April 2025 Silvan Durrer

Saisonrückblick 24/25

Diesen Winter bestritt ich das erste Jahr in der Herren Elite Kategorie, was einige Herausforderungen mit sich brachte. Der Wechsel in diese neue Altersstufe bedeutete für mich nicht nur härtere Wettkämpfe, sondern auch ein deutlich stärkeres Teilnehmerfeld. Trotz einiger Rückschläge konnte ich wertvolle Erfahrungen sammeln und mich sportlich weiterentwickeln. Ich schätze es sehr, dass ich in dieser intensiven Zeit auf die Unterstützung meines Umfelds und meiner Sponsoren zählen konnte.

Saisonstart in Finnland

Zwei Wochen bevor die Saison in der Schweiz startete, trainierte ich mit ProNordic eine Woche in Finnland, wo wir einige lange und intensive Stunden auf den Skiern verbrachten. Neben den vielen Trainingsstunden im Norden nahm ich ausserdem an zwei FIS-Wettkämpfen vor Ort teil. Diese waren somit mein Startschuss in die neue Saison. Trotz der grossen Erschöpfung der vorherigen Woche gelang mir ein relativ guter Saisonstart, bei dem ich nur wenig auf die Weltspitze verlor.

Startschuss in der Schweiz

Als kurz darauf die ersten nationalen Wettkämpfe stattfanden, merkte ich, dass diese intensive Woche in Finnland mehr Erholung benötigt hätte. Meine Form war genau zum Saisonstart am tiefsten Punkt des Jahres angelangt, was meinen Start in die Herren Elite Kategorie deutlich erschwert hat.
Durch meine schlechten Leistungen zum Start der Saison verpasste ich dann einige internationale Wettkämpfe (Continentalcup), weil ich für diese nicht aufgeboten wurde.

Formaufbau

Dadurch, dass ich bei den nächsten Wettkämpfen zu Hause bleiben musste, hatte ich genügend Zeit, um wieder zu meiner alten Form zurückzufinden. Dank einigen Ruhetagen und danach einigen intensiven Trainingsblocks, hatte ich wieder eine gute Form erreicht, als der erste Teil der Schweizermeisterschaften auf dem Plan stand.

Schweizermeisterschaften Jaunpass

Am ersten Tag stand ein Skating Sprint auf dem Plan, bei diesem gelang mir nach einer guten Prologzeit und einem schnellen Viertelfinale endlich wieder eine **Top 10** Platzierung. Am nächsten Tag bei dem 10km Klassisch Massenstart Rennen wurden meine Erwartungen klar übertroffen. Zu Beginn wählte ich eine eher zurückhaltende Taktik, um meinen Körper nicht zu früh mit Laktat zu überlasten. Diese Entscheidung zahlte sich am Ende klar aus: Als ich als Zehnter in die letzte Runde einbog, spürte ich, dass noch einiges drin lag. Mit einer starken Schlussrunde konnte ich nochmals vier Plätze gutmachen und belegte schliesslich den sehr erfreulichen **sechsten Rang**.

World University Games in Turin

Direkt nach der Schweizermeisterschaft auf dem Jaunpass reiste ich weiter nach Turin, um dort an den Winter Universiaden teilzunehmen. Es war mir eine grosse Ehre, zum ersten Mal in meiner Karriere die Schweiz an einem solchen Grossanlass vertreten zu dürfen. Nach einer mitreissenden Eröffnungsfeier zu Beginn dieser Wettkämpfe verbrachten wir weitere 11 Tage in Pragelato, wo 5 Wettkämpfe auf dem Programm standen.
10 km Skating war der erste Wettkampf. Mit guter Tagesform erreichte ich als zweitschnellster Schweizer den **17.** Platz, weniger als eine Minute hinter dem Sieger.
Zwei Tage später folgte der Klassisch Sprint, bei dem ich mir gute Chancen auf eine Top-Platzierung erhoffte. Jedoch verlief nicht alles wie erhofft, nach einer Menge Pech im Viertelfinale war dort schon Endstation für mich. Trotz grosser Enttäuschung reichte es schlussendlich für den **16.** Schlussrang.
Beim nächsten Wettkampf, dem Mixed-Teamsprint, ging die Pechsträhne weiter. Nach einem herausragenden Prolog und zwei super Startrunden meiner Teamkollegin und mir, konnte ich auf dem 2. Rang liegend an meine Teamkollegin übergeben für ihre letzte Schlussrunde. Jedoch kam es bei ihr zu einem Sturz, als eine andere Athletin auf ihren Ski fuhr. Somit mussten wir unsere Medaillenträume für diesen Tag begraben.
Zwei Tage darauf folgte das grosse **Highlight**: die 4 x 5 km Staffel mit Nolan Gertsch, Maxime Béguin und Jan Fässler. Nach einem starken Start von Nolan wurde ich als Vierter auf die Runde geschickt. Ich ging all-out ins Rennen, konnte die 20 Sekunden Rückstand auf das Spitzenduo rasch aufholen – und lief dabei sogar die **Tagesbestzeit** aller klassisch Laufenden. Als Zweitplatzierter übergab ich an meinen Teamkollegen. Mit beeindruckenden individuellen Leistungen hielten Maxime und Jan den zweiten Rang bis ins Ziel, und so durften wir gemeinsam die **Silbermedaille** für die Schweiz feiern.

Krankheiten

Die restliche Saison war von Krankheiten geprägt, eine Woche nach der Universiade lag ich zum ersten Mal krank im Bett, kurz darauf, als ich wieder fit wurde, erwischte ich eine Lebensmittelvergiftung und war somit für eine weitere Zeit ausser Gefecht.

Zweifacher Bündnermeister

Als ich wieder gesund war, durfte ich **zwei Siege** an den Bündnermeisterschaften feiern. Im 12km klassisch Rennen und im Teamsprint mit Elia Beti stand ich zweimal zuoberst auf dem Podest.

Schweizermeisterschaften Goms

Der zweite Teil der Schweizermeisterschaften fand in Goms statt. Mit zwei starken Leistungen an den Rennen am Freitag und Samstag konnte ich jeweils den guten **8.** Rang erreichen. Die beiden Distanzen waren dabei alles andere als gewöhnlich: Am ersten Tag stand ein verkürztes Rennen über nur 5 km auf dem Programm, während wir tags darauf die klassische 50 km-Strecke in Angriff nahmen – eine echte Herausforderung zum Saisonabschluss. Am Tag darauf folgte noch der Teamsprint mit meinem Teamkollegen Elia Beti. Durch einen herausragenden Prolog von Elia und mir, landeten wir auf dem **1. Rang** nach dem Prolog mit einem Vorsprung von über 6 Sekunden. Jedoch war dann im Finale der Tank leer von Elia und mir und somit konnten wir unseren 1. Platz leider nicht verteidigen.

Perl Season End Festival

Zum Abschluss der Saison fand ein spannender 200m-Doppelstock-Sprint und ein Abfahrtsrennen in Sils statt. Beim 200m-Sprint konnte ich meinen 2. Platz vom Vorjahr verteidigen und landete erneut auf dem **2. Rang** in der Elite Kategorie. Am Tag darauf beim Abfahrtsrennen gelang mir trotz zwei Stürzen der **5.** Schlussrang.

Vielen Dank für die Unterstützung!

Abschließend möchte ich mich von ganzem Herzen bei all meinen Sponsoren bedanken, die mich auf meiner Reise begleiten und es mir ermöglichen, meine Ziele zu verfolgen. Ohne eure wertvolle Unterstützung wäre all dies nicht möglich, und ich könnte meine sportlichen Ambitionen nicht in die Tat umsetzen. Ein herzliches **Dankeschön** an euch alle!

proNordic
ERNST GÖHNER STIFTUNG
SALOMON
Import Optik
weltmode. spitzenqualität. bestpreise.
ARKTIS BIOPHARMA
LEKI
LANGLAUF-CLUB 8845 STUDEN
Maler Strüby AG