

«Die Top 100 sind mein grösstes Ziel»

Die Wilener Tennisspielerin Alina Granwehr über den Schweizer Meistertitel, die dreieinhalbmonatige Verletzungspause und Plan B.

Milena Bleiker

Dreieinhalb Monate nach der Operation am rechten Ellenbogen setzt sich Alina Granwehr nach fünf Junioren-Titeln auch bei den Aktiven durch: Die 20-Jährige aus Wilen bei Wil wird in Biel Schweizer Meisterin. «Ich bin ohne grosse Erwartungen ins Turnier gestartet», sagt Granwehr. Viel eher stand für sie das Ziel im Vordergrund, nach der dreieinhalbmonatigen Verletzungspause wieder in den Spielmodus zu finden. Nach einem holprigen Start in der ersten Runde gelang ihr dies optimal – oder wie es die Nummer 19 im Schweizer Ranking formuliert: «Danach konnte ich mich immer mehr freispielen und mein eigenes Spiel durchziehen.»

Im Final stockte der Lauf der 20-Jährigen erneut, nach dem verlorenen ersten Satz lag Granwehr auch im zweiten zurück. «Aber Tennis ist so ein schneller Sport, der Punktstand kann sich zügig ändern», so Granwehr. Und in dieser Partie geschah dies zu ihren Gunsten: Den zweiten Satz gewann sie mit 7:5, den dritten nach insgesamt drei Stunden ebenfalls, mit 7:6 im Tiebreak. Rückblickend sagt die Wilenerin: «Nach so einer schwierigen Zeit ist dieser Titelgewinn umso schöner.»

Kein Gefühl mehr im Ellenbogen

Damit spricht Granwehr die Verletzungspause an, die sie von Anfang September bis Mitte Dezember einlegen musste. Die Beschwerden am rechten Ellenbogen begleiteten die Spielerin allerdings bereits seit April des vergangenen Jahres. Zunächst nur beim Aufschlag spürbar,



Erster Titel in der Elite: Alina Granwehr im Einsatz an der Schweizer Meisterschaft.

Bild: Urs Lindt/Freshfocus

nahm der Schmerz von Training zu Training weiter zu – «bis ich den Schläger nicht mehr halten konnte und kein Gefühl mehr im Ellenbogen und in der Hand hatte», so Granwehr. Was genau die Beschwerden verursachte, war allerdings längere Zeit unbekannt. «Diese Ungewissheit war auch das Mühsamste an der Verletzung.» Letztlich wurde diagnostiziert, dass Granwehr mit einem gespickten Nerv zu kämpfen hatte, der mittels der Operation verlegt wurde.

Zu den schweizweit Besten gehört Granwehr bereits seit mehreren Jahren. In der Katego-

rie U14 gewann sie den Meistertitel einmal, gegen die U16- und U18-Konkurrenz setzte sie sich je zweimal durch. Auch international konnte sie bereits im Junioren-Alter grosse Erfolge feiern, so gewann sie im Jahr 2021 an der U18-EM die Silbermedaille. «Diese Titel haben sicherlich motiviert, aber es war mir immer bewusst, dass noch ein langer Weg vor mir liegt», so die Ostschweizerin. Ausserdem habe sie als Nachwuchsspielerin oftmals Niederlagen einstecken müssen, «und ich habe früh gelernt, was es heisst, zu verlieren».

Zum Tennissport gefunden hat Granwehr beim Durchprobieren verschiedener Sportarten – «und es hat mir einfach gefallen, mit einem Schläger auf einen Ball zu schlagen». Diese Freude hält bis heute an, hinzu kommt für die 20-Jährige, dass es sich beim Tennis um ein Spiel handelt, bei dem auf dem Platz nur eine Person gewinnen kann. «Und mir gefällt die Kombination aus Spielwitz, Taktik und Athletik», so die Wilenerin.

Athletik, insbesondere Kondition, ist nebst dem Spiel auf dem Feld ein grosser Bestandteil des Trainingsalltags. Gesamt-

haft kommt Granwehr auf ein Total von 25 bis 30 Trainingsstunden pro Woche. Seit dem Wechsel zurück zu ihrem Jugendtrainer im vergangenen Frühling sind die Tennisplätze in Dornbirn und Bludenz zu ihrer Trainingsbasis geworden. «Tennis ist ein Einzel-Einzel-sport, sage ich immer», sagt Granwehr. Deshalb sei die individuelle Zusammenstellung des Teams auch umso wichtiger. Ausserdem bemerkenswert an Granwehrs Karriere: Bereits mit 14 Jahren zog die Ostschweizerin nach Biel, um dort im nationalen Leistungszentrum regel-

mässig zu trainieren. Parallel zum Trainingsalltag besuchte sie in der Westschweiz die Kantonsschule.

In der Romandie profitierte Granwehr von einem sportspezifischen Angebot, die Schule von vier auf acht Jahre verlängern zu können. Nach zwei Jahren entschied sie sich dennoch, die Ausbildung abzubrechen. «Ich habe gemerkt, dass ich sowohl die Schule als auch den Sport so halb machte, aber keines von beidem wirklich durchzog», so die 20-Jährige. Hinzu kam die Gewissheit, hier in der Schweiz viele Möglichkeiten zu haben, auch zu einem späteren Zeitpunkt eine weitere Ausbildung machen zu können. Und deshalb der Entscheid vor rund vier Jahren: «Ich möchte voll auf die Tennis-Karte setzen.»

Den Schwung in die neue Saison mitnehmen

Dass sich dieses Vorhaben auf nationaler Ebene allmählich auszahlt, zeigt der Gewinn des Schweizer Meistertitels. International steht Granwehr allerdings noch ein langer Weg bevor, in der Weltrangliste belegt sie momentan den 778. Platz, vor der Verletzungspause war sie auf Rang 684 geführt.

Um bei den Grand Slams im Hauptfeld mitzuspielen, muss man mindestens in die Top 100 kommen. «Das ist sicherlich auch mein grösstes Ziel», sagt Granwehr. Nur dank vieler Turnierteilnahmen wird es ihr möglich sein, sich weiter nach vorne an die Weltspitze zu kämpfen. Deshalb nimmt sich Granwehr für die kommenden Monate vor: «Ich möchte den Schwung von der Schweizer Meisterschaft mitnehmen und ein verletzungs-freies Jahr haben.»

Dominic Lobalus 5-km-Europarekord löst Konfusion aus

Der Läufer des LC Brühl triumphiert in Barcelona. Nun stellt sich die seltsame Frage: Gilt der Europarekord auch als nationale Bestmarke?

Ralf Streule

Besser kann ein Jahr für einen Sportler nicht zu Ende gehen: Dominic Lobalu, der Abtwiler Langstreckenläufer, hat an Silvester eines seiner schnellsten Rennen absolviert. Die fünf Kilometer des «Cursa dels Nassos» in Barcelona lief er in 13:12 Minuten. Damit hat der Athlet des LC Brühl den Europarekord des Franzosen Jimmy Gressier egalisiert, der im Februar 2023 in Monaco mit derselben Zeit ins Ziel gelaufen war.

Noch ist der Europarekord zwar nicht offiziell homologiert, dies dürfte der Europäische Leichtathletikverband aber wohl in den kommenden Wochen tun – diese zeitliche Verzögerung ist bei neuen Rekorden ein üblicher Vorgang.

Es ist nicht das erste Mal, dass Lobalu eine europäische Bestleistung erreicht. Zum Beispiel war ihm dies vor einem Jahr gelungen, als er in Valencia mit 27:09 Minuten über 10 km

ins Ziel gelaufen war. Dass Lobalus Leistung von Barcelona nun aber wohl erstmals offiziell als Europarekord gewertet wird, hat damit zu tun, dass der gebürtige Südsudanese seit dem 7. September 2023 gemäss einem Beschluss von World Athletics unter Schweizer Flagge starten darf. Er ist offizieller «Swiss Starter», trotz fehlender Schweizer Staatsbürgerschaft.

«Lobalu kann Schweizer Rekord laufen»

Die Frage, ob der Rekord auch als Schweizer Bestmarke gilt, blieb nach dem Rennen hingegen offen. Erste Medienmeldungen gingen davon aus, dass der bisherige Landesrekord von Julien Wanders von 2019 (13:29) in Monaco bestehen bleibt, weil Lobalu eben der Schweizer Pass fehlt. Dies interpretiert Swiss Athletics anders, wie der Verband auf Anfrage mitteilt. Aufgrund des Spezialfalls Dominic Lobalu seien entsprechende Reglemente präzisiert und am

1. Dezember 2023 verabschiedet worden. «Dominic Lobalu ist dadurch auch in der Schweiz an nationalen Meisterschaften start- und titelberechtigt und kann Schweizer Rekord laufen», schreibt der Schweizer Verband. Und: «Für Swiss Athletics ist klar, dass ein durch European Athletics homologierter Europarekord von Dominic Lobalu auch als Schweizer Rekord an-

erkannt wird.» Die nationalen Rekordmarken auf Lang- und Mittelstrecken sind damit in akuter Gefahr, zumal Lobalu zwischen 3000 m und der Halbmarathon-Distanz alle bestehenden Landes-Bestmarken unterbieten kann, wie er bereits bewiesen hat.

Die Diskussionen um den Schweizer Rekord hat mit der Sonderstellung Lobalus zu tun:

Der 25-jährige Südsudanese, der 2019 in die Schweiz flüchtete, kann frühestens 2034 Schweizer Staatsbürger werden, ist aber weder für sein Geburtsland Südsudan noch für das Refugee-Team startberechtigt.

Direkt vom Trainingslager zum Europarekord

World Athletics lässt ihn unterdessen, auf Gesuch des Schweizer Leichtathletikverbands, für die Schweiz starten – an Grossanlässen wie WM, EM oder Olympischen Spielen jedoch erst ab April 2026. Gegen diese lange Wartezeit ist ein Wiedererwägungsgesuch von Swiss Athletics bei World Athletics noch hängig. Im Umfeld Lobalus schwingt die Hoffnung mit, dass der jüngste Rekord in Barcelona die Entscheidung des Weltverbands positiv beeinflussen könnte.

Der Sieg in Barcelona ist ein weiterer bemerkenswerter Schritt in Lobalus Karriere. Zumal er mit einem solchen Jahres-

abschluss nicht hatte rechnen können. Erst im September hatte er sich nach der Bahnsaison einer Schuleroperation unterzogen und eine lange Trainingspause einziehen müssen. Die Rückkehr an die Weltspitze hat sich nun also schneller als erwartet eingestellt.

Noch erstaunlicher wird der Rekord, wenn man sich Lobalus Vorbereitung auf das Rennen vor Augen führt. Zuletzt weilte er mit Swiss Athletics in Monte Gordo in Portugal im Trainingslager, noch kurz vor dem Rennen hatte er also eine – dem Vernehmen nach sehr anstrengende und mehrstündige – Reise unternehmen müssen. Dennoch setzte er sich in Barcelona schon früh vom Pacemaker und dem Rest des Spitzenfelds ab.

Schon in zwei Wochen steht ein nächster Höhepunkt an, der Lobalu zum nächsten Europarekord führen könnte: In Valencia geht der 25-Jährige wiederum als «Swiss Starter» über 10 km an den Start.



Dominic Lobalu jubelt in Barcelona.

Bild: EPA