

# „Auf dem Weg zur Form meines Lebens“

**Mountainbike** Die Sonthoferin Nadine Rieder wird mit der Nominierung zu WM und EM für starke Leistungen belohnt

VON RONALD MAIOR

**Kempten** Es könnte das Happy End nach einem verrückten Jahr werden – Nadine Rieder leistet ihren Beitrag dazu. Nach dem vierten Rang beim Austria-Cup in Dornbirn erreichte die 31-jährige Mountainbikerin aus Sonthofen der Anruf von Bundestrainer

Peter Schaupp. Rieder, die für den RSC Auto Brosch Kempten startet, ist für die Cross-Country-WM ab 6. Oktober in Leogang in Österreich und für die EM eine Woche später in Rivera im Schweizer Tessin nominiert – Premieren für die fünffache deutsche Meisterin. Im Interview spricht Rieder über die außergewöhnliche Saison und über ihre Ziele.

*Frau Rieder, herzlichen Glückwunsch zur WM-Nominierung. Wie lief diese in diesem Jahr ab?*

**Nadine Rieder:** Normalerweise zählen die Weltcups über das Jahr verteilt dazu, aber heuer hatten wir ja keine Events. Also hatte mir der Bundestrainer schon im Juni in Aussicht gestellt, dass

ich starten kann. Unter der Woche hat er es mir jetzt bestätigt.

*Überraschend kam es demnach nicht ...*  
**Rieder:** Nein, gar nicht. Aber ich empfinde trotzdem große Freude. Ich habe auch mein ganzes Training in der Jahresplanung darauf ausgelegt, weil ich früh gemerkt habe, dass ich in diesem Jahr in besonders guter Verfassung bin.

*Das haben Sie zuletzt mit Rang vier in Dornbirn unter miserablen Bedingungen unter Beweis gestellt ...*

**Rieder:** Wir hatten eine Menge Stürze, sind alle viel gerutscht, es war hart. Aber man kann sich im Vorfeld auf die Bedingungen einstellen und so hat es mich nicht zu sehr gestört.

*Selbst als Ihr Rad defekt war?*

**Rieder:** Tja, in der Auftaktrunde hatten wir eine Kollision und danach war meine Gabel beschädigt, ich konnte auch nicht mehr richtig schalten. Ich habe mich konzentriert, eine saubere Linie zu fahren und mich nicht aus der Ruhe

bringen zu lassen. Immerhin musste ich das Feld von hinten aufrollen.

*Das gelang Ihnen als Vierte eindrucksvoll. Was war der Schlüssel?*

**Rieder:** Die Form ist wirklich gut. Ich bin auf einem Teeranstieg sogar schneller als die Konkurrenz mit intaktem Rad gefahren.

*Sie wurden beim Saisonauftakt in der Schweiz Zwölfte, danach Elfte, zuletzt in Gstaad Fünfte und nun Vierte – die Tendenz ist klar erkennbar. Was macht Sie derzeit so stark?*

**Rieder:** Ich bin sehr zufrieden mit dem Verlauf. Meine Vorbereitung lief den ganzen Frühsommer über schon gut nach dem Lockdown. Die Verfassung ist so gut, wie lange nicht mehr, ich habe nur etwas gebraucht, um das im Rennen umzusetzen. Aber nun bin ich auf dem Weg zur Form meines Lebens – das sehe ich schwarz auf weiß in meinen Daten.

*Wie schwer ist es Ihnen gefallen, in so einem verrückten Jahr den Fokus für die wichtigen Rennen zu schärfen?*

**Rieder:** Zum Glück hatte ich hier gar keine Probleme. Dadurch dass ich mit meinem Trainer Jeroen Swart so intensiv zusammenarbeite, bestand keine Gefahr. Ich kann mich vollkommen darauf verlassen, dass er sich darum kümmert, wann meine Form für welches Rennen stimmen muss, damit ich auf den Punkt topfit bin. Hier ist mein Kopf also frei.

*Wie geht es bis zu den großen Titelkämpfen nun für Sie weiter?*

**Rieder:** Kommende Woche nutze ich ein Rennen in Österreich, um die Belastung weiter testen. Danach starte ich bei der deutschen Marathon-Meisterschaft – zu Trainingszwecken. Und ab dem 29. September steigt der Weltcup in Nove Mesto. Bei dem Doppelweltcup im Cross Country ist die internationale Elite am Start. Ich will beweisen, dass die Tendenz so stimmt.

*Und Ihre Ziele bei EM und WM?*

**Rieder:** Ich starte ganz ohne Druck bei der Premiere. Ich freue mich, dass ich alleine schon die Chance bekomme, dort zu fahren. Solche Events sind immer eine eigene Kategorie – und ich hoffe auf einen Tag, an dem alles passt.

**Es geht bergauf – im wahrsten Sinn. Nadine Rieders Formkurve zeigt 2020 steil nach oben. Mit der WM-Nominierung feiert die 31-jährige einen Meilenstein ihrer Laufbahn.** Foto: Armin Küstenbrück

