

«Königsdisziplin» des Skisports

Emil Walser ist Skifahrer aus Leidenschaft. Auf den Telemark-Ski geniesst er die Freiheit und die harmonischen Bewegungen. Er organisiert das Ausserrhoder Freundschaftsrennen und ist Seriensieger der Disziplin Telemark.

MEA MCGHEE

SKI. Obwohl beim Telemark nur die Schuhspitzen über eine Bindung mit den Ski verbunden sind, lässt Emil Walser beim Ausserrhoder Freundschaftsrennen jeweils viele Skifahrer hinter sich. Etwa fünf Sekunden büsst er mit dieser ursprünglichen Technik des Skifahrens bei einer Fahrzeit von rund 40 Sekunden auf seine Marke als Alpinfahrer ein. «Beim Telemark ist grundsätzlich alles möglich», sagt der 45-Jährige: «Weite Schwünge, Buckelpistenfahren, kurze Schwünge, Schanzenspringen, Tiefschneefahren, Skiwandern und Skitouren. Die harmonischen Bewegungen und das freie Gefühl faszinieren mich.»

Stürze und Muskelkater

Bei seinen ersten Telemark-Versuchen vor 21 Jahren sei dies freilich anders gewesen. Damals habe er nicht einmal gewusst, welcher Fuss vorne und welcher hinten sein muss. Einige Stürze später, und einen gehörigen Muskelkater in Gesäss und Oberschenkeln, hatte Emil Walser den Dreh einigermaßen raus. Im folgenden Winter bildete sich der Geomatikingenieur in Engelberg – einer Telemark-Hochburg – zum Skilehrer aus und nutzte die Gelegenheit, den Telemark zu verfeinern. «Damals fuhr ich mit einer Mietausrüstung und knöchelhohen Lederschuhen. Bis die Achillessehnen schmerzten», erinnert sich Walser. Danach habe er eine Ausrüstung samt Hartchalenschuhen gekauft. Letztere verleihen mehr Stabilität.

Koordination, Ausdauer, Kraft

Für Emil Walser ist Telemark die «Königsdisziplin» des Skisports. Die Technik ist nicht ganz einfach und erfordert Koordina-



Bild: pd

Elegant und dynamisch kurvt Emil Walser im Telemarkstil durch die Tore eines Riesenslaloms.

tionsvermögen, Gleichgewicht, sowie Kraft und Ausdauer. «Jeder Schwung ist mit einer Kniebeuge verbunden, und die zentrale Position über dem Ski ist wichtig», sagt Walser, der in Bühler aufgewachsen ist und heute mit Ehefrau Regula und den zwei Söhnen in Speicher lebt.

Exoten auf der Skipiste

Obwohl der Telemark die ursprüngliche Form des Skifahrens ist, sind Telemark-Fahrer Exoten auf der Skipiste. «Ich mag das, denn man kommt meist schnell ins Gespräch mit interessierten Skifahrern», hat Emil Walser festgestellt. Schon als Kind war er Mitglied des Skiclubs Bühler und startete bei regionalen Skirennen. Heute ist er als JO-Leiter und J+S-Coach im Verein tätig. Er organisiert als OK-Chef seit zwei Jahren das traditionelle



Bild: mc

Emil Walser
Telemark-Fahrer
JO-Leiter SC Bühler

Ausserrhoder Freundschaftsrennen, das jeweils am 2. Januar als Abendrennen stattfindet. Die Kategorie Telemark wird seit 15 Jahren angeboten. Emil Walser ist es ein Anliegen, zu zeigen, dass mit dieser Technik auch Rennen gefahren werden können. Etwa 20 Personen im Appenzellerland beherrschen nach seiner Schätzung den Telemark.

Eine Handvoll nimmt jeweils am Freundschaftsrennen teil.

Ein Bewegungsmensch

«Der Winter könnte für mich gerne mehr als ein halbes Jahr dauern», sagt Bewegungsmensch Walser. Das Auto sei jeweils fast zu klein, wenn es in die Ferien geht, um Ski, Telemark- und Langlaufausrüstung, Stöcke und Schuhe der vierköpfigen Familie zu verstauen. Auch das Snowboarden habe er ausprobiert, doch die Saison sei zu kurz, um alle Disziplinen auszuüben. Im Sommer ist Emil Walser oft auf zwei Rädern unterwegs, mit dem Rennvelo oder mit dem Bike. Dazu trainiert er die Viertligisten von Volley Speicher und ist mit der Familie sportlich unterwegs. Er sei zum Glück noch nie ernsthaft verletzt gewesen, denn die Bewegung würde ihm fehlen.

Telemark Ursprungsform des Skifahrens

Das Telemarken ist eine aus Norwegen stammende Abfahrts-Skitechnik, bei der nur die Spitzen der Skischuhe durch eine Bindung am Ski fixiert sind. Augenfällig ist der Ausfallschritt, der durch die freie Ferse und den beweglichen Schuh ermöglicht wird. Hoch die Ferse, tief das Knie, heisst es, wenn der Fahrer die Ferse des Bergskis hebt und den Talski nach vorne schiebt. Telemarken als Wettkampf wurde gemäss Wikipedia vom Norweger Sondre Norheim aus Morgeidal in der Provinz Telemark eingeführt. Er gewann 1868 den Alpin-Skiwettkampf von Iverslokken, nachdem er die 200 km lange Anfahrt von seinem Heimatdorf grösstenteils per Ski zurückgelegt hatte. Seit den 1970er-Jahren hat die Telemark-Technik ausserhalb Skandinaviens ein Revival erfahren. Der Telemark-Verband Schweiz wurde 1989 gegründet. Es finden verschiedene Rennen statt. Waren die Ausrüstungen vor einigen Jahren noch ähnlich dem nordischen Skilauf-Material, geht die Entwicklung heute eher Richtung alpines Material. Grundsätzlich braucht es aber keine speziellen Telemark-Ski. Der Lederschuh wurde von Plastikschuhen mit Schnallen verdrängt. Es gibt aber noch Nostalgiker, die mit nur einem Holzstock, Norwegerkleidern oder Rock ihre Schwünge ziehen. (mc)