

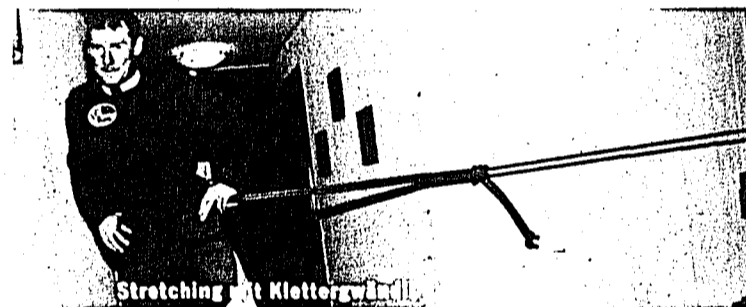
Wenn Milchschläuche

Wie bereitet sich Stephan Kunz am Tag eines Weltcuprennens auf den Wettkampftag vor? Wir klären Sie auf und haben anlässlich des Heimrennens am 7. Dezember 2002 in Davos ein Tagebuch geführt.



Der Wecker ist unerbittlich.

Samstag, 7. Dezember, 8.00 Uhr: In Stephan Kunz' Hotelzimmer schrillt der Wecker. Draussen ist es längst hell, der Himmel blau. Die erste PKW-Kolonne quält sich am Hotel Cresta vorbei Richtung Davos zum Skifahren und zum Zuschauen.



Stretching mit Kletterseil.

8.15 Uhr: Training im Gang vor dem Zimmer mit Gummiseilen, die am Geländer fixiert werden. Stephan zieht die in die Jahre gekommenen Milchschläuche mit den Armen und befestigt sie an den Beinen. Weisst du, wo man neue



Noch schnell ein Blick auf die Freundin.

Am Nachbartisch scherzen die schwedischen Spitzenläufer Per Elofsson und Matthias Fredriksson.



9.15 Uhr: Genau noch drei Stunden bis zum Start. Ab jetzt fängt in Stephans Kopf die Phase des geistigen Abtauchens an. Stephan geht auf sein Zimmer und



Mika beschreibt das Verhalten der Skis.

10.37 Uhr: Ankunft beim «Haus Schula», wo sich der improvisierte Wachsraum mit über 20 Paar Skis (!) befindet. Fröhlich gelaunt ist der finnische Wachspezialist Mika Laitamäki bereits an der Arbeit. Stephan schnappt sich zwei Paar



Konstantin kennt sich mit dem Skistatus aus.

Skis und testet sie auf der Loipe.
10.50 Uhr: Betreuer Konstantin Ritter betritt den Wachsraum und teilt seine Einschätzungen über den Pistenzustand mit.



12.16 Uhr: Start zum 15-km-Skatingrennen. Konstantin rechnet mit einer Laufzeit von rund 40 Minuten.

12.37 Uhr: Lautsprecher verkündet Bestzeit für Stephan Kunz nach 5 Kilometer. Wenig später holt sich Fulvio Valbusa die Bestzeit. Der Italiener wird am Ende



Dritter.
12.53 Uhr: Stephan Kunz läuft im Ziel ein; die mitgereisten Fans jubeln, die Uhr stoppt bei 36:57.5. Am Ende wird für ihn Rang 13 verkündet. Zehn Sekunden schneller und er hätte sich in den Top Ten als Achter klassiert.