

Maja Guldenfels

Dem Tanz über die Loipe näher gekommen

Skatingunterricht bei der Bündnerin Claudia Casanova ist kein Zuckerschlecken. Wer dem Tanz über die Loipe näher kommen möchte, ist bei ihr jedoch bestens aufgehoben.

Vor meinem Gesicht bildet sich bei jedem Atemausstoss ein kleine Dampfwolke. Der Himmel ist soweit das Auge reicht stahlblau, die wärmende Sonne hat es jedoch noch nicht überall bis in den Davoser Talboden geschafft. «Minus zwölf Grad», schnappe ich irgendwo auf und Sorge mich etwas um meine klammen Hände und steifen Füsse, die seit wenigen Minuten in topmodernen Skatingschuhen stecken. «Ihr werdet schon noch warm kriegen», verspricht die Davoser Langlauflehrerin Claudia Casanova mit einem Augenzwinkern und bringt sogleich Bewegung in die schlotternde Gruppe. Zu fünft staken wir noch etwas unsicher der Loipe entgegen. Die leichten und schlanken Skatingskis in der einen, die Stöcke in der anderen Hand – und so das Gleichgewicht auf der glatten Strasse wahrend.

Vorfreude

Erleichtert stelle ich fest, dass die Sonne den Ort, den wir ansteuern, schon erreicht hat. Und als die ersten Strahlen auf mein Gesicht fallen und ich Schneeknirschen unter den Sohlen höre, spüre ich kindliche Vorfreude: Unserer Gruppe stehen zwei Stunden Einführung in die Technik des Skatens bevor. Meine letzten autodidaktischen Versuche auf Skatingskis sind schon eine Weile her und ich frage mich wie es sich nach so langer Zeit auf den dünnen Latten wohl anfühlt? Als ich sehe, dass auch meine Mitstreiter mit dem Befestigen der Bindung kämpfen, bin ich etwas beruhigt. Wir sind wohl alle noch keine Cracks und werden uns schön Zeit lassen können.

Zweifel

Die Skis sind montiert und die Hände in den Stockschlaufen fixiert, als uns unsere Langlauflehrerin eröffnet, dass wir bereits in dieser ersten Lektion grosse Fortschritte machen werden. Auf wackligen Beinen stehend hege ich leise Zweifel an ihrer Aussage. Ob die «Schnellbleiche» der Bündnerin tatsächlich fruchten wird? Ich habe jedoch keine Zeit, länger darüber nachzudenken: Nach ein paar Trockenübungen schickt sie uns bereits das erste Mal über die Loipe.

### Eine Übung jagt die andere

Steif und unbeholfen mache ich die ersten Gleitversuche. Als hinter mir der Schnee stäubt und mein Kollege Peter ächzt, zucke ich kurz zusammen: Die letzten Stürze aufs Steissbein habe ich noch in bester Erinnerung... Claudia jedoch kennt keine Gnade – es geht gleich weiter. Nach ein paar Runden am Ende der Spur ausser Atem angekommen, spüre ich in meinen Schienbeinen ein unangenehmes Ziehen. Das sei, weil ich mich verkrämpfe, erklärt Claudia und muntert mich mit einem fröhlichen «Das wird schon wieder besser!» auf. Eine Übung jagt jetzt die andere. Gekonnt mixt die quirlige Langlauflehrerin spielerische Formen und technische Übungen. Wir laufen um die Wette, jonglieren mit Bällen, balancieren auf einem Ski und gleiten im Gleichschritt.

### Vom Gleiten beschwingt

Die Sonne steht inzwischen höher und wärmt meinen Rücken. Meine Hände sind aufgetaut und auch in den Zehen fühle ich das Blut wieder pulsieren. Ich stehe lockerer auf meinen dünnen Latten und genieße das Gleiten, auch wenn ich ab und zu wieder aus der Balance falle. Peter dampft vor Erhitzung, Silvia reibt sich die Schultern. Nach der Anstrengung der letzten zwei Stunden haben wir alle unsere Wehwehchen. Trotzdem strahlen wir übers ganze Gesicht: Denn Claudia hat es tatsächlich fertig gebracht, uns einen grossen Schritt vorwärts zu bringen. «Skaten ist wie Tanzen über die Loipe», schwärmt sie uns immer wieder vor. Den perfekten Tanz haben wir zwar noch nicht hingekriegt, aber wir sind ihm zumindest näher gekommen.