

VN-INTERVIEW. Katharina Liensberger (26), Ski Alpin

# „Am Ende zählt nur die Leistung“

Die Lehre aus der Vorsaison zeigt Katharina Liensberger den Weg: Nicht die Identität verlieren.

**SULZ** Ein Herz für Kinder beweist Katharina Liensberger, als viele Schülerinnen und Schüler in Begleitung ihrer Eltern eine Autogrammstunde der Olympiasiegerin von Peking 2022 und zweifachen WM-Goldmedaillengewinnerin von Cortina d'Ampezzo in der RAIKA in Sulz auch für ein Foto mit der Gönnerin nutzen. Die 26-Jährige wirkt dabei gelöst und scheint die Last der fehlenden sportlichen Erfolge aus der Vorsaison hinter sich gelassen zu haben. Vielmehr ist im Gespräch mit ihr die Vorfreude zu spüren, neue Ziele zu erreichen.

**Woher kommt die Katharina Liensberger? Aus dem Urlaub oder von Ski- oder Materialtests?**

**LIENSBERGER** Ganz ehrlich, diese Woche hat bereits das Konditionstraining begonnen. Davor waren wir einen Monat noch auf Schnee. Es war wirklich noch perfekt zum Trainieren, die Bedingungen waren sehr winterlich. Erst in Zürs, dann auf der Reiteralm und zum Schluss am Gletscher in Sölden. Ich war tatsächlich nach der Saison im Urlaub und habe gut regeneriert.

**Das heißt, die neue Saison hat gestartet. Wie viel an Energie konnten sie auftanken?**

**LIENSBERGER** Für mich war es wichtig, zur Ruhe zu kommen. Deshalb gleich nach der Saison dieser Break. Ich habe die Zeit genutzt, um viel in der Natur zu sein, habe mir Zeit für mich genommen. Zeit, um nachzudenken, zu analysieren und die vergangene Saison hinter mir zu lassen. Jetzt kann ich wieder positiv in die Zukunft blicken.

**Vor einem Jahr als Olympiasiegerin gefeiert, haben Sie eine Saison erlebt, die sportlich zum Vergessen war. Was hat das mit Ihnen gemacht?**

**LIENSBERGER** Ich habe gerade in den Höhen und den Tiefpunkten gespürt, wie sehr mir der Skisport am Herzen liegt – egal ob es gut oder schlecht läuft. Natürlich ist es das Ziel, Rennen zu gewinnen, immer vorne dabei zu sein. Die Saison hat einfach gezeigt, dass viele Veränderungen waren. Damit hatte ich meine Probleme. Umso wichtiger ist es für mich, das Vertrauen zurückzu-



Strahlende Gesichter bei Lea (links) und Romy sowie Mama Nicole, als sich Katharina Liensberger mit auf das Foto „schmugelte“. STEURER

**Gespannt wartet der junge Liensberger-Fan auf ein Autogramm der Skisportlerin.**



bekommen in die Arbeit, bei der ich spüre, dass sie stimmig ist für mich, dass ich dadurch erfolgreich sein kann.

**Gibt es jenen Moment, den Sie benennen können, an dem Sie spürten, dass das Vertrauen verloren geht? Oder war es vielmehr ein schleicher Prozess?**

**LIENSBERGER** Vertrauen wächst, es entsteht und es lässt sich nicht gewinnen oder kaufen. Das Wichtigste ist, dass man zueinanderfindet, dass eine Gemeinsamkeit entsteht, dass man schlussendlich an den gemeinsamen Zielen arbeitet und sie davor auch kreierte und benennt. All das ist ein Prozess, und wenn ich auf meine Erfolge zurückblicke, dann sind die Pokale und Medaillen zwar schön, doch das Wichtigere ist die Geschichte dahinter. Da waren auch oft schwierige Zeiten dabei, doch sie haben mich gestärkt. Weil ich drangeblieben bin, weil ich gemerkt habe, ich bin auf dem richtigen Weg, und weil ein Zusammenhalt im Team da war. In der letzten Saison jedoch war es nicht leicht zu

sagen, an welcher Schraube man jetzt drehen muss. Weil einfach so viele Veränderungen waren, dass schlussendlich das Rad nicht mehr gelaufen ist. Jetzt sind wieder viele Neuerungen passiert, aber es sind Leute dabei, die ich schon von früher kenne und die mich kennen.

**Zuletzt gab es Kritik von Cornelia Hütter, als sie meinte: „Wir wurden nicht gehört.“ Was lief falsch?**

**LIENSBERGER** So leicht lässt es sich nicht beschreiben. Spitzenleistungen sind dann möglich, wenn es stimmig ist. Sowohl für mich als auch für mein Umfeld, es braucht immer ein Team, das gemeinsam an einem Strang zieht. Deshalb ist es richtig und wichtig, Dinge, die nicht funktionieren, zu verändern. Ob es die richtigen Entscheidungen sind, zeigt sich meist erst nach einer gewissen Zeit. Mit Alex Berthold habe ich schon im Jugendkader des Vorarlberger Verbandes zusammengearbeitet. Er ist Cotrainer unserer Gruppe, in der weitere vier Athletinnen sind und dessen Gruppentrainer Klaus Mayrhofer ist. Zudem ist Tom Gstrein, mit dem ich schon zusammengearbeitet habe, wieder mein Servicemann. Alles Leute, die ich gut kenne.

**Es ist Ihnen also wichtig, Menschen Ihres Vertrauens um sich zu haben?**



Katharina Liensberger beim Interview mit VN-Sportchef Christian Adam. STEURER

**LIENSBERGER** Ich bin auch letztes Jahr die Situation positiv angegangen. Grundsätzlich hat Neues ja etwas für sich. Aber wenn es anfängt, irgendwo nicht zu funktionieren, dann bricht das Vertrauen. Ich vergleiche es gern mit einem Kunstwerk mit vielen Mosaiksteinen. Wenn einer nicht passt, kannst du das gesamte Kunstwerk nicht mehr brauchen.

**Blicken wir auf den Menschen Katharina Liensberger. Hat diese Situation Sie verändert?**

**LIENSBERGER** Es ist immer leicht, die schönen Seiten des Leben zu durchschreiten. Umso wichtiger ist es, Zeiten, die nicht so einfach sind, richtig einzuschätzen und sie gestärkt hinter sich zu lassen. Schlussendlich weiß ich ja, wohin ich wieder will. Niemand ist perfekt, und anscheinend hat es auch bei mir

eine Phase gebraucht, aus der ich meine Lehren ziehen muss. Mir persönlich hat es einfach gezeigt, wie wichtig mir der Skisport ist.

**Ist die Analyse der Vorsaison schon abgeschlossen?**

**LIENSBERGER** Natürlich ist das Frühjahr noch nicht ganz abgeschlossen. Aber es sind schon etliche Schritte passiert. In dem Sinne hat die neue Saison schon gestartet. Ein wichtiger Punkt ist für mich, wieder das Vertrauen in meine Skitechnik zu haben sowie meine Identität zu bewahren.

**Was genau ist unter der Identität Katharina Liensbergers zu verstehen?**

**LIENSBERGER** Jeder ist einzigartig, ich bin es als Mensch, als Skisportlerin, in meiner ganzen Charakteristik. So wie ich Ski fahre, so müssen meine Eigenschaften immer an erster Stelle stehen.

**Oder wie es Alex Berthold einst formulierte: „Die wilde Henne.“**

**LIENSBERGER** (lacht) Schlussendlich ist es wichtig, wild am Hang zu sein. Das wichtigste Ziel beim Skifahren ist, schnell zu sein.

**Was bedeutet Ihre Rückeinstufung vom Nationalkader in den A-Kader?**

**LIENSBERGER** Viele Herren wie Manuel Fellner oder Johannes Strolz („Es gibt ein paar Jacken weniger“) haben die Frage schon beantwortet. Mir ist bewusst, dass am Ende die Leistung zählt, und deshalb ist mein Ziel, so schnell wie möglich zurück in den Nationalkader zu kommen.

**Wird Mathias Berthold in Ihrem Umfeld bleiben?**

**LIENSBERGER** Es gibt noch Gespräche, und dann wird es sich zeigen, wie sich die Zusammenarbeit mit ihm entwickelt.

**Wie sieht Ihre Zusammenarbeit mit Mario Reiser aus?**

**LIENSBERGER** Ich habe mit ihm im Winter einen Lehrgang gemacht und habe viele neue Ansätze von ihm lernen können. Ich schätze seine Arbeit. Was die Zukunft betrifft, ist alles offen.

**CHRISTIAN ADAM**  
christian.adam@vn.at  
05572 501-211



EINFACH  
MEHR  
ERFAHREN

<http://VN.AT/suman0>

## Vadlau/Mähr von Starkwind gestoppt

**SAN REMO** Am zweiten Wettkampftag der Europameisterschaft der Segler in der 470er-Klasse im italienischen San Remo konnte aufgrund der wechselhaften Windverhältnisse zwischen fünf und 28 Knoten keine Wettfahrt durchgeführt werden. Nach stundenlangen Verzögerungen wurde die einzige Wettfahrt vorzeitig abgebrochen. Besonders bitter war der Abbruch für Österreichs Paradeduo Lara Vadlau und Vorschoter Lukas Mähr, die zum Zeitpunkt des Abbruchs in Führung lagen. Nach dem fünften und 16. Rang am ersten Tag nimmt das OeSV-Duo den 14. Zwischenrang ein.

Für heute sind drei Wettfahrten geplant, ehe das insgesamt 67 Boote umfassende Starterfeld in Gold- und Silberflotte geteilt wird.



## Die Besten in Österreich



Das Sportgymnasium Dornbirn ist die Nummer eins in Österreich. Beim Bundesfinale der Schul Olympics im Bouldern (Klettern ohne Seil in Absprunghöhe) in Wien holte sich das von Susanne Hutter-Hinteregger betreute Quartett mit Ariane Franken, Valeria Bereuter, Noah Reischmann und Lea Kempf (v. l.) ganz überlegen den Sieg in der Oberstufe (9. bis 13. Klasse). In der Unterstufe (5. bis 8. Schulstufe) belegte das BRG Dornbirn-Schoren mit Jonas Sohm, Raphael Hubmann, Pius Kaufmann und Lina Sohm den sechsten Endrang. VERANSTALTER