

Gold für Handbikerin

An den Schweizer Meisterschaften im Strassenrennen wurde auch die Kategorie Paracycling durchgeführt. Dabei sicherte sich Handbikerin Sandra Stöckli aus Rapperswil-Jona die Goldmedaille.

Für die 33-jährige Sandra Stöckli ist es der erste Meistertitel und ihre Freude darüber ist riesig. «Es ist unglaublich schön und eine tolle Erfahrung, dieses Spezielle, die Goldmedaille in Empfang nehmen zu können», sagt sie. Doch zum feiern bleibt der 33-Jährigen nicht viel Zeit. Der Höhepunkt der Saison steht noch an: die Weltmeisterschaft Mitte September im holländischen Emmen. Stöckli ist stolz darauf, die Schweiz an der WM zu vertreten. Bis dahin steht viel Training auf dem Programm. Eine kleine Auszeit wird sie sich erst im November gönnen. Noch in diesem Herbst beginnen für die Handbikerin die Vorbereitungen für die Olympischen Spiele im kommenden Jahr.



SCHWEIZER MEISTERTITEL FÜR SANDRA STÖCKLI

Der Saisonhöhepunkt steht erst an

Die Rapperswil-Jonerin Sandra Stöckli hat ihren ersten Schweizer Meistertitel auf der Strasse geholt.

Bis dahin war es für die Handbikerin ein harter Weg, wie sie mitteilt. Umso grösser die Freude, dass sie es endlich geschafft hat. «Es ist unglaublich schön und eine tolle Erfahrung, dieses spezielle Renn-Shirt und die Goldmedaille in Empfang zu nehmen», so Sandra Stöckli. Das National Swiss Champion-Trikot ein Jahr lang tragen zu dürfen sei aber auch eine Verpflichtung. «Dementsprechend werde ich dies mit Ehrfurcht, Respekt und Demut tun.»

Der Erfolg kommt nicht von ungefähr. Stöckli hat hart dafür gearbeitet. Oder wie sie sagt: «Training, Training und nochmals Training.» Allzu viel anders als in den Jahren davor hat sie aber nicht gemacht. Aufbau und Verlauf im Winter und im Frühjahr waren wie immer. «Ich konnte deshalb auf dem bestehenden Fundament weiterarbeiten und gezielt dort Schwerpunkte setzen, wo ich noch Defizite hatte.» Dies sei nur mit der nötigen Geduld, Sorgfalt und Konsequenz möglich, erklärt sie. «Der einzige Unterschied zu den vergangenen Jahren war, dass ich ab Ostern innerhalb von sechs Wochen, elf Rennen bestritten habe.» Dies war auch mit gewissen Risiken verbunden. Stöckli wusste nicht genau, wie sie darauf reagiere und die Belastungen verkraf-



Viel Zeit, ihren Meistertitel zu feiern, hat Sandra Stöckli nicht: Sie steckt in den Vorbereitungen für die WM im September.

Foto: zVg

ten werde. Schlussendlich hat es sich ausgezahlt.

Saisonhöhepunkt steht noch an
Für Ferien hat Sandra Stöckli momentan keine Zeit. Jetzt stehen weitere Trainings auf dem Programm. Denn der Saisonhöhepunkt ist erst Mitte

September mit der Weltmeisterschaft im holländischen Emmen. «Und dafür muss weiter gearbeitet werden» sagt die 33-Jährige. Ihr grosses Ziel ist es, dass sie sich für die beiden WM-Rennen, Zeitfahren und Strassenrennen, nochmals steigert und die besten Wettkämpfe der aktuellen Saison ab-

liefert. «Was am Ende dabei herauskommt, kann ich nicht beeinflussen», sagt sie.

Im Ziel will Stöckli jedoch sagen können, dass sie alles gegeben hat und nicht mehr möglich war. «Mit grossem Stolz werde ich die Schweiz an der Weltmeisterschaft vertreten». Im No-

vember wird sich die Rapperswil-Jonerin dann eine kleine Auszeit gönnen. Aber auch diese wird nicht ohne ihr Handbike sein. Sie wird kräftig Kilometer damit strampeln. Denn im Herbst beginnen bereits die Vorbereitungen für das Olympia-Jahr 2020.

Martina Heinrich