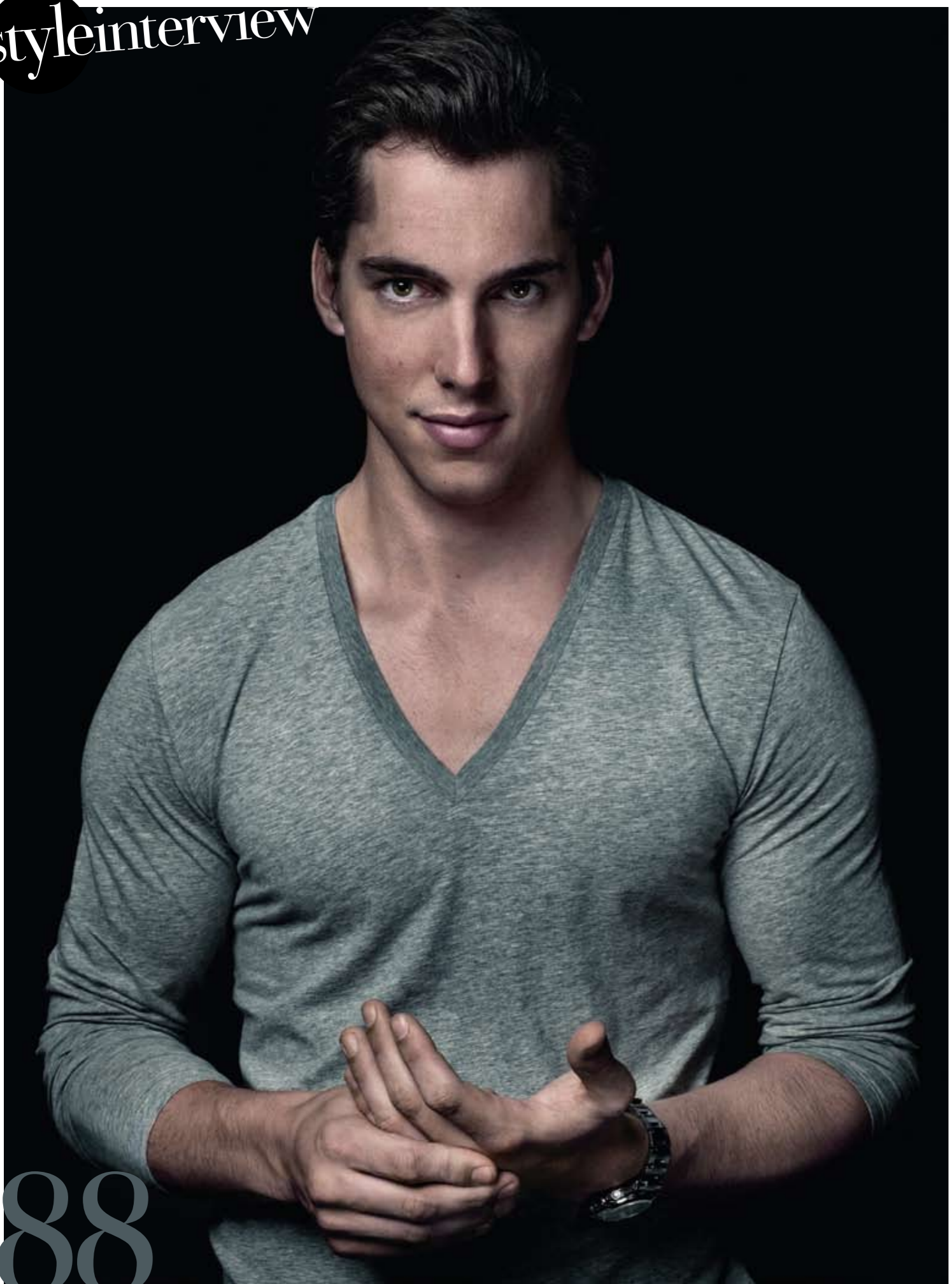


CARLO JANKA

Für Ruhm und Ehre riskiert der Skirenn-
fahrer sein Leben. Scheinbar cool wie
Eis rast er die steilsten Hänge hinab.
Dabei brennt sein Herz vor Leidenschaft.
Nur zeigen will der Star seine Gefühle nicht.

INTERVIEW DANIELA FABIAN FOTOS CHRISTOPH KÖSTLIN
STYLING MARTINA RUSSI



Aufakt Doppelseite: Pullover mit V-Ausschnitt, aus schwarzer Wolle **BOSS BLACK**. Linke Seite: grau meliertes Langarmshirt **HUGO**, Armbanduhr **ROLEX**, Privateigentum Carlo Janka. Rechte Seite: blauer Wollpullover mit V-Ausschnitt **HUGO**.



Ein Interview mit Carlo Janka ist wie ein Pingpongspiel zweier Nieten: Nach jedem Schlag ist der Ball im Aus. Lustig ists trotzdem. Der 25-jährige Obersaxer mit dem Übernamen «Ice Man» (den Walsern wird nicht umsonst Wortkargheit nachgesagt...) verschwendet seine Zeit nur ungenutztes zum Schwätzen und Schwafeln. Der Ausnahme-Skirennfahrer (Weltmeister 2009 und Olympiasieger 2010 im Riesenslalom, Gesamtweltcup-Gewinner 2009/10) konnte letzte Saison wegen Viren und Herzproblemen nicht Vollgas geben. Aber «Jänks» ist wieder da! Zum Saisonauftakt fuhr er im österreichischen Sölden auf den vierten Rang. Das wird er toppen. Auf zum Angriff – Eisheiliger!

Schweizer Illustrierte Style: Wir würden gern mit Ihnen über drei Dinge sprechen: Skifahren, Ihren Charakter und Frauen. Was zuerst? **Carlo Janka:** Spielt keine Rolle.

Es heisst, Sie seien in Top-Form. Der stärkste Janka aller Zeiten! Ich bin sicher nicht schlecht trainiert. Meine Vorbereitung stimmt; wie es dann im Winter aussieht, wird sich zeigen. Physisch habe ich wieder das gleich hohe Niveau erreicht wie vor zwei Jahren.

Haben Sie sich grosse Sorgen gemacht, als Sie erst unter einer mysteriösen Viruserkrankung litten und dann auch noch Herzrhythmusstörungen diagnostiziert wurden? Es war schwierig, weil wir anfangs nicht genau wussten, warum meine Batterien nach einer Belastung immer extrem leer waren und ich so lange brauchte, sie wieder aufzuladen. Nach der Herzoperation letzten Winter war die Erleichterung riesig. Ein völlig anderes Gefühl!

Jetzt sind Sie wieder die Hoffnung der ganzen Nation! Daran gewöhnt man sich. Sobald man einmal gut war, wird von einem erwartet, ähnliche oder noch bessere Leistungen zu bringen. Aber davon lasse ich mich nicht beirren. Der Druck, den ich mir selbst mache, ist viel grösser.

Wie meinen Sie das? Jeder Sportler, der sich auf diesem Niveau bewegt, muss extrem ehrgeizig sein. Der grösste Motivator ist man selbst.

“Jeder Sportler, der sich auf diesem Niveau bewegt, ist extrem ehrgeizig.”

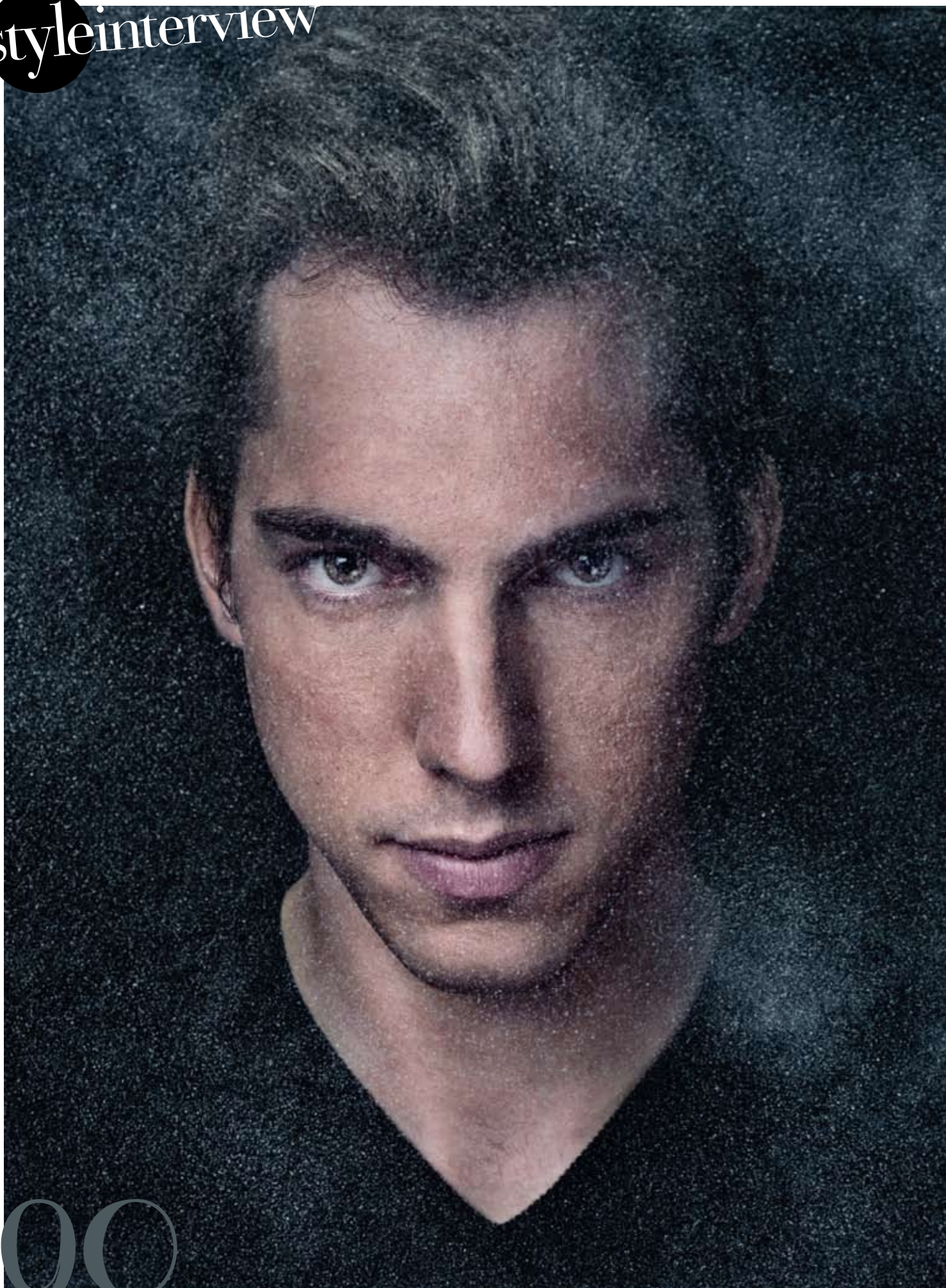
CARLO JANKA

Als «Ice Man», heisst es, hätten Sie Ihre Emotionen total im Griff. Das müssen Sie beweisen! Kein Problem (grinst).

Im Ringier-Fotostudio soll fürs Porträt von Carlo Janka Winterstimmung aufkommen. Hinter dem Sportler wird in einem Topf eine Paste angezündet, deren Rauch eisigen Nebel imitiert. Die Explosion ist gewaltig. Man hört Schreie. Feueralarm. Nur einer steht ruhig vor dem brodelnden Kessel. Er lächelt leise. Janka. Natürlich!

Wir sind beeindruckt. Sprechen wir trotzdem über Gefühle? Was spüren Skirennfahrer im Ziel, wenn sie dort eine johlende Menge empfängt, was geht da in Ihnen vor? Wenn ich gut war, ist das schon sehr speziell. Vor allem bei Schweizer Rennen.

Hören Sie das Toben? Doch, doch.



Warum zeigen Sie kaum eine Reaktion? Wenn man Roger Federer seine Siege und Niederlagen beweinen sieht – das hat doch was! Sie erklärten einmal Ihre feuchten Augen damit, Sie hätten während der Nationalhymne gähnen müssen. Stimmt ja auch!

So ein paar Freudentränchen würden Ihnen gut stehen.
So weit wird es nie kommen.

Die Frauenherzen flögen Ihnen zu! Kann sein. Deswegen spiele ich nicht den Rührseligen.

Ein Weltmeistertitel, olympische Goldmedaille, der Gesamtweltcup – und Ihre Lippen zitterten nicht mal ein kleines bisschen?
Wenn ich da oben auf dem Siegerpodest stehe, spüre ich echt nicht viel. Aber später, da kommen die Gefühle! Wenn ich es dann verdaut habe und die Szenen nochmals im Fernsehen anschau, habe ich Hühnerhaut.

Und Augewasser?
Nein, nichts zu machen (grinst).

Können Sie immer gut schlafen?
Unterschiedlich. Je nach Hotel und Zeitunterschied. Ich erinnere mich nicht, jemals vor einem Rennen wach gelegen zu haben. Das ist mein Alltag, ich lasse mich nicht aus der Ruhe bringen.

Angeblich ist bei Skirennfahrern um zehn Uhr Lichterlöschen.
Das kommt vor, wir sind abends schon ziemlich kaputt. In Trainingsphasen, wenn wir auf dem Gletscher sind, müssen wir sehr früh raus: um sechs Uhr oder je nachdem, wann die erste Bahn fährt. Am Nachmittag ist dann noch Konditionstraining angesagt und die Analyse des Schneetrainings. Nach dem Nacht gehen wir meistens auf unsere Zimmer, und jeder macht irgendwas für sich.

Ihre Teamkollegen beklagen sich, Sie hätten immer ein Puff. Ein Puff haben alle!

Und was ist, wenn einer der Kollegen schnarcht?
Das gibts glücklicherweise nicht.

Ehrlich?
Ehrlich.

“Wir müssen in unserem Sport total ausblenden, wie gefährlich es ist. Sonst geht es nicht.”

CARLO JANKA

Was machen Sie mit der schmutzigen Wäsche?
Die bringe ich heim.

Sind Herren- und Damenteam auf Tour manchmal auch gemeinsam unterwegs? Haben Sie Kontakt zu den Rennfahrerinnen?
Selten. Vielleicht zum Saisonauftakt in Österreich, an der WM und je nachdem beim Saisonfinale noch.

Männer immer nur unter sich; das klingt öde. Einer Klassefrau wie Lindsey Vonn können Sie nur von Weitem zuwinken?
Ich kenne Lindsey, wir haben mit Rolex den gleichen Sponsor, aber der Kontakt hält sich in Grenzen.

Und wie lustig ist denn der Ski-zirkus?
Wir haben es toll im Team. Skifahren ist zwar ein Einzelsport, aber man ist das ganze Jahr gemeinsam unterwegs, das ist ein Riesenvorteil.

Haben Sie mit Ihrem Kollegen Daniel Albrecht nach seinem fürchterlichen Sturz 2009 in Kitzbühel einmal darüber gesprochen, wie gefährlich Ihr Sport ist, wie hoch das Risiko?
Nicht direkt. Gerade nach Danis Unfall war mir natürlich viel bewusster, was auf dem Spiel steht. Aber ein, zwei Tage später ist man wieder selbst am Start und muss das total ausblenden.

Und das gelingt Ihnen immer?
Es muss! Sonst würde es nicht gehen.

Was sagt Ihre Mutter zu Ihrem riskanten Beruf?
Es ist sicher für jede Mutter ziemlich schwierig, wenn die Kinder Skirennen fahren, meine Schwester Fabienne ist ja auch dabei.

Zeigt Ihre Mama Ihnen, dass Sie sich sorgt?
Nein, sie erwähnte nur einmal, dass sie Rennen nicht live anschaut. Zumindest keine Abfahrten. Damit habe ich gerechnet, und ich habe vollstes Verständnis dafür. Im Winter betreibt Mutter in Obersachsen ein Restaurant, dann ist sie abgelenkt, das ist gut.

Können sich Rennfahrer vor Verletzungen schützen?
Den ganzen Sommer über trainieren wir so, dass wir möglichst gut über die Runden kommen. Aber es hat auch mit Glück zu tun. Und mit dem Fahrstil. Es gibt einige, die fahren aggressiver und nehmen dadurch eher Verletzungen in Kauf. Ich bin – sagen wir einmal – etwas passiver, ausgeglichener, habe weniger extreme Schräglage. Ich stehe zentrierter auf dem Ski.

Pirmin Zurbriggen sagt über Sie, er habe Sie schon entdeckt, als Sie noch dünn und schwächling waren... das ist zwar schon ein paar Jahre her, aber es stimmt...

...und Sie hätten ein wahnsinniges Gespür für den Schnee. Können Sie das erklären?

Für mich ist das normal, ich hatte dieses Talent schon immer. Wenn man von klein an auf diesen Brettl steht, entwickelt man Antennen für die Materie. Der Schnee lag vor unserer Haustür, und sobald ich selbstständig Skilift fahren konnte, zog ich alleine los. Jeden freien Nachmittag, jedes Wochenende. Da war ich noch klein.

Was für ein Bub waren Sie, ein Draufgänger?

Ich hatte schon Flausen im Kopf. In der Schule gab ich mir nicht besonders Mühe, ich wollte immer nur Ski fahren. Das KV absolvierte ich nur, um etwas in der Tasche zu haben, falls es mit dem Sport nicht funktionieren sollte. Ich ging aber immer davon aus, dass es klappt.

Sie fielen im Juniorenteam der Obersaxer Wisali anfänglich nicht besonders auf.

Ich hatte noch nicht genug Power, um ganz nach vorne zu fahren. Aber mein Potenzial war erkennbar. Die Leidenschaft habe ich vom Vater geerbt, er fuhr regionale Rennen. Ich wurde aber nie gepusht, ich wollte immer ganz von mir aus an die Spitze. Wieso es schliesslich funktionierte, kann ich nicht sagen.

Ihre Trainer schon: Weil nebst dem Megatalent Arbeit, Arbeit und nochmals Arbeit dahintersteckt. Schufteten Sie mehr als andere?

Früher vielleicht, aber heute kann man ja vergleichen: Das Training der Athleten auf diesen Levels ist sich sehr ähnlich.

Wie sieht Ihr Pensum konkret aus?

Wenn wir nicht auf Schnee trainieren, absolvieren wir in der Regel zwei Einheiten pro Tag: morgens zwei bis drei

Stunden und das Gleiche nochmals am Nachmittag, fünf Tage die Woche, am Wochenende ist Pause. Wenn keine offiziellen Trainings mit der Mannschaft geplant sind, trainiere ich in Obersaxen für mich allein. Es ist exakt durchgeplant: im Frühling Ausdauer und Kraft.

Das muss man schon mögen, sich Tag für Tag sechs Stunden lang auszupowern.

Na ja, alles liebt man nicht, harte Intervalltrainings zehren, man muss ans Limit, aber das gehört dazu. Motivation war noch nie mein Problem. So viel Ackern macht mich glücklich. Am Ende des Tages.

“Die Frauen? Das ist eine andere Welt. Es ist nicht einfach, aus ihnen schlau zu werden.”

CARLO JANKA

Hatten Sie jemals einen winzigen Ansatz eines Pirelli?

Bis jetzt wurde ich verschont, vielleicht nach der Karriere (lacht)?

Sind Sie stolz, wenn Sie Ihren Körper im Spiegel sehen?

Ein bisschen schon. Das ist ja der positive Nebeneffekt des harten Trainings, dass man definiert ist, Muskeln hat.

Auf Youtube zeigen Sie Rücken- und Bauchübungen. Ihr Rat:

«Üben, bis man nicht mehr kann!» Der einzige Weg, weiterzukommen!

Sprechen wir über Frauen: Wir sind voller Gefühle. Sie sind der Anti-Emotions-Typ.

Genau. Das gleicht sich dann aus.

Profitieren Sie von der Empfindsamkeit der Frauen?

Kann man so sagen.

Können Sie gut mit Frauen?

Teils, teils. Das ist eine andere Welt. Manchmal ist es nicht einfach, aus ihnen schlau zu werden. Aber das soll so sein, alles andere wäre langweilig.

Geben Sies zu: Frauen überfordern Sie!

(Lacht.) Na ja, also am Anfang ... (räuspert sich) – also zu Beginn bin ich immer etwas auf Abstand, dann ist es schwieriger. Wenn ich irgendwo neu dazukomme, brauche ich ein bisschen Zeit. Die Damenwelt dreht sich um andere Dinge, das sieht man schon im Sport. Dort herrscht ein ganz anderer Zirkus.

Worum dreht sich denn die Sportlerinnenwelt?

Sie mustern sich gegenseitig, schauen, was für Kleider sie tragen, ob sie geschminkt sind am Start, bei uns Männern gehts viel mehr um den Wettkampf.

Was machen Sie mit einer nervösen Lady?

Ich bringe meine Ruhe ins Spiel. Meist rede ich ihr gut zu, je nach Problem. Mit Ruhigbleiben habe ich das nicht schlecht im Griff, und die Sache ist schnell geritzt. Scheint zu funktionieren. Bis jetzt.

Gibt es im Skizirkus Groupies?

Nicht so richtig. Es gibt da ein paar Schweizerinnen, die immer dabei sind und Fotos knipsen, mehr nicht. Ich kenne sie nicht.

Die würden bestimmt gern mit Ihnen plaudern. Aber wo Sie ja kaum etwas sagen, ist das wohl ein frommer Wunsch?

Ein paar Worte wechsele ich schon.

Angeblich sind Sie auf Tour extrem fokussiert, leben in einer «Winter-

welt». Hat da Ihre Freundin überhaupt Platz?

Wenn ich unterwegs bin, bin ich unterwegs. Die Gedanken sind dann tatsächlich mehr beim Sport als anderswo. Aber ich telefoniere. Täglich oder alle paar Tage, je nachdem, wo wir sind. Der Computer ist Standard im Gepäck.

“Im Skizirkus hat es keine richtigen Groupies. Nur ein paar Schweizerinnen, die Fotos knipsen. Mehr nicht.”

CARLO JANKA

Surfen Sie gern im Netz?

Ich checke die Nachrichten und die Sportnews – wie mein Lieblingsklub Manchester United spielte oder Roger Federer. Ich schaue auch gern DVDs, Clint Eastwood finde ich toll.

Ein cooler Typ – ist er eine Art Seelenverwandter?

Der sagt auch nicht viel (grinst).

Der Rauch im Fotostudio hat sich mittlerweile verzogen. Janka wechselt vom engen Leibchen zum Pullover, zur Freude der Anwesenden geht er dafür nicht in die Garderobe. Zeit, das halbnackte Skigenie etwas genauer zu studieren.

Sie rasieren sich die Brusthaare. Müssen die wegen des Skirenndress ab?

Nein, aber wenn ich es nicht mache, werden es zu viele.

Ach so. Was tragen Sie eigentlich unter dem Skianzug?

Nicht viel.

Nicht mal Unterwäsche?

Doch, eine Unterhose und einen ganz dünnen Unterskianzug, der ist wie eine zweite Haut.

Gehen Sie zur Kosmetikerin? Sie haben so gepflegte Augenbrauen.

Nein, nie – wenn, dann erledigt die Freundin das. Ihr macht es Freude, ein bisschen an mir rumzumachen.

Sie darf ein bisschen am Eisklotz rumpickeln? Kleiner Scherz.

Haben Sie das goldene Herzchen an Ihrem Halsketteli von ihr?

Ja, das war ein Geschenk, die anderen beiden Anhänger sind mein Sternzeichen Waage, eines bekam ich zur Firmung und das andere zur ersten Kommunion. Dieses Kettchen trage ich immer. Immer. Ausser in der Sauna, da wirds zu heiss.

Sie sind Werbeforscher für Rolex, tragen Sie Ihre Daytona bei den Rennen?

Nein.

Warum nicht?

Wenn die Torstange ans Handgelenk stösst, ist es schade.

Für die Uhr oder für Sie?

Für die Uhr.

Sie sind leidenschaftlicher Pokerspieler. Ihre Undurchdringlichkeit lässt Sie oft gewinnen, stimmt?

Ja, regelmässig. Im Team pokern wir gern gegeneinander.

Ihr höchster Einsatz?

Hundert Franken. Wenn ich gewinne und acht spielen mit, kommt ganz schön etwas zusammen.

Könnte es sein, dass sich Ihre Zunge mit dem Älterwerden noch ein bisschen lockert?

Tendenz dazu sehe ich keine.



CARLO JANKA IST DIE RUHE SELBST. DER «ICE MAN» VERRÄT, WIE ER AM BESTEN ABSCHALTET



MUSIK HÖREN
«Ich kann zwar nicht singen, aber ich liebe Musik, vor allem Coldplay, Johnny Cash und Metallica. Manche Lieder höre ich bestimmt hundertmal, die Texte lese ich im Netz nach.»



STRANDFERIEN
«Im Frühling haben wir einen Monat Ferien. Nach einer langen Wintersaison zieht mich an die Wärme wie viele von uns Skirennfahrern. Letztes Mal war ich mit der Freundin auf Mauritius.»



POKERN
Harter Kerl und cooler Spieler. Jänks lässt sich nicht in die Karten gucken, erst recht nicht beim Lieblingsspiel. Klar, dass der Spitzenathlet auch im Poker ganz vorn mitmischet.



SKYPEN UND SURFEN
Er liest keine Bücher, dafür die News im Internet. Der Computer ist Standard im Gepäck des Skistars. Ob telefonieren oder eine DVD schauen – der PC ist die Rettung für einsame Abende.



WELLNESSEN
Nach harten Trainings oder einem Rennen den Körper mit Massagen, Dampfbad und Sauna zu verwöhnen, ist für den Bündner ein Muss. Besonders der belastete Rücken braucht Pflege.



OBERSAXEN
«In meinem Heimatdorf Miraniga kenne ich jeden, man lässt mich in Ruhe. Das brauche ich nach dem Rummel im Skizirkus. Ich habe dort eine eigene Wohnung, nicht weit weg von meinen Eltern.»