Mein Körper

AMY BASERGA

BIATHLETIN

MEINE SCHMINKZEIT

Ich habe recht lange Haare und Locken. Wenn ich sie offen trage, braucht das etwas Zeit. Meist nehme ich sie aber zu einem Rossschwanz zusammen, das geht schneller. Beim Schminken bin ich Mittelmass, allzu viel Zeit verbringe ich nicht damit.

MEINE PROBLEMZONE

Seit ich 16 bin, habe ich links ein Hüft-Impingement. Beim Langlaufen ist das kein grosses Problem, aber beim Joggen muss ich im Frühling jeweils ganz sachte einsteigen. Auf Anhieb eine Stunde oder länger rennen geht nicht.

MEIN KAPITAL

Meine Coolness und Abgebrühtheit. Irgendwie ist es mir in die Wiege gelegt, schwierige Situationen lesen zu können und die richtigen Entscheidungen zu fällen. Ich habe mir das aber auch antrainiert, ich arbeite schon seit einiger Zeit mit einer Mentaltrainerin zusammen.

MEIN MUSKELPROTZ

Meine Oberschenkel! Die waren schon immer speziell kräftig. Im Biathlon sind kräftige Beine aber von Vorteil und im Sommer kann ich sie auch gut zum Velofahren gebrauchen.

MEIN SPIEGELBILD

Da sehe ich eine grosse, sportliche Athletin, die extrem Freude hat am Sport und versucht, diese Leidenschaft rüberzubringen.

MEIN HIGHLIGHT

Meine blauen Augen, die fallen auf. Die habe ich von meiner Mutter.

MEINE GRÖSSE

Für eine Biathletin bin ich mit 178 Zentimetern gross, aber eine Elvira Öberg oder auch Denise Hermann haben gezeigt, dass das kein Nachteil sein muss. Ich kann längere Schritte machen, muss dafür aber bei langen Steigungen etwas mehr beissen..

MEIN SCHMUCK

Ohrringli trage ich immer. Früher mussten es an Wettkämpfen immer die gleichen sein, doch dann habe ich sie verloren und gemerkt, dass es einfacher ist, nicht darauf fixiert zu sein, welche ich trage. Heute entscheide ich spontan kurz vor dem Rennen. Tattoo habe ich keins, aber wenn der Zeitpunkt passt würde ich gerne eins machen lassen.

MEIN POTENZIAL

Ich bin noch jung, da ist hoffentlich noch überall Potenzial. Technisch kann ich sicher noch besser werden, vor allem beim Vortrieb aus den Armen. Da wir immer mit dem Gewehr auf dem Rücken laufen, ist ein technisch sauberes Skaten enorm wichtig.

DIE AUSSENSICHT

Ich werde als fröhlicher, offener und lässiger Mensch wahrgenommen, was auch immer kommt. Dieser Optimismus ist ein wichtiger Grundsatz für mich, den ich auch ausstrahlen möchte.

MEIN BLINDER FLECK

Meine Füsse gehen gar nicht. Die stecken so viel in den harten Langlaufschuhen – auch im Sommer – dass es überall Überbeine hat, wirklich grässlich *(lacht)*.

MEIN FEENWUNSCH

Früher hätte ich wohl etwas an meiner Körperlänge ausgesetzt, doch heute bin ich im Reinen damit. Jetzt macht mir meine Neurodermitis zu schaffen, die könnte eine Fee gerne wegzaubern.

In der Rubrik «Mein Körper»

verraten Leistungssportlerinnen und -sportler ihre physischen Schwachstellen, diejenigen Körperstellen, auf die sie am meisten stolz sind und jene, die für ihren Beruf am wichtigsten sind. Die bisher erschienenen Rubriken sind nachzulesen unter ***www.fitforlife.ch/mein-koerper***

Mit drei Weltmeistertiteln bei den Juniorinnen konnte Amy Baserga im Biathlon schon früh grosse Erfolge feiern und wurde entsprechend 2021 von der Sporthilfe als Schweizer Nachwuchsathletin geehrt. Und auch den Sprung in die Elite schaffte die 23-jährige Einsiedlerin erstaunlich rasch. Letzte Saison erreichte sie mehrere Top-20-Platzierungen im Weltcup, dazu resultierten als Highlights der 2. Platz bei der EM Single Mixed Staffel sowie im Weltcup zwei Podestplätze (2 und 3) ebenfalls in der Single Mixed Staffel zusammen mit Niklas Hartweg. Als wichtigste Ziele in der neuen Saison visiert Amy Baserga den Heim-Weltcup in Lenzerheide (14.–17. Dezember) sowie die Biathlon-WM in Nove Mesto an (14.–17. März).

FOTO: KEYSTONE