

Die Natur ist ihre Kraftquelle

Die Schwestern
Selina, Elisa und Aita
Gasparin sind als
Biathletinnen Welt-
klasse. Im Schwei-
zerischen Nationalpark
finden sie Ruhe.
Ihr Tempo? Ausnahms-
weise entspannt.

Text: Caroline Micaela Hauger
Fotografie: Maurice Haas

Im Gleichschritt:
Die schnellen Gasparin-
Schwestern sind
für einmal entspannt
unterwegs und
genießen die Wande-
rung im Schwei-
zerischen Nationalpark.



502-202

Ihre Gewehre sind parat, die Langlauf-Skier präpariert: Selina (38), Elisa (30) und Aita Gasparin (28) sind die Stars im Schweizer Frauen-Biathlon. 2023 findet die EM erstmals auf der Lenzerheide statt. 2024 folgt der Weltcup, 2025 die WM. Die Euphorie beim Trio ist jetzt schon gewaltig: «Das wird der Hit. Danach wird jedes Kind wissen, was Biathlon ist», sagt Selina lachend. Die zweifache Mutter ist die bekannteste der Gasparin-Schwwestern. Als erste Schweizerin überhaupt erkämpfte sie sich im Biathlon-Weltcup und an den Olympischen Winterspielen gleich zwei historische Erfolge.

Noch kann die Loipe warten. Die treffsicheren Sportlerinnen aus Poschiavo haben ihre Turnschuhe geschnürt und besuchen den Schweizerischen Nationalpark. Ohne Waffen – diese sind im Schrank versorgt. Gut für Bartgeier, Steinbock, Bär & Co. Begleitet werden sie von ihrem ehemaligen Trainer Curdin Eichholzer. Der Parkwächter kennt das Naturschutzgebiet wie seine Westentasche. Es erstreckt sich auf 170 km² in der östlichsten Ecke des Landes und liegt zwischen Zernez, S-chanf, Val Müstair und Scuol. Der Nationalpark ist eine der vier Hauptsehenswürdigkeiten des Alpine Circle. Die Rundreise durch Graubünden vereint vier der markantesten Sehenswürdigkeiten des Kantons.

Beim Parkplatz 8 begibt sich die Vierergruppe Richtung Stabelchod auf die Pirsch. Die Bergwelt ist schroff, erhaben, majestätisch. Die Gasparin-Schwwestern fühlen sich ein wenig an Kanada und Norwegen erinnert: «Die Magie hier ist unglaublich.» Eine Lichtung mit Holzhütte lädt zum Picknick ein. Zeit für ein Gespräch über ihren Job in der Natur. Warum sie die Wärme mehr lieben als Eis und Schnee. Und warum ihnen das Gefühl von Heimat Kraft, Mut und Halt gibt

Wie gut kennt ihr den Schweizerischen Nationalpark?

Elisa: Ich bin sportlich gerne in der Nationalparkregion unterwegs. Die Gegend ist einfach enorm imposant.

Selina: Sie erinnert mich immer ein

wenig an Norwegen. Man glaubt kaum, dass man in der Schweiz ist, hat das Gefühl, ganz weit weg zu sein. **Aita:** Obschon ich in S-chanf gewohnt habe, kenne ich den Nationalpark fast nur aus der Schulzeit. Ich freue mich, heute hier zu sein.

Habt ihr schon mal den eindrucksvollen Ruf eines Rothirschs gehört?

Elisa: Ja klar, im Engadin gehört das dazu. Beim Training sieht man viele Tiere im Wald. Ein richtiger Hirsch mit Prachtgeweih ist mir aber noch nie begegnet.

Selina: Ich mag besonders das Pfeifkonzert der Murmeltiere, wenn ich durch die Alpweiden jogge. Sie sind so lustig und herzlich.

Ist der Nationalpark ein Ort zum Auftanken für euch?

Elisa: Die Natur ist eine wichtige Kraftquelle nach einer anstrengenden Saison. Wir sind 250 Tage im Jahr unterwegs. Kommt man wieder nach Hause, merkt man erst, wie speziell und magisch diese Region eigentlich ist.

Aita: Wir sind ja sozusagen geschäftlich in der Natur unterwegs, und das bei jedem Wetter. Es bringt einem mega viel, wenn man das Training an so einem schönen Ort machen kann. Das schenkt innere Ruhe.

Selina: Es ist lässig, sich draussen zu bewegen, neue Wege und Routen auszuprobieren. Andere sitzen im Büro. Je älter ich werde, desto klarer wird mir, was für ein Privileg das ist.

Ihr seid totale Sportskanonen. Könnt ihr auf einer Wanderung überhaupt «normal» unterwegs sein?

Elisa: Nein. (Alle lachen schallend). Kommen wir an einem Wegweiser vorbei, halbieren wir schon mal die Zeit. Ob Rollski, Joggen, Velo, Schiessen: Entweder trainieren wir. Oder aber wir machen Pause und erholen uns. Eine richtige Wanderung haben wir schon ewig nicht mehr gemacht.

Kann euch Regen, Kälte, Eis und Schnee gar nichts anhaben?

Aita: Wir sind alle drei totale Gfröhrli, mögen den Sommer viel lieber als den Winter. Als Spitzensportler haben wir wenig Körperfett. Wir frieren eigentlich immer, auch weil unsere Rennanzüge und Handschuhe relativ dünn sind.

Wie und wo schaltet ihr ab?

Elisa: Wir hören oft: Wow, ihr reist ständig um die Welt, das ist doch mega cool. Die Biathlon-Anlagen lie-



«Für mich fängt Heimat dort an, wo mich die Berge umarmen»
Elisa Gasparin



Diese Ruhe, diese Weite! Selina (l.), Elisa (r.) und Aita Gasparin genießen die Energie im Nationalpark. In Stabelchod auf 1957 Metern machen sie Rast bei einer Berghütte. Parkwächter Curdin Eichholzer erklärt ihnen die Tierwelt.





Lieben die Gegend!
Während Aita durchs
Fernrohr des
Parkwächters schaut,
sind Selina und
Elisa eins mit sich
und der Natur.
Der Schweizerische
Nationalpark ist ein
Kraftort für die er-
folgreichsten Biath-
letinnen der Schweiz.

Caminada - Das Magazin



«Wir stehen uns bei, auch wenn es einmal nicht so klappt» Selina Gasparin

gen oft abgelegen und nicht dort, wo man es sich wünscht. Nach einem Rennen sind die Energiereserven aufgebraucht, dann bleiben wir im Hotel und schlafen viel. Das Niveau ist so hoch, dass man sich nichts anderes erlauben kann.

Selina: Es ist ein schmaler Grat. Wir reizen alles aus, um an der Spitze mit dabei zu sein. In der Regel sind wir im Sommer noch mehr am Limit, weil die Trainingseinheiten enorm hoch sind. An den Wettkämpfen – davon gibts drei pro Woche – zapfen wir dann unsere Reserven an. Gegen Ende Saison geht jedes Rennen nur noch an die Substanz.

In welcher Jahreszeit genießt ihr die Natur am Meisten?

Aita: Ganz klar im Herbst, wenn sich die Lärchen in den Wäldern goldgelb färben und die weissen Bergspitzen mit dem tiefblauen Himmel um die Wette strahlen. Eigentlich machen aber alle Jahreszeiten das Leben wunderbar vielfältig.

Was bedeutet Heimat für euch?

Elisa: Für mich fängt Heimat dort an, wo mich die Berge umarmen. Zum Beispiel, wenn ich nach einem Auslandsaufenthalt über den Julierpass fahre und mich in der Ferne der Biancograt begrüsst. Dieses Gefühl kann man nicht ersetzen. Zu wissen, wie es zu Hause ist, darauf möchte ich nie verzichten.

Aita: Es kommt darauf an, wie weit weg ich war. Manchmal löst schon die Landung auf dem Flughafen Zürich mega Heimatgefühle aus. Für mich ist Heimat auch kulinarisch ein Thema, dank einem Stück Brot und Käse. Und natürlich Schokolade! Unsere Mutter steckt uns noch immer eine Tafel Ovo-Schoggi ins Gepäck – als Glücksbringerli.

Selina: Ich habe 317 Weltcuprennen gelaufen, fühle mich auf der ganzen Welt zu Hause. Heimat ist dort, wo man sich wohl fühlt und auf einen Ort einlassen kann. Natürlich ist es am Schönsten, im eigenen Bett zu schlafen. Aber ich habe gelernt, mich auch in einem fremden Hotelzimmer in einer fremden Stadt heimisch zu fühlen. Ich schätze es, weg zu gehen und wieder nach Hause zu meiner Familie und meinen Kindern zu kommen. Wir wohnen auf der Lenzerheide. Nun finden die Biathlon-Wettkämpfe erstmals in unserer Heimat statt. Das wird fantastisch.

Elisa: Wir sind als Schwestern oft zu dritt unterwegs, haben immer ein Stück Heimat dabei. Wir geben uns Halt, wenn es einmal nicht so klappt.

Macht ihr euch Gedanken über den Klimawandel?

Aita: Wir trainieren auf dem Gletscher und bekommen die Veränderung hautnah mit. Für den internationalen Biathlon-Verband ist das ein grosses Thema, die Awareness ist in den letzten Jahren gestiegen.

Elisa: Es ist schon verrückt: Als wir 20 waren, herrschten noch ganz andere Verhältnisse. Wir sind in unserer Disziplin vom Schnee abhängig, auch weil viele Biathlon-Wettkämpfe auf Naturschnee stattfinden.

Selina: Als Spitzensportlerinnen reisen wir viel, sind oft mit dem Flieger unterwegs. Das hinterlässt keinen besonders ökologischen Fussdruck. Darum versuchen wir im Kleinen unseren Beitrag zu leisten. Wir fühlen uns verbunden mit der Natur und gehen rücksichtsvoll um.

Was fasziniert Euch am Biathlon?

Elisa: Biathlon kombiniert totale Verausgabung auf den Skiern mit der ruhigen Präzisionsarbeit am Schiessstand. Diese zwei Pole zu vereinbaren, ist die Herausforderung im Biathlon. Der Sport ist zudem spannend, weil bis zum Schluss offen bleibt, wer gewinnt.

Wie kam es, dass ihr euch voll und ganz diesem Sport gewidmet habt?

Elisa: Ich bin dank meinen Schwestern in den Sport hineingerutscht, was meine Leidenschaft für die Sportart entfacht hat.

Aita: Meine zehn Jahre ältere Schwester Selina war und ist für mich ein Vorbild. Manchmal frage ich mich, ob wir mit Skiern auf die Welt gekommen sind. Es ist aber so, dass unsere Eltern uns polysportiv erzogen haben. Schon als Kind jagte ich meinen Schwestern freudig hinterher. Das hat mich geprägt.

Selina: Ich bin die erste Schweizer Biathlon Olympionikin, erste Biathlon-Weltcupsiegerin und Gewinnerin der ersten Biathlon-Olympiamedaille. Das macht mich happy und auch ein wenig stolz. Ich konnte meinen Kindheitstraum verwirklichen. Es war die richtige Entscheidung.