

### Telegramm

- bis 1994:
- mit 11 Jahren zum 1. Mal auf Langlaufski (1983)
  - erster LL Wettkampf (1984)
  - Jugendschweizermeister (1986, Hinwil ZH)
  - Junioren Vize Schweizermeister (1992, Les Diablerets)
  - Swissloppet Gesamtleader (1992)
  - Alpinlauf Sieger (1992)
  - 24. am ersten Engadiner (1993)

- 1994:
- Lehreddiplom am Seminar Rickenbach
  - Qualifikation in letzter Sekunde für Olympische Spiele in Lillehammer (8. Alpecup, Ramsau)
  - Entschluss: Profilingläufer
  - Club SKO (Stephan Kunz Olympia) gegründet
  - 38. Rang Olympische Spiele Lillehammer (klassisch, 50 km)



Wegweiser in Norwegen, 770km seit Oslo hinter uns, 1372km zum Nordkap liegen noch vor uns.



Total erschöpft am nördlichsten Punkt Europas, das Beweisphoto nach 2300 km Tortur

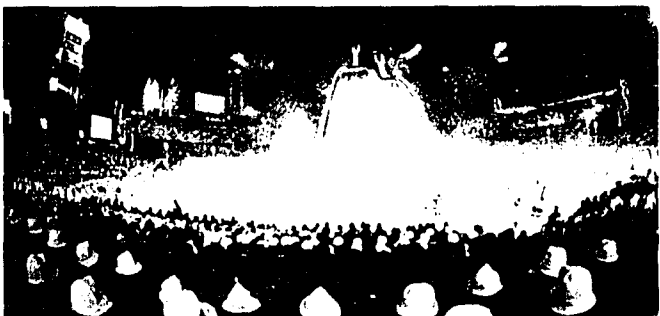
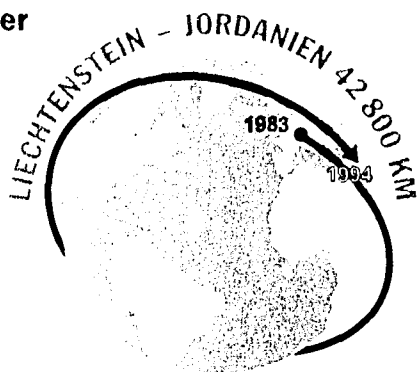
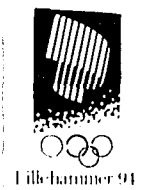
### Mit dem Rad ans Nordkap – Gewaltig verschätzt

Mein persönlicher Betreuer (der es bis heute geblieben ist) Konstantin Ritter und ich machten im Juli 1994 eine Bike-Tour ans Nordkap – sie wurde zur Tortur. In Oslo gings los. Nach siebenstündiger Fahrt schlugen wir das Nachtlager auf, holten eine Landkarte heraus und trauten unseren Augen nicht, als wir sahen, wie weit wir am ersten Tag gekommen waren: ganze 0,5 Zentimeter warens auf der Landkarte, die so gross war wie unser Küchentisch zuhause. Von da an brachte keiner von uns beiden (vor Frust, Ärger oder Enttäuschung) einen Bissen mehr runter. Zwischen uns herrschte während zehn Stunden Funkstille. Anderntags kauften wir uns eine andere Landkarte mit kleinerem Massstab.

Fünf Tage später war uns der Wasservorrat ausgegangen. An einem See schlugen wir unser Zelt auf. Als wir das Wasser trinken wollten, stellte sich heraus: Es war Salzwasser! Der Fjord liess grüssen. Mit einem gewaltigen Durst legten wir uns schlafen. Anderntags mussten wir 40 km strampeln, bis wir an einer Tankstelle Mineralwasser kaufen konnten. Wir erreichten das Ziel dennoch. 14 Tage waren wir unterwegs, zwei Ruhetage schalteten wir ein. In 112 Fahrstunden legten wir im Schnitt pro Tag (an dem wir rund acht Stunden radelten) 165 km zurück.

### Trainingskilometer

(Ski, Rollski, Rad, zu Fuss)



Imposante Eröffnungsfeier der Olympischen Winterspiele in Lillehammer 1994

### Lillehammer – Es weht ein rauher Wind

Die Olympischen Spiele in Lillehammer waren der erste Grossanlass für mich. Ich durfte im Toko-Wachshäuschen meine Skis präparieren. Als ich dies wieder verliess, erhielt ich von einem Toko-Mann einen ziemlichen Ruffel: "Bei uns wird am Schluss aufgeräumt", liess er mich wissen. Ohne Erfolgserlebnis war ich auf meiner Betteltour. Beim Stand mit "Briko"-Brillen gabs nichts. Der Mann hatte beobachtet, dass ich zuvor mit einer "Adidas"-Brille unterwegs war.

An das erste Rennen, 30 km im freien Stil, erinnere ich mich noch gut. Weil der Bus nicht voran kam, traf ich zu knapp vor dem Rennen im Startgelände ein, ich konnte mich kaum richtig aufwärmen. Als ich dann loslief, staunte ich, welche Menschenmenge an der Strecke stand. Ich sagte mir: Damit du dieser Masse entkommst, läufst du am Anfang halt etwas schneller. Nach drei km war die Menschenmenge noch immer riesig und meine Beine bereits sauer. Am Ende wurde ich 55., mit rund elf Minuten Rückstand auf Thomas Alsgaard.

Phantastische Olympia-Loipe im Birkebeiner Stadion

