

Athletes on Air – Jeannine Rosner & Enrico Gerber Della Pietra – Eisschnelllauf

Wie der Alltag von Eisschnellläufern aussieht, wie viel Zeit man für diese Sportart investieren muss und von ihren größten Erfolgen erzählen die beiden Nachwuchstalente Jeannine Rosner & Enrico Gerber Della Pietra.

Erst seit wenigen Tagen wieder vom Saisonhighlight, der Junioren-Weltmeisterschaft in Inzell, zurückgekehrt, haben uns die beiden erfolgreichen Eisschnellläufer:innen einige Fragen beantwortet und uns tolle Einblicke in ihre Sportart gegeben.

Wie ist die Saison aus Eurer Sicht verlaufen?

Jeannine: Meine Saison heuer war richtig gut und ich war sehr zufrieden. Schon im Sommer zeigte sich meine gute Form und ich bin top motiviert in die Winter Saison gestartet. Nach meinen 5 Österreichischen Meistertiteln in dieser Saison konnte ich letzte Woche bei der Junioren-WM gleich zwei Mal den 5. Platz erkämpfen und wurde auch in der Gesamtwertung 5. Da die meisten Athletinnen älter als ich waren, waren ich mit diesen Platzierungen sehr zufrieden. Meine vorab gesteckten Ziele von neuen Bestzeiten konnte ich mit gleich vier persönlichen Bestleistungen, davon zwei neuen nationalen Rekorden im Nachwuchs, auch erreichen.

Enrico: Leider verlief meine Saison nicht ganz so erfolgreich wie die von Jeannine. Ich habe gemerkt, dass ich einfach von Anfang an zu viel wollte und nun ein wenig „ausgebrannt“ bin. Aber mit den meisten Rennen war auch ich sehr zufrieden. Ich konnte eigentlich bei allen Rennen meine Zeiten vom Vorjahr verbessern, aber für den geleisteten Trainingsumfang in diesem Jahr waren für mich die Endergebnisse einfach zu wenig. Da ich heuer aber das erste Jahr bei den Senioren gestartet bin und das Niveau dort ein ganz anderes ist, kann man mit meinen Leistungen schon ganz zufrieden sein.

Du hast gerade den Trainingsumfang angesprochen ... Wie viele Einheiten habt ihr pro Woche?

Wir trainieren 8x pro Woche 2-3 Stunden pro Einheit. Das ergibt einen wöchentlichen Trainingsumfang von ca. 20 Stunden. Wir trainieren täglich (außer am Montag) am Eis, dazu kommen noch 2 Krafttrainingseinheiten. Meistens sind wir an den Wochenenden in Inzell, wo wir dann nur an den Wochenenden schon 5 Einheiten absolvieren. Zu diesen Trainings starten wir immer freitags direkt nach der Schule und kommen Sonntagabend wieder nach Hause. „Wir würden schon sagen, dass unsere Sportart eine sehr Trainingsintensive ist.“

Damit sich das ganze Training auch lohnt, müsst ihr ja an zahlreichen Wettkämpfen teilnehmen, oder?

Ja. Wir nehmen in der Wintersaison an mindestens 15 Wettkämpfen teil, wobei es bei jedem Wettkampf dann ja auch mehrere Rennen gibt.
Enrico: Für mich ist es nach der Wintersaison noch nicht vorbei. Ich nehme auch im Sommer an Inline-Speedskating Wettkämpfen teil. Im Sommer warten dann immer ca. 12 Wettkämpfe auf mich.

Was waren eure bisher größten Erfolge bei diesen Wettkämpfen?

Jeannine: Ich konnte 2019 bei den international Children Games in den USA 2x Gold und 1x Silber gewinnen. Dann wurde ich bei der EM 2020 Fünfte und konnte in den letzten Jahren einige große internationale Turniere gewinnen. Der Gewinn der Silbermedaille im Mixed Team Relay beim Junioren Weltcup in Finnland war auch ein besonderer Erfolg für mich.
Und natürlich die 5 ÖM-Titel sowie die zwei 5. Plätze bei der diesjährigen WM.

Enrico: Ich wurde heuer zum ersten Mal Österreichischer Meister im Seniorenbereich. Auch letztes Jahr konnte ich mir den ÖM sowie den Tiroler Titel holen, dort aber noch im Nachwuchsbereich. Besonders erfreulich für mich waren die Qualifikationen für die Weltcuprennen und die Weltmeisterschaft in diesem Jahr- dort konnte ich bei jedem Weltcuprennen Punkte sammeln und das ist auch ein tolles Ergebnis für mich. Letzten Sommer konnte ich auch im Inline-Speedskating einen Europacup gewinnen.

Habt ihr euch schon Ziele für die Sommer bzw. die nächste Wintersaison gesteckt?

Enrico: Ich möchte unbedingt an meiner anaeroben Leistungsfähigkeit arbeiten. Dafür muss ich mein Training, vor allem im Sommer, anders gestalten. Das möchte ich nun angehen.

Wie seid ihr zu eurer Sportart und zum Leistungssport gekommen?

Jeannine: Freunde von mir haben Eisschnelllauf gemacht und mich dann irgendwann mit ins Training genommen. Da ich und meine Schwester schon Inlinen konnten, haben wir uns schon am Anfang sehr gut angestellt. Die Trainer sahen dann großes Potential und haben sich sehr um uns gekümmert. Schon nach kurzer Zeit habe ich Fortschritte gesehen und das hat mich zum Weitermachen motiviert.

Enrico: Ich habe als Kind sehr viele Sportarten ausprobiert, doch irgendwie war nicht zu 100% das richtige dabei. Mein Vater war früher Eisschnellläufer und auch mein Bruder war schon im Verein. Irgendwann habe ich es dann auch ausprobiert und das Training damals war richtig cool, weil wir einen

super Trainer und eine coole Trainingsgruppe hatten. Und so bin ich dann dabei geblieben. Für mich wurde es relativ schnell ernst. Ich habe schon sehr früh an Leistung und Leistungssport gedacht und weniger an den Spaß.

Eure beiden Geschwister sind ja auch schon am SportBORG und erfolgreiche EisschnellläuferInnen ... Würdet ihr sagen, das ist euer „Family-Ding?“

Hmm, nein eigentlich gar nicht so. Dadurch, dass wir uns in ganz unterschiedlichen Alters- und Leistungsklassen befinden, absolvieren wir unsere Trainings, Trainingslager und Wettkämpfe eher getrennt voneinander und haben dabei gar nicht so viel miteinander zu tun.

Was hat euch dann schlussendlich dazu gebracht bei dieser Sportart zu bleiben? Was gefällt euch daran besonders bzw. was ist so faszinierend für euch?

Jeannine: Ich finde einfach die Leute in unserer Trainingsgruppe super. Wir kennen und verstehen uns alle sehr gut und haben enorm viel Spaß miteinander. Auch die ganzen Erfahrungen im Ausland, welche ich durch die Sportart sammeln darf, finde ich immer besonders toll. Hervorheben kann ich da die Reise in die USA und nach Kanada, das war ein mega Erlebnis! Das Faszinierende für mich an dieser Sportart ist, dass man den Top-Speed von 60km/h tatsächlich mit eigener Muskelkraft erreichen kann und dass die Herausforderung dies zu erreichen von vielen verschiedenen Faktoren abhängt, welche man alle beachten und optimieren muss. Zu den Faktoren zählen die Technik, das Material, die optimale Trainingsgestaltung, ... Diese Abwechslung finde ich einfach toll.

Enrico: Ja ich kann mich Jeannine eigentlich nur anschließen. Auch ich finde, dass wir einfach eine tolle Truppe sind und immer enorm viel Spaß haben. Ich finde es cool, dass wir fast immer mit den anderen Athleten aus Österreich unterwegs sind und uns alle gut kennen. Wenn man dann so tolle Erlebnisse hat wie z.B. 2019 das Trainingslager in Holland mit internationalen Trainer:innen aus der ganzen Welt, gibt einem das schon immer wieder Motivation.

Wie motiviert ihr euch, wenn ihr mal keine Lust zum Trainieren habt oder es mal nicht so gut gelaufen ist?

Jeannine: Ich versuche eigentlich immer zu schauen, woran es lag. Mit den Trainern in der Video-Analyse sieht man dann meistens die Fehler und an denen möchte ich arbeiten. Ich lass mich aber meistens von Niederlagen nicht so schnell unterkriegen, denn es gibt viele Möglichkeiten zu zeigen was in einem steckt und die Fehler wieder auszubessern.

Enrico: Ich kann mich anfangs schon ärgern, wenn es mal nicht gut gelaufen ist. Allerdings geht das auch schnell wieder vorbei. Ich versuche mich dann mit den Dingen, welche gut gelaufen sind zu motivieren und an den anderen zu arbeiten.
Die größte Motivation für mich ist, wenn ich am Eis stehe und mich einfach richtig gut fühle.

Und zum Abschluss noch kurz - Was hat sich für euch mit dem Wechsel an das SportBORG verändert?

Dass man jederzeit für die Wettkämpfe und Lehrgänge frei bekommt und sich

darum keine Sorgen machen muss ist schon ein Luxus. Wir haben einen Teamkollegen, der in die HTL geht und bei ihm sind Freistellungen schon etwas schwieriger zu bekommen. Aber auch die Organisation von Training und Schule ist für uns schon deutlich leichter als für jemanden der mehr Schulstunden in der Woche hat.

KURZ & KNACKIG:

Name: Jeannine Rosner
Jahrgang: 2006
Sportart: Eisschnelllauf
Verein: USCI

<https://rosner-sisters.at/>

<https://www.speedskatingnews.info/skater/jeannine-rosner>

<https://speedskatingresults.com/index.php?p=17&s=61968>

Name: Enrico Gerber Della Pietra
Jahrgang: 2003
Sportart: Eisschnelllauf / Inline Speedskating
Verein: USCI

<https://www.speedskatingnews.info/skater/enrico-gerber-della-pietra>

<https://live.isuresults.eu/profiles/1914>

<https://www.instagram.com/eni.820/?hl=bg>