

Bronze für die EVZ-Frauen

Eishockey Das Frauenteam des EVZ hat beim Finalturnier des EWWL Supercup in der heimischen Bossard-Arena am Sonntag die Bronzemedaille gewonnen. Im Spiel um Platz 3 siegten die Zugerinnen mit 1:0 gegen Hokiklub Budapest vor 403 Zuschauerinnen und Zuschauern. Leonie Kutzer gelang das Tor des Spiels in der 54. Minute. Überraschend war der Auftritt der Zuger Torhüterin Eveliina Mäkinen. Sie parierte alle 30 Schüsse der Ungarinnen.

Die Siegtorschützin Kutzer sprach in einem Interview auf dem Youtube-Kanal des EVZ von «einem guten Spiel von uns». Diese Partien auf hohem Niveau hätten dem Team verdeutlicht, dass es «Luft nach oben» habe, sagte Kutzer. Im Halbfinal am Samstag waren die Zugerinnen dem MAC Budapest mit 2:3 nach Verlängerung unterlegen. Die Ungarinnen verloren den Supercup-Final mit 0:3 gegen Memmingen.

Das Problem der Zugerinnen: In der SHWL-B-Meisterschaft wird sich das Team kaum verbessern können. Nach vier Begegnungen führt der EVZ die Tabelle mit dem sagenhaften Torverhältnis von 68:0 an. Am kommenden Freitag empfängt Zug den EHC Sursee zum Derby (19.30 Uhr, Bossard-Arena). Um gefordert zu werden, hat der EVZ Testspiele gegen europäische Spitzenteams angekündigt. Das nächste ist am 18. November gegen Helsinki in Zug. (bier)

Zug United verliert erstmals

Unihockey Nach fünf Siegen in der NLA-Meisterschaft sowie deren zwei im Cup war es am Sonntagabend so weit: Das Männerteam von Zug United unterlag zum ersten Mal in der laufenden Saison. Dass es am Ende 7:2 für die Zürcher Grasshoppers hiess, war ein krasses Verdikt angesichts der Dominanz, welche die Zuger in den Wochen zuvor ausgestrahlt hatten.

Allerdings täuscht das Resultat etwas über die Kräfteverhältnisse hinweg. Denn das United-Starensemble verfügt über genügend individuelle Klasse, um Mängel zu kaschieren. So stand es nach 40 Minuten erst 3:2 für die Zürcher. Dann leistete sich Mikko Kailiala allerdings eine Dummheit. Schiedsrichter Noah Mutzner hatte die Zuger Bank gerade wegen der vielen Kommentare in Richtung der Unparteiischen ermahnt, als der Finne nicht an sich halten konnte und gleich wieder eine Entscheidung lautstark kritisierte. Dafür erhielt er eine Zwei-Minuten-Strafe – GC nutzte diese zum vierten Tor (42.).

Nach dem 2:5 hatten die Zuger Pech: Severin Nigg und Robin Nilsberth trafen die Latte (48.) beziehungsweise den Pfosten (50.). Weil ein GC-Spieler bei Nilsberths Aktion den Ball per hohem Stock vor dem Tor wegschlug, gab es Penalty. Kailiala wollte wohl seinen Fehler wieder gutmachen. Doch er scheiterte am starken Goalie Cyril Haldemann. (bier)

Das erstaunliche Ausdauer talent

Bergläuferin Selina Burch bringt sich fast ausschliesslich mit Radtraining in Form. Die 26-jährige Giswilerin hat es so ins Nationalkader geschafft und ist Weltmeisterin geworden.

Peter Birrer

Selina Burch könnte das Tempo drosseln und Kräfte sparen. Sie ist der Konkurrenz längst enteilt, der Sieg beim Berglauf Hasle ist nur noch eine Formsache. Aber die 26-jährige Obwaldnerin denkt nicht daran, sich einen gemütlichen Schlussabschnitt zu gönnen. Sie weiss, dass sie gut unterwegs ist und steckt sich ein neues Ziel: Sie will den Streckenrekord aufstellen.

Die eigenen Grenzen verschieben – das ist es, was Selina Burch stets anstrebt. Das gelingt ihr an diesem 1. Oktober auf eindrückliche Weise: Nach 42:23 Minuten sind die acht Kilometer zurückgelegt und die über 700 Höhenmeter gemeistert. Burch hat erreicht, was sie sich vorgenommen hat. Sie verbessert die Bestzeit um eine Minute und distanziert die Zweitplatzierte um mehr als sechseinhalb Minuten.

Nach Coronaerkrankung folgt Berglaufpremiere

Es ist eine Episode, die zum erstaunlichen Werdegang der Athletin Selina Burch passt. Als junges Mädchen ist die Giswilerin «ein Sportmuffel», wie sie selber sagt: «Ich konnte mit Sport lange nichts anfangen.» Das ändert sich dank dem Einfluss von Kolleginnen. Burch entscheidet sich nach einem Schnuppertraining fürs Rad-Bahnfahren und erweist sich als Talent. Bald fährt sie auch Rennen auf der Strasse, in den Wintermonaten ist sie hauptsächlich auf der Bahn im Einsatz.

Aber eines ist für sie störend: Sie erhält keinen Platz im Nationalteam. Als sie 2020 an Covid erkrankt, verpasst sie zudem die Schweizer Meisterschaft. Die Lust an Radrennen schwindet, sie verzichtet darauf, eine Lizenz zu lösen. Und weil während der Coronapandemie ohnehin viele Wettkämpfe ausfallen, findet sie etwas Neues: Bergläufe. Nach überstandener Coronainfektion erlebt sie ohne Vorbereitung eine Premiere, die ihr Mut macht. Beim Berglauf von Engelberg auf die Ruggubelhütte gewinnt sie in ihrer Kategorie und wird Gesamtzweite.

Gold und Bronze mit dem Team

Aus der Radfahrerinnen wird eine Bergläuferin, aber: Das Velo bleibt weiterhin ein wichtiges Werkzeug. Damit bringt sich Selina Burch in eine so gute physische Verfassung, um zu Fuss glänzen zu können. «Mein Körper ist eigentlich nicht unbedingt für den Laufsport gemacht», sagt sie, «ich renne zwar extrem gern, muss aber aufpassen, weil bei mir die Verletzungsgefahr nicht klein ist.» 15 bis 20 Stunden investiert sie nun wöchentlich in Trainingseinheiten mit dem Velo, das Laufen beschränkt sich auf vielleicht eine Stunde.

Mit ihren Leistungen hat sie auf sich aufmerksam gemacht. Seit knapp einem Jahr gehört sie zum Berglauf-Nationalkader und kann erste grosse Erfolge



Selina Burch trainiert 15 bis 20 Stunden pro Woche mit dem Rennvelo.

Bild: Roger Grütter (Giswil, 13. 10. 2023)

vorweisen: Im vergangenen November gewann mit dem Team an der WM in Thailand Gold und Bronze. Nationalcoach Thomas Hürzeler sagt: «Selina bringt hervorragende Grundvoraussetzungen mit. Es gibt viele Athletinnen, die noch so viel trainieren können – dieses Niveau erreichen sie kaum.» Für ihn ist die Zentralschweizerin «ein physisches Talent» mit der Gabe, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren: «Ich traue ihr an einer EM im Uphill-Einzel einen Platz unter den Top 12 zu.»

Sie lässt sich nicht in ein Schema pressen

Hürzeler ist ein Coach, dem Selina Burch vertraut, weil er ihr Freiräume gewährt. «Von ihm erhalte ich die Unterstützung, die ich brauche.» Ansonsten kommt sie ohne Trainer aus, weil sie sich nicht gerne in ein Schema pressen lässt und nach

Plänen trainiert, die für sie ausgearbeitet werden. Sie mag es nicht, wenn sie zu vielen Vorschriften folgen muss: «Es erfüllt mich mehr, wenn ich auf meinen Körper hören und das tun kann, was ich will.» Sie trainiert gern und oft, praktisch kein Tag vergeht ohne eine Einheit. Das wiederum ist auch eine zeitliche Herausforderung. Selina Burch arbeitet als wissenschaftliche Mitarbeiterin der Berner Fachhochschule im Bereich Digitale Gesundheit und gestaltet rund um ihr 80-Prozent-Pensum ihre Trainings.

Effizienz ist für sie ein zentraler Begriff. Wenn sie einen Berg hochrennt, geht es nicht um Stilistisches, nicht um ausgefeilte Technik, sondern einzig und allein um Geschwindigkeit. Und am Tag vor einem Rennen kann es schon einmal sein, dass sie eine längere Einheit auf dem Velo absolviert. Am Tag vor dem

Berglauf Hasle zum Beispiel fuhr sie von ihrem Berner Wohnort Zollikofen nach Giswil. Dann gewann sie den Wettkampf zu Fuss – und radelte von Hasle wieder nach Zollikofen.

Velorennen bestreitet sie nur noch mit dem «Fixie»

Das Velo geniesst bei Selina Burch einen hohen Stellenwert. Oft und speziell in den Wintermonaten fährt sie mit dem Einrad, und dann gibt es noch das «Fixie», mit dem sie nur wett-kampfmässig pedalt. Das Gesamtrund verfügt über einen Starrgang und hat keine Bremsen.

Selina Burch hat gelernt, gesundheitliche Rückschläge wegzustecken. Im März erlitt sie eine Stressfraktur im Wadenbein, drei Monate später zog sie sich einen Bänderriss zu, kurz darauf kam eine Blessur an der rechten Hand dazu. Anfang August gab sie ihr Comeback beim Ruggu-

bel-Berglauf – und gewann. Im September bestritt sie zum ersten Mal den Jungfrau-Halbmarathon – und gewann auch dieses Rennen. Nach 2:13,28 Stunden überquerte sie die Ziellinie und staunte selber: «Ich hätte nie gedacht, dass ich es überhaupt nach oben schaffe. Ich hatte mich für diesen Halbmarathon vor der Stressfraktur angemeldet und dachte: Wenn ich schon für einen Startplatz bezahlt habe, will ich auch dabei sein.»

Kann es sein, dass sie sich künftig vermehrt an längere Bergdistanzen heranwagt? «Ich lasse alles auf mich zukommen», sagt Selina Burch, «wenn mich etwas reizt, mache ich es.» Der Sportmuffel von einst weiss ja: Mit ihrem Talent meistert sie so manche Herausforderung, und wenn sie irgendwo am Start steht, strebt sie das Optimum an, den Sieg. Sie lotet Grenzen aus. Und verschiebt sie oft.