

In Biel lebt sie ihren Traum

Kristýna Paul setzt am Nationalen Leistungszentrum von Swiss Tennis in Biel vieles auf die Karte Sport. Sie tut es ihrem Bruder gleich und hofft auf den Durchbruch. Sie nimmt Turnier für Turnier und Spiel für Spiel.

von Stefan Salzmann

Seit August ist Jakob nicht mehr der Einzige von der Familie Paul, der in Biel lebt. Seine 15-jährige Schwester Kristýna hat mittlerweile ihren Lebensmittelpunkt auch ins Nationale Leistungszentrum (NLZ) von Swiss Tennis verlegt. Aus vorerst zwei Tagen ist eine ganze Woche geworden, nur an den Wochenenden kehrt sie in ihre Heimat nach Chur zurück, sofern sie nicht gerade an Turnieren im Einsatz steht.

Biel bietet der talentierten Tennisspielerin aus Graubünden beste Bedingungen. Die Wege sind kurz, die Möglichkeiten vielfältig. Hallen- und Aussenplätze sind genau so vorhanden wie Physiotherapie-, Yoga- und Massagebereiche. Wenn Paul nicht am Trainieren ist, besucht sie das Gymnasium im dritten Schuljahr, welches sie auf zwei Jahre aufteilt, um mehr Zeit fürs Tennis zu haben. Entsprechend fällt aktuell das eine oder andere Schulfach weg. Beispielsweise Mathematik, worüber sie sich freut, obwohl sie weiss: «Das kommt dann halt im nächsten Jahr.»

Fast nur Tennis in der Familie

Zeit zur Angewöhnung brauchte sie kaum, weil sie die Bedingungen am NLZ schon kannte. Schwieriger dürfte dies vor allem für ihre Mutter gewesen sein, auch wenn diese weiss: «Wenn man im Tennis weiterkommen will, muss man das machen. Das musste ich akzeptieren.» Wichtig sei ihr vor allem, dass sich Kristýna wohlfühle und das tue sie. «Wenn es für sie stimmt, dann stimmt es auch für mich.» Zwar versichert Paul, dass sie unter dem extrem engagierten Trainer Denis Scheers in Chur bestmöglich betreut war, die Infrastruktur konnte aber logischerweise nicht mit derjenigen in Biel mithalten.

Schon von klein auf gab es fast nur Tennis in der Familie Paul, die ursprünglich aus Tschechien stammt. Nicht nur Jakob spielt, sondern auch der ältere Bruder und der Vater. Obwohl die Mutter noch versuchte,



Zurück in Chur: Hier hat Kristýna Paul mit Tennisspielen angefangen.

Bild Livia Mauerhofer

Kristýna von etwas anderem wie beispielsweise Ballett zu überzeugen, war deren Entscheid schnell getroffen: «Ballett ist so langweilig», hätte sie einst gesagt, erzählt die Mutter.

«So etwas fühlt sich aktuell unerreichbar an. Aber ich bleibe dran.»

Kristýna Paul
Bündner Tennisspielerin

In ihrem Sport hingegen gefallen der 15-Jährigen gar Dinge, die nicht in direktem Zusammenhang mit dem Tennis stehen. Konditions- und Kraftübungen beispielsweise, weil sie weiss, dass sie wichtig sind. «Im Vergleich zum Tennis sind diese Sachen nicht komplex. Man macht, was einem gesagt wird», sagt Paul. Manchmal trainiert sie alleine, manchmal zu zweit oder zu dritt. Meistens mit älteren Spielerinnen, weil sie mit Jahrgang 2007 zu den jüngsten gehört.

Die tägliche Arbeit am Spiel

Auch an Turnieren misst sie sich gerne mit älteren Spielerinnen und solchen, die nicht nur aus der Schweiz

stammen. Auf der ITF-Juniorinnentour (U18) gibt es Phasen, da spielt Paul mehrere Wochenenden hintereinander. Das kann streng sein, sowohl physisch als auch psychisch. «Vor allem, wenn es nicht so gut läuft und man kaum Zeit hat, sich wieder neu zu fokussieren», sagt sie.

Doch zu viel nachdenken ist sowieso nicht in ihrem Sinn. Sie nimmt Turnier für Turnier, Spiel für Spiel. «Dabei will ich immer so weit wie möglich kommen», sagt Paul. Damit dies immer noch besser funktioniert, arbeitet sie täglich an ihrem Spiel. Bei der Rückhand hat sie die Griffhaltung kürzlich verändert, allgemein versucht sie aggressiver aufzutreten, um ihre schnellen Beine noch besser einsetzen zu können. «Die älteren Spielerinnen haben zumeist mehr Kraft, das muss ich aktuell noch mit anderen Fähigkeiten kompensieren.»

Damit sie auch im nächsten Jahr eine zufriedenstellende Saison spielen kann. Denn mit dem bald zu Ende gehenden Jahr ist sie glücklich. An den U16-Schweizer-Meisterschaften im Sommer triumphierte sie sowohl im Einzel als auch im Doppel, obwohl sie noch dem jüngeren Jahrgang angehörte. Dazu durfte sie am Europäischen Olympischen Jugendfestival teilnehmen. Fast noch wichtiger ist für sie aber, dass sie sich in vielen Bereichen des Tennis verbessern konnte.

Zwischen Traum und Realität

Natürlich träumt Paul davon, einst in den Top 10 der Weltrangliste zu stehen und an Grand-Slam-Turnieren zu triumphieren, wobei sie den Bezug zur Realität nicht verliert und sagt: «So etwas fühlt sich aktuell unerreichbar an. Aber ich bleibe dran.» Als Erstes will sie in den nächsten zwei Jahren auf der ITF-Juniorinnentour von Platz 1600 in die Top 100 vorstossen.

Und falls es doch nichts mit der Tenniskarriere werden sollte, ahnt sie, in welche Richtung es gehen könnte. «Irgendetwas mit Naturwissenschaften, aber Genaueres weiss ich noch nicht.» Muss sie auch nicht, denn im Moment steht Tennis ganz klar an vorderster Stelle.