

# Pirmin Werner will hoch hinaus

**SKIAKROBATIK** Eine Verletzung am Knie stoppte das Sommertraining von Pirmin Werner vorübergehend. Jetzt ist der Altemer aber bereit und startet schon bald in die neue Saison. Es ist eine wichtige im Hinblick auf Olympia.

MANUEL SACKMANN

Corona, Corona, Corona: Wenn nicht gerade Präsidentschaftswahlen in den USA sind, bestimmt die Pandemie das Geschehen. Auch die Skiakrobatik sei nicht um das Virus herumgekommen, sagt Pirmin Werner. «Einschränkungen gibt es bei uns aber zum Glück nicht allzu viele.» Es seien die üblichen: Abstand halten, Maske tragen, häufig die Hände desinfizieren. Die Saison ist somit – Stand jetzt – nicht in Gefahr.

Das ist auch gut so, denn der kommende Winter ist für den 20-Jährigen aus Alten wichi: An Neujahr beginnt die Qualifikation für die Olympischen Spiele 2022 in Peking. «Daher möchte ich eine gute Saison haben, damit ich mich im Fall einer Qualifikation bestmöglich auf die Spiele vorbereiten kann.»

Doch auch kurzfristig will Pirmin Werner hoch hinaus, hat er doch eine äusserst erfolgreiche letzte Saison hinter sich. Er war bei jedem Weltcup-Wettkampf im Final, einmal sogar auf dem Podest, und wurde am Ende Viertes im Gesamtklassment. Die Beloh-



Die Welt steht Kopf, Pirmin Werner startet dennoch bald in die neue Skiakrobatik-Saison.

Bild: pirmin-werner.ch

nung: Der Weltverband FIS zeichnete ihn als «Rookie of the Year» beziehungsweise besten Jungprofi aus. «Ich fühle mich sehr geehrt», gibt er zu Protokoll. Und: «Mit meiner Gesamtplatzierung letztes Jahr haben sich auch meine Ziele geändert.» Er wolle vermehrt auf dem Weltcup-Podest landen,

und an der WM im Februar soll es ins Superfinale reichen. «Dann kann alles passieren.»

### Vollestes Vertrauen in die Knie

Passiert ist auch im Sommer etwas: Der Altemer verletzte sich erneut am Knie. Beim Training auf der Wasserschanze

zog er sich einen Teilriss am Meniskus zu («AZ» vom 4.8.2020). «Der Heilungsprozess lief wie erwartet sehr gut», sagt er. «Ich konnte oft in die Physio gehen und bereits fünf Wochen nach der Operation wieder mit Einfachsaltos anfangen.» Trotz der Pause ist er zufrieden mit der Saisonvorberei-

tung. Sorgen um seine Knie macht er sich keine, obwohl ihn vorletzte Saison schon ein Kreuzbandriss ausser Gefecht gesetzt hatte. Natürlich sei er jeweils in ein Loch gefallen. Aber mit der vielen erhaltenen Unterstützung habe er die Verletzungen gut überstanden. «Wenn ich Zweifel hätte, dürfte ich den Sport nicht mehr ausüben und müsste sofort zurücktreten.»

Er gehe zuversichtlich in die neue Saison. Um möglichst gute Resultate zu erzielen, arbeitet er auch an seinem Sprungrepertoire. «Ich und mein Coach haben einen neuen Sprung im Hinterkopf», sagt er. «Den werde ich aber nicht regelmässig trainieren, da er sehr schwierig und das Verletzungsrisiko höher ist.» Der Fokus liege auf der Perfektion der bisherigen Sprünge mit vier Schrauben.

### Dichtes Programm

Im April rückte Pirmin Werner in die Spitzensportler-RS ein. «Ich konnte sehr davon profitieren», sagt er. Nach der Verletzung reiste er im Oktober ins Trainingslager nach Saas-Fee, wo die Grundlagen geübt wurden. Und schon im November geht es nach Finnland. «Da trainieren wir die Schwierigkeit.»

Viel Zeit bleibt nicht mehr. Anfang Dezember beginnt die neue Weltcup-Saison mit dem Wettkampf in Ruka (Finnland). Danach führt die Reise nach Russland, Kanada, in die USA, nach Belarus, Kasachstan und – unter anderem für die WM – nach China.

# Aktion

Aus Liebe zum Dorf und zum Portemonnaie.

Montag, 9.11. bis Samstag, 14.11.20

 <p><b>-49%</b> <b>29.90</b> statt 59.50</p> <p><b>CAILLER PRALINÉS</b> Fémina, 1 kg</p>	 <p><b>-22%</b> <b>3.95</b> statt 5.10</p> <p><b>ROLAND KNÄCKEBROT</b> div. Sorten, z.B. Délicatesse, 2 x 200 g</p>	 <p><b>-20%</b> <b>1.55</b> statt 1.95</p> <p><b>VOLG EIER-TEIGWAREN</b> div. Sorten, z.B. Hörnli, 500 g</p>	 <p><b>-20%</b> <b>3.95</b> statt 4.95</p> <p><b>STARBUCKS</b> div. Sorten, z.B. Lungo House Blend, 10 Kapseln</p>
 <p><b>-22%</b> <b>4.20</b> statt 5.40</p> <p><b>VOLG MINERALWASSER</b> div. Sorten, z.B. wenig Kohlensäure, 6 x 1,5 l</p>	 <p><b>-25%</b> <b>6.90</b> statt 9.20</p> <p><b>MERIDOL</b> div. Sorten, z.B. Zahnpasta, 2 x 75 ml</p>	 <p><b>-21%</b> <b>19.90</b> statt 25.35</p> <p><b>CALGON</b> div. Sorten, z.B. Tabs, 66 WG</p>	 <p><b>-32%</b> <b>9.30</b> statt 13.80 (x 150 cl)</p> <p><b>SINALCO</b> 6 x 1,5 l</p>
 <p><b>-31%</b> <b>9.90</b> statt 14.40</p> <p><b>PALMOLIVE HANDABWASCHMITTEL</b> div. Sorten, z.B. Ultra Original, 3 x 500 ml</p>	<div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <b>Ab Mittwoch FRISCHE-AKTION</b> </div>  <p><b>AGRI NATURA BRATSPECK</b> 180 g</p> <p><b>-30%</b> <b>4.30</b> statt 6.20</p>  <p><b>-33%</b> <b>1.20</b> statt 1.80</p> <p><b>EISBERGSALAT</b> Spanien, Stück</p>  <p><b>-37%</b> <b>-50</b> statt -80</p> <p><b>KIWI GRÜN</b> Italien, Stück</p>  <p><b>-20%</b> <b>5.50</b> statt 6.95</p> <p><b>LUZERNER RAHMKÄSE PORTION</b> 240 g</p>  <p><b>-21%</b> <b>2.20</b> statt 2.80</p> <p><b>GLÄRNER ZIGER-PRODUKTE</b> div. Sorten, z.B. Ziger-Butter, 80 g</p>  <p><b>-20%</b> <b>5.50</b> statt 6.95</p> <p><b>MCCAIN 1-2-3 FRITES</b> 750 g</p>  <p><b>-27%</b> <b>2.45</b> statt 3.40</p> <p><b>AGRI NATURA SCHWEINSSCHNITZEL</b> mini, per 100 g</p>		

Folgende Wochenhits sind in kleineren Volg-Läden evtl. nicht erhältlich:

<b>STIMOROL KAUGUMMI</b> div. Sorten, z.B. Spearmint, 7 x 14 g	<b>4.20</b> statt 4.95	<b>KNORR QUICK SOUP</b> div. Sorten, z.B. Flädli, 34 g	<b>1.95</b> statt 2.45	<b>BELFINA</b> div. Sorten, z.B. Classic Bratcreme, 5 dl	<b>3.65</b> statt 4.30	<b>NESCAFÉ</b> div. Sorten, z.B. Gold de luxe, 2 x 180 g	<b>19.90</b> statt 23.80
<b>STELLA SOLARE</b> Negroamaro Primitivo Puglia IGP, Italien, 75 cl, 2019	<b>9.90</b> statt 12.50	<b>AIR WICK</b> div. Sorten, z.B. Duftlöffel, Anti-Tabak, Trio und Original	<b>14.90</b> statt 20.-	<b>COMFORT</b> div. Sorten, z.B. Concentrate blue sky, 2 x 1 l	<b>8.60</b> statt 11.60	<b>REXONA</b> div. Sorten, z.B. Cotton Dry, 2 x 50 ml	<b>3.95</b> statt 5.40

Alle Standorte und Öffnungszeiten finden Sie unter volq.ch. Dort können Sie auch unseren wöchentlichen Aktions-Newsletter abonnieren. Versand jeden Sonntag per E-Mail.

Volg

frisch und fründlich