/Méribel statt. Wie sehen Sie die Chancen des Schweizer Skisport-Teams an der diesjährigen Weltmeisterschaft in Frankreich?

Gut, aber nicht mehr so gut, wie in den letzten drei, vier Jahren. Die Herren haben eine grössere Dichte an Top-Athleten. Fünf, sechs oder sogar sieben Athleten bei den Herren könnten eine Medaille gewinnen. Die Dichte bei den Frauen ist nicht mehr so hoch wie in den letzten Jahren.

Wie viele Medaillen wird es für die Schweiz insgesamt geben?

Ich denke, 10 Medaillien. Das ist hoch, aber realistisch.

Was sind Ihre Erinnerungen, wenn Sie an Ihre eigenen Erfolge an den Skiweltmeisterschaften denken? Zum Beispiel 2001 in St. Anton, wo sie die Goldmedaille im Riesenslalom gewannen.

Diese Goldmedaille musste ich einfach holen. Ich war super in die Saison gestartet und war die Dominatorin im Riesenslalom. Doch noch etwas anderes spielte eine Rolle. Fünf Jahre davor in Sierra Nevada führte ich zunächst mit einer Sekunde Vorsprung, schied dann aber aus im zweiten Lauf beim vierten Tor. Das war ein damals ein Riesendrama. Am Start in St. Anton war ich total fokussiert und war in einem Flow. Es gab nur noch mich und dieses Rennen.

Kann man das trainieren? Gibt es Techniken, dass man das abrufen kann?

Wenn es einen Knopf dafür gäbe, würde man ihn drücken. Aber so einfach ist es nicht. Man muss mental auf einem hohen Niveau sein. Es braucht ein hohes Selbstvertrauen. Man muss körperlich auf einem Top-Level sein. Es muss alles zusammenstimmen.

Wie war der Moment, als Sie wussten, dass es geschafft haben?

Das war der Hammer. Mir läuft es heute noch heiss und kalt den Rücken runter. Man kann es nicht beschreiben. Es war ein wunderbares Gefühl mit all den Fans im Ziel. Ich war am Anfang immer noch in einem Tunnel. Ich merkte zum Beispiel nicht, dass meine Schwester und mein Vater ins Ziel reingesprungen waren und mich umarmt hatten. Es brauchte ein paar Minuten bis ich merkte, es ist geschafft.

Wenn es um den Sieg im Sport geht, geht es auch um die Edelmetalle Silber und Gold, natürlich in erster Linie um Gold. Was ist wichtiger, Erster zu werden oder Gold zu gewinnen?

Das ist für mich die Kombination. Das gehört zusammen. Die Beste zu sein, hat für mich auch zu tun mit Gold. Gold ist etwas Wunderschönes. Es ist ja auch etwas Besonderes, wenn man sich Goldschmuck kauft oder geschenkt erhält.

Gold hat bekanntlich nicht nur als Schmuck einen hohen Stellenwert, das Edelmetall eignet sich auch sehr gut als sichere Anlageform. Können Sie sich vorstellen in Gold oder andere Edelmetalle zu investieren oder haben sie eventuell schon mal investiert?

Von meinen Eltern habe ich bereits Goldvreneli geschenkt erhalten. Selber habe ich noch nicht investiert, es ist aber ein grosses Thema bei uns.

Pressekontakt:

Internet: www.philoro.ch

E-Mail: info@philoro.ch

Medieninhalte



«Diese Goldmedaille musste ich einfach holen», sagt die ehemalige Spitzen-Skirennfahrerin Sonja Nef zu ihrem Sieg an den Skiweltmeisterschaften 2001 in St. Anton im philoro-Interview. / Weiterer Text über ots und www.presseportal.ch/de/nr/100064056 / Die Verwendung dieses Bildes für redaktionelle Zwecke ist unter Beachtung aller mitgeteilten Nutzungsbedingungen zulässig und dann auch honorarfrei. Veröffentlichung ausschließlich mit Bildrechte-Hinweis.

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100064056/100902204> abgerufen werden.