

JOLANDA ANNEN PROFI-TRIATHLETIN INTERVIEW

Name: Jolanda Annen
Wohnort: Schattdorf
Beruf: Profi-Triathlet, Hochbauzeichnerin mit BM
Geburtsdatum: 11.09.1992
Palmarès Traithlon: 7.Rang Weltcup Tongyeong, Südkorea 2014; 12.Rang U23 WM Edmonton, Canada 2014; Triathletin des Jahres 2014
Aktuelle Resultate: 18. Rang WTS Auckland 2015 und Sieg am Walliseller Triathlon 2015

Man kann dich zur erweiterten Weltklasse in der olympischen Sportart Triathlon zählen. Dein nicht mehr so fernes Ziel sind die kommenden olympischen Spiele in Rio. Trotzdem kennt man dich ausserhalb des Kantons Uri noch nicht sehr gut. Wie und wann bist du zum Triathlon gekommen?
 Triathlon hat mich schon als Kind fasziniert, obwohl ich niemanden gekannt habe, der diese Sportart betrieben hat. Im Jahr 2009, also mit 17 Jahren, hat mir unser jetziger Teamcoach, Reto Achermann, einen Triathlonstartplatz geschenkt.

An welchem Anlass war das und was sind deine Erinnerungen an deinen ersten Triathlon?

Das war am Sempachersee-Triathlon. Meine Erinnerungen an Nottwil sind sehr gut, obwohl ich zwei sehr chaotische Wechsel hinlegte. Beim zweiten Wechsel lief ich in falscher Richtung aus der Wechselzone und das auch noch mit Helm. Zu meiner grossen Überraschung konnte ich trotz allem im Short Distance Rennen den zweiten Overall-Rang verbuchen und die Junioren-Kategorie gewinnen. Ab diesem Zeitpunkt hat mich das Triathlonvirus nicht mehr losgelassen.

Deine Heimat hat schon mehrmals starke RadfahrerInnen hervorgebracht. Die Namen Zberg, Risi, Betschart verpflichten fast. Ist deine stärkste Disziplin das Radfahren?

Obwohl ich mit den vielen Pässen und Bergen gute Trainingsbedingungen zum Radfahren habe, kann ich es nicht als meine Stärke bezeichnen.

In welcher Disziplin siehst Du am ehesten Möglichkeiten, dich zu verbessern?

Ich glaube, dass ich gerade im Radfahren noch viel Spielraum habe. Weil ich erst seit knapp sechs Jahren Triathlon mache, denke ich, dass ich dort noch viele ver-



Jolanda Annen siegte dieses Jahr am Walliseller Triathlon.

schiedene und neue Reize setzen kann.

Wen zählst du zu deinem engen Betreuerkreis?

Die wichtigste Person, auf den Triathlon bezogen, ist sicherlich mein Trainer Marc-Yvan De Kaenel. Er hat immer neue Ideen und weiss, was gut für mich ist. Reto Achermann organisiert und koordiniert alles, was neben dem Training läuft. Auch auf die Hilfe und Ratschläge meiner Eltern unterstützt mich auf meinem Weg enorm.

In dieser Saison ist der Höhepunkt wohl die Heim EM in Genf. Was ist dir sonst noch in der Saison 2015 wichtig?

Wichtig waren mir die ersten Rennen im März/April. Obwohl nicht alles optimal lief, konnte ich mit dem 18. Rang am WTS-Auckland

mein bisher wertvollstes Ergebnis einfahren. Der Hauptfokus liegt neben der EM klar auf den Weltcup- und WTS-Rennen. Dabei möchte ich möglichst viele Punkte sammeln für die Qualifikation der OS in Rio 2016.

Du bist durch den Triathlon in unzählige fremde, teilweise auch exotische, Länder gereist. Wo hat es dir speziell gefallen und weshalb?

In diesem Frühling war ich für zehn Tage in Neuseeland. Diese Landschaft war unglaublich schön! Ein Mix aus Bergen, Seen, Schafweiden und den schönsten Stränden und Buchten. Da musste ich mich schon zusammennehmen, nicht zu lange Radtouren zu machen ;-)

Nimmst du auch an reinen Schwimm-, Lauf- oder Rad-

wettkämpfen teil?

In diesem Jahr hab ich tatsächlich schon alle Disziplinen als Einzelwettkämpfe bestritten. Schwimm- und Radwettkämpfe sind aber eher die Ausnahme. Ich mag diese Wettkämpfe als Ausgleich zum Trainingssalltag und die Laufwettkämpfe geben mir im Wintertraining jeweils eine gute Standortbestimmung.

Das olympische Rennformat wird im abschliessenden 10km-Lauf entschieden. Wie bereitest du dich auf diese alles entscheidende Phase vor?

In erster Linie natürlich durch gezieltes Lauftraining. Gerade aber für die letzte Disziplin habe ich auch einige mentale Übungen, die mir helfen, mich bis ins Ziel zu quälen.

Wie viele Stunden trainierst Du in einer normalen Trainingswoche?

Das sind um die 25 Stunden. Mal etwas mehr, mal etwas weniger.

Bei diesem grossen Trainingspensum wirst Du keiner geregelten Arbeit mehr nachgehen können?

Nein das ist nicht mehr möglich. Über das ganze Jahr gesehen, gehe ich meinem erlernten Beruf als Hochbauzeichnerin noch rund 25 Prozent nach.

Kannst Du vom Triathlon und diesem 25 % -Pensum Deinen Lebensunterhalt finanzieren?

Ohne die Unterstützung von privaten Sponsoren und Gönnern, der Schweizer Sporthilfe und von meinem Arbeitgeber könnte ich meine Ausgaben nicht decken.

Ist für dich als Innerschweizerin der Zytturm Triathlon (ZTT) ein Heimrennen?

Als Heimrennen sehe ich natürlich schon unseren Urner Triathlon. Aber auch in Zug spüre ich einen grösseren Support der Zuschauer, als bei anderen Rennen. Zudem habe ich vier Jahre lang die Berufsschule in Zug besucht, und kenne deshalb die Stadt sehr gut.

Beim ZTT wird bei der Elite ein spannender und zuschauerfreundlicher Doppelsprint geboten. Wie stehst du zu diesem speziellen Rennformat?

Dieses spezielle Rennformat finde ich genial. Es ist der einzige Wettkampf dieser Art, und auch für uns Athleten immer eine Herausforderung. Gleichzeitig ist es enorm motivierend, weil wir auf der gesamten Strecke von Zuschauern angefeuert werden.

Wir würden dich natürlich gerne auch dieses Jahr beim ZTT am Start sehen. Ist es eine ideale Vorbereitung für Genf und bist du am Start?

Ich hoffe sehr, dass ich in Zug starten kann und habe es in meinem Rennkalender aufgelistet. Zu 100% möchte ich mich aber noch nicht festlegen, weil ich am Wochenende davor noch in Mexico ein Weltcuprennen bestreiten werde und erst kurzfristig sehe, wie gut ich mich davon erholt habe.

Auf jeden Fall wünschen wir Dir bereits an dieser Stelle weiterhin eine optimale Vorbereitung auf Genf und dort das nötige Wettkampfglück. Nochmals herzlichen Dank für dieses interessante Gespräch.



laufshop dynamix cham
 laufen ist unsere leidenschaft

Laufshop Dynamix GmbH
 Alte Steinhäuserstrasse 35
 6330 Cham Industrie
 www.dynamix.ch

Brooks Saucony Inov-8 Asics Mizuno New-Balance Salming Gore Sugo! Moving-Comfort vivifingers Thonimara Scott Nathan McDavid Polar Tom-tom Mule-Bar Winforce Karhu Luna-Sandals Zoot Montane versch.Nagelschuhe



FESTHALLEN - PARTYZELTE - BARZELTE
 BÜHNEN - TISCHGARNITUREN

SCHILTER
 ZELTE GMBH

JOSEF SCHILTER 6454 FLÜELEN
 NATEL : 079 643 45 34
 SCHILTERZELTE@HISPEED.CH