SHARE

Kombinierer Pascal Müller am Oberen Zürichsee. Bild Olaf Schürmann

Erst der Kick, dann das Auspowern

Der Nordische Kombinierer Pascal Müller ist in der Schweiz ein Wintersport-Exot. Daher trainiert er mit den deutschen Kombinierern. Ziemlich erfolgreich.

von Olaf Schürmann

Die Nordische Kombination ist eine der ältesten Wintersportarten. Sie kombiniert zwei ganz verschiedene Anforderungen: springen und laufen. Genauer gesagt die beiden Einzeldisziplinen Skispringen und Skilanglauf. Sie gilt als «Königsdisziplin» des Nordischen Skisports und ist bereits seit den ersten Olympischen Winterspielen 1924 in Chamonix olympisch. Doch die Olympia-Präsenz der Sportart wackelt ein wenig, da die Frauen 2026 in Mailand weiterhin fehlen. Allerdings muss man auch betonen, dass es erst seit der Saison 2020/21 eine eigene Weltcup-Serie für Frauen gibt. Die NoKo solle attraktiver werden, zugänglich für mehr Nationen in der Weltspitze, argumentiert das Internationale Olympische Komitee (IOC). Deshalb will die Sportart mit neuen Wettkampfformaten die Attraktivität steigern (siehe Box).

Vom Langläufer und Springer zum Nordischen Kombinierer

Pascal Müller (23) ist in der Skination Schweiz ein Wintersport-Exot, er ist Nordisch Kombinierer. Der 23-jährige Kombinierer mit Heimatort Wollerau wohnt in Oberurnen und trainiert im Nationalen Leistungszentrum in Einsiedeln. Ausserdem berichtet Müller in regelmässig erscheinenden Kolumnen im «March-Anzeiger» und «Höfner Volksblatt» von der Welt der Nordischen Kombination.

Telefoniert hatten wir schon mehrfach, aber uns noch nie persönlich getroffen. Letzte Woche haben wir dies geändert und trafen uns zu einem Gespräch in Lachen. Pascal Müller ist klein, durchtrainiert und hat ein absolut gewinnendes Lächeln.

Ich erfahre, dass er mit sechs Jahren bereits mit Langlauf angefangen hat. «Mein Vater war Langläufer, daher habe ich sehr früh angefangen. Aber dann habe ich Simon Ammann im Fernsehen gesehen und ich wusste sofort, das will ich machen», so Cordon-bleu-Liebhaber Müller. Im zarten Alter von acht Jahren machte Müller seine ersten Sprünge auf der Sprungschanze in Einsiedeln. Seitdem macht er beides: Skispringen und Langlauf. «Ich finde die Sportart extrem cool, da die beiden Disziplinen so komplett gegensätzlich sind. Die Kombination aus Ausdauer und Schnellkraft macht diese Sportart extrem spannend. Im Skispringen habe ich den Kick und im Laufen kann ich mich komplett verausgaben.»

Der Glücksfall Deutschland – die Trainingsgruppe in Oberstdorf

Auch im Sommer ist Pascal Müller viel unterwegs. Von April bis in den Juli hinein liege der Fokus im Ausdauerbereich und Krafttraining. Je näher der Winter kommt, desto mehr werde dann im Intervallbereich gearbeitet. Müller trainiert mit der deutschen Nationalmannschaft. Bundestrainer Eric Frenzel ist sein Chef. «Frenzel ist der erfolgreichste Kombinierer aller Zeiten. Die Zusammenarbeit mit ihm hat mir extrem viel gebracht.» Seine Trainingsgruppe besteht aus acht bis zehn Sportlern, die ihr Trainingszentrum im deutschen Oberstdorf haben. Gut zwei Stunden fährt der Oberurner bis Oberstdorf.

> «Ich bin mitten in der Weltelite gelandet.»

Das lohnt sich. «Seitdem ich bei den Deutschen bin, trainiere ich wie ein richtiger Kombinierer», erklärt Hockey-Fan Müller. Das Training laufe nach einem exakt auf ihn zugeschnittenen Plan, damit er nach und nach an die Weltspitze herankomme. Im letzten Jahr habe er durch die Zusammen-

«Auch der Zusammenhalt im Team ist klasse. Die Kollegen drücken mir die Daumen, ich bin ein fester Bestandteil der Gruppe. Ich fühle mich da sehr wohl», ergänzt Müller.

Ziele für die Wintersaison und der FIS Summer Grand Prix

Müller hat zwei grosse Ziele für den kommenden Winter. Ziel Nummer eins ist klar formuliert: «Im Frühjahr finden die Nordischen Skiweltmeisterschaften in Trondheim statt, dafür möchte ich mich qualifizieren.» Die Kriterien werden von Swiss-Ski Ende Oktober bekannt gegeben. Ausserdem möchte Müller sich im Weltcup unter den Top-30 etablieren.

Vom 23. bis 31. August findet der FIS Summer Grand Prix statt. Müller startet in Tschagguns und Oberstdorf. Über 40 Kombinierer nehmen teil, einer aus der Schweiz. Und mit welchen Erwartungen geht Einzelkämpfer Müller auf die Schanze und in die Loipe? «Die Deutschen sind erst in Oberstdorf dabei, daher hoffe ich, dass ich in Tschagguns FIS-Punkte hole.»

Müller schafft beim FIS Summer Grand Prix eine Sensation

Er wollte unter die Top-30 laufen, gelandet ist Pascal Müller am letzten Sonntag auf Rang sieben. Der 23-Jährige passierte die Ziellinie beim Weltcuprennen in Tschagguns nur einen Wimpernschlag nach dem norwegischen Sieger Einar Oftebro. «Unglaublich, was heute abgegangen ist. Ich kann es nicht ganz fassen. Ich habe um genau 0.8 Sekunden den Sieg an einem FIS Summer Grand Prix verpasst», schwärmte Müller nach dem Rennen. Für den Kombinierer wurde ein Traum wahr: «Als kleiner Bub war ich mit meinem Vater Zuschauer beim FIS Summer Grand Prix der Skispringer in Einsiedeln und sagte damals schon, dass ich so werden wolle wie Simon Ammann. Heute habe ich ein weiteres Etappenziel geschafft und bin mitten in der Weltelite gelandet.»

Heute Mittwoch kann Pascal Müller ein weiteres Etappenziel erreichen. Die Grossschanze in Oberstdorf und dann das Nightrace warten auf ihn. «Das ist immer richtig cool, da hat es immer viele Zuschauer», freut sich Müller.

Klicken Sie hier, um diese Seite sehen in der e-Ausgabe:

(Login erforderlich)

SHARE