

Ein 15-Jähriger will an die Weltspitze

Skibergsteiger Toni Palzer ist den Erwachsenen schon dicht auf den Fersen

Jugend-Weltcup Sieg scheint möglich

Ramsau - Spätestens seit dem Wochenende kennt man in der internationalen Skibergsteiger-Szene den Namen Toni Palzer. Mit dem Jugendsieg beim EM-Einzelrennen und der Silbermedaille im Aufstiegsrennen im italienischen Tambre setzte der 15-jährige Ramsauer (DAV-Stützpunkt Skibergsteigen Berchtesgadener Land-Chiemgau/SK Ramsau) ein deutliches Signal. Schließlich will das Energiebündel schon in wenigen Jahren international auch bei den Erwachsenen ganz vorne mitmischen. Im Interview formulierte das Sporttalent sein Ziel jedenfalls ziemlich klar: Weltspitze.

Toni, jetzt bist Du Europameister. Was kommt als nächstes?

Toni Palzer: Nächsten Sonntag ist deutsche Meisterschaft im Team. Da werde ich mit



dem Philipp Reiter an den Start gehen. Dann haben wir noch die Pierra Menta vor uns, das zweite Weltcuprennen. Da wollen Philipp und ich schon ganz vorne sein.

Du stehst ja im Jugend-Weltcup an aussichtsreicher Position.

Toni: Ja, ich stehe nach dem ersten von drei Rennen an zweiter Stelle hinter Alain Tissière. Der Schweizer hat mir da noch sechs Minuten abgenommen, im Vertical Race bei der EM waren es dann noch 58 Sekunden und zuletzt beim Single nur noch fünf Sekunden. Da geht schon noch was.

Könnte es sein, dass Du nach der erfolgreichen EM jetzt schon in Richtung WM schielst?

Toni: Die findet nächstes Jahr in Andorra statt. Ein Weltmeistertitel wäre schon schön.

Mit Deinen Zeiten mischst Du ja auch bei den Erwachsenen schon ganz schön mit.

Toni: International fehlt es noch, aber auf nationaler Ebene geht schon was.

Jugendliche in Deinem Alter orientieren sich mit ihren Interessen schnell einmal neu. Wie ernst ist es Dir wirklich mit dem Skibergsteigen?

Toni: Da mache ich auf jeden Fall weiter.

Dein Kader-Kollege Michael Pfanzelt kam wenige Tage vor der EM bei einer privaten Skitour in einer Lawine ums Leben. Da ist wahrscheinlich die Freude über die verdiente Medaille getrübt.



Toni: Ich kannte ihn nicht so gut, weil ich erst seit heuer internationale Rennen laufe. Aber der Rottmoser Seppi war ein guter Freund von ihm, für den war es schon ein großer Schlag.

Skibergsteiger sind ja immer einer unterschiedlich großen Lawinengefahr ausgesetzt. Gibt es da eine spezielle Ausbildung für Euch?

Toni: Nein, überhaupt nicht. Aber beim Training bin ich ja die meiste Zeit mit dem Papa zusammen, der Bergführer ist. Da lernt man schon was.

Hast Du die Palzerschen Skibergsteiger-Gene geerbt oder trainiert Ihr im Stützpunkt Skibergsteigen so gut?

Toni: Nein, vom Stützpunkttraining kommt es sicher nicht. Das ist zweimal wöchentlich und ich komme kaum dazu, dass ich hingehge. Die treffen sich abends, da trainiere ich lieber nachmittags nach der Schule. Ich schätze schon, dass ich die Gene vor allem vom Papa habe.

Wie sieht denn Dein privates Training aus?

Toni: Ich trainiere so fünf- bis sechsmal pro Woche für etwa zwei Stunden. Da reiße

ich meine Ski raus und renne viermal zum Hirschkaser rauf. Aber während der Wettkampfsaison mache ich nicht so richtig viel, weil ich mich da unter der Woche erholen muss. In der bisherigen Saison habe ich vielleicht 70 000 Höhenmeter gemacht. Die Grundlagen muss man sich sowieso im Sommer erarbeiten.

Wie machst Du das?

Toni: Radfahren, Berglaufen, Klettern.

Dein Vater, ehemaliger deutscher Meister, ist ja selbst Stützpunktrainer. Kommt er Dir noch hinterher?

Toni: Nein. Bis 1 500 oder 2 000 Höhenmeter nicht mehr. Wenn wir mal fünf Stunden unterwegs sind, dann ist er schon noch ausdauernder. Ich habe seit dem letzten Jahr schon noch einmal einen Schub gemacht.

Was ist denn das höchste Ziel, das Du Dir für Deine Wettkampfkariere steckst?

Toni: Vielleicht einmal bei den Erwachsenen den Weltcup anführen.

Das klingt nach großem Selbstbewusstsein.

Toni: Ja, sicher. Das braucht man auch.

Was ist Deine Lieblingskitour?

Toni: Das Hocheck zum Beispiel, aber das geht erst spät. Auch die Hochalm mag ich gerne, sonst sind wir auch viel in Österreich.

Wie lange brauchst Du bis zum Hocheck?

Toni: In zwei Stunden schaffe ich es leicht. Aber im Training gehe ich nicht so schnell, das wäre ein Schmarrn.

Schaust Du dabei nur auf die Uhr oder siehst Du noch die Landschaft?

Toni: Weder noch. Ich mag einfach schnell rauf, da pressiert es.

Wieviele Höhenmeter legst Du pro Saison auf Skitour zurück?

Toni: Vielleicht 120 000.

Was macht mehr Spaß: das Aufsteigen oder das Abfahren?

Toni: Eher das Aufsteigen. Es freut mich schon, wenn ich an den Leuten vorbeirase. Sie plagen sich und ich denke mir gar nichts.

Betreibst Du zusätzlich Krafttraining?

Toni: Im Stützpunkt machen die das, aber ich nicht. Bei den Weltcups haben die

führenden Erwachsenen rund 55 bis 60 Kilo. Die sind total abgemagert. Die betreiben höchstens noch Langlauf.

Wie finanzierst Du den Leistungssport?

Toni: Ich habe schon gute Sponsoren und vor allem der Skiklub Ramsau unterstützt mich intensiv. Der Deutsche Alpenverein organisiert und finanziert halt nur die internationalen Rennen, bei den nationalen Wettkämpfen müssen wir alles selbst bezahlen.

Was machst Du, wenn Du nicht auf Skitour bist?

Toni: Essen und schlafen (lacht!). Nein, ich bin schon auch gerne beim Pistenskifahren. Im Sommer gehe ich zum Radfahren, zum Laufen oder zum Klettern. Es dreht sich schon alles um den Sport, Lesen gibt's bei mir nicht. Vielleicht mal Baden am Hintersee oder Mopedfahren.

Wann wirst Du das erste Mal schneller als alle Erwachsenen sein?

Toni: Die Zeiten sind bisher schwer zu vergleichen, weil die Streckenlängen bei Erwachsenen und Jugendlichen meist unterschiedlich sind. Aber das kann schon schnell gehen. Das kann mit 20 sein, das kann auch schon früher sein. National fehlt es nicht mehr so weit.

Vielleicht klappt es ja auch schon am Samstag beim Götschenfuchs.

Toni: Da will ich schon gerne dabei sein, obwohl am Sonntag deutsche Team-Meisterschaft im Dammkar ist.

Dein Saisonziel hast Du ja erreicht, jetzt könntest Du Dich eigentlich ausruhen.

Toni: Nein, nein. Es wird schon weitertrainiert. Ich möchte noch viel besser werden.

Ulli Kastner/Berchtesgadener Anzeiger