

Lisa Stamm

«Der Hunger nach Titeln ist noch lange nicht gestillt!»

Im vergangenen Jahr sorgte die Schaffhauser Spitzschwimmerin Lisa Stamm (25) für ein beeindruckendes Comeback. Im März 2017 gewann sie in Genf in 400 m Lagen den Schweizermeistertitel sowie eine Silbermedaille in 200 m Delfin und eine Bronzemedaille über 800 m Crawl. Ein weiterer Schweizermeistertitel sowie weitere Silbermedaillen folgten in Romanshorn in 400 m Lagen bzw. 200 m Delfin und Crawl. In Uster errang sie Silber in 400 m Lagen und Bronze in 200 m Delfin. Alles andere als eine Selbstverständlichkeit, litt Stamm doch 2016 monatelang unter dem Pfeifferschen Drüsenfieber, einer tückischen Infektionskrankheit, die sie in ihrer Karriere erheblich zurückgeworfen hatte.

Der Auftakt in die neue Saison ist für Stamm bereits erfreulich verlaufen. An der Challenge International im Januar in Genf, wo namhafte Schwimmgrößen teilnahmen, gelang ihr der Sprung auf einen Podestplatz. Der 3. Rang über 200 m Delfin war für die ehrgeizige Schaffhauserin Belohnung einerseits und Motivation auf der Jagd nach weiteren Titeln andererseits. Ab dem 27. Januar absolvierte Stamm ein 14-tägiges Trainingslager auf Lanzarote. In der Folge verlegte sie ihre Trainings nach Bochum De, von denen sie sich weitere Schritte vorwärts in ihrer Karriere erhofft.



«Wohin mein Weg führt, hängt von meiner Entwicklung in Bochum ab.»

Interview mit Lisa Stamm

SRS: Lisa Stamm, rückblickend auf das Jahr 2016, wo sie monatelang mit dem Pfeifferschen Drüsenfieber herumlaborierten: Haben Sie damals ans Ende Ihrer Karriere gedacht?

Lisa Stamm: «Diese Krankheit hatte mich schon sechs Monate im Griff, bevor sie überhaupt als Pfeiffersches Drüsenfieber erkannt wurde. Es war eine harte Zeit für mich. Trotz der Beschwerden habe ich die ganze Zeit hindurch trainiert. Die Antwort auf Ihre Frage lautet also: nein.»

SRS: Mit welchen Symptomen hat sich die Krankheit geäussert?

LS: «Ich hatte immer wieder grippeartige Schübe und war dadurch geschwächt und müde.»

SRS: Trotz allem fanden Sie wieder zurück an die Spitze. Wie war dieser Weg für Sie?

LS: «Mein Arbeitspensum von 40 Prozent als Fachfrau Betreuung Kind habe ich stets durchgehalten. Nach der Genesung kamen die sportliche Motivation und der Hunger nach Titeln zurück.»

SRS: Dies haben Sie 2017 und Anfang

2018 eindrücklich bewiesen. Wie gross ist der Abstand jetzt zur internationalen Spitze?

LS: «An der letzten EM erreichte ich in 200 m Delfin mit 2.14.0 den 16. Platz. Der Abstand auf die erstplatzierte Ungarin Katinka Hosszu betrug neun Sekunden.»

SRS: Was braucht es für eine Olympia-Qualifikation?

LS: «Das ist ein kompliziertes Verfahren. Das Erreichen der Limite des Schweizerischen Verbandes ist Pflicht. Danach entscheidet das internationale Komitee.»

SRS: Auf welche Anzahl Stunden pro Woche beläuft sich Ihr Trainingsaufwand?

LS: «Ich absolviere neun Schwimmtrainings à zwei Stunden. Dazu kommen fünf Stunden Krafttraining im Eurofit und ein Athletiktraining – ergibt zirka 27 Stunden pro Woche.»

SRS: Seit Mitte Februar dieses Jahres trainieren Sie in Bochum. Wie kam diese Verbindung zustande?

LS: «Eine Freundin hat mir dieses Trainingszent-

rum empfohlen. Nach einigen Trainingseinheiten habe ich mich entschieden, den Schritt nach Bochum zu machen. Mit meinen 25 Jahren sehe ich es als eine grosse Chance, mich noch weiter zu entwickeln.»

SRS: Ist die Olympiade 2020 in Tokio ein Thema für Sie?

LS: «Die Teilnahme an einer Olympiade ist der Traum eines jeden ehrgeizigen Sportlers. Sagen wir mal so: Ich werde sicher bis 2020 schwimmen.»

SRS: Wie beurteilen Sie Ihre Chancen?

LS: «Es hängt von meiner Entwicklung in Bochum ab, wohin mein Weg führen wird.»

SRS: Haben Sie schon eine Vorstellung davon, wie Ihre Zukunft nach Ihrer Schwimmkarriere aussehen könnte?

LS: «Ich möchte eine Kindertagesstätte mit dem Fokus auf Bewegung eröffnen. Weniger Handy, mehr Freude an sozialer Kommunikation!»

Was ist Pfeiffersches Drüsenfieber?

Name(n):	Pfeiffersches Drüsenfieber, Kusskrankheit, Mononukleose
Art der Krankheit:	Infektionskrankheit
Symptome:	Müdigkeit, Erschöpfung, Schwäche, Fieber, geschwollene Lymphknoten (v.a. im Halsbereich), geschwollene Mandeln mit weisslich-grauen Belägen, Kopfschmerzen, Gliederschmerzen, Bauchschmerzen
Verbreitung:	weltweit
Erste Erwähnung der Krankheit:	spätes 19. Jahrhundert
Behandelbar:	ja
Art des Auslösers:	Viren
Wie viele Erkrankte:	95% der Weltbevölkerung
Welchen Arzt sollte man aufsuchen:	Hausarzt, HNO-Arzt

Steckbrief

Name: Stamm

Vorname: Lisa

Geburtsdatum: 17. April 1992

Wohnort: Schaffhausen

Beruf: Fabe Kind

Grösse: 1.80 m

Gewicht: 73 kg

Lieblingsgetränk: Sprite

Lieblingsessen: Pizza

Lieblingslokal: Bowling Five

Lieblingsschauspieler: Channing Tatum

Lieblingsparfum: Christina Aguilera

Lieblings-TV-Serie: Suits

Hobbys: Langlauf, Essen mit Freunden



Am Donnerstag, 1. März 2018 um 19 Uhr wird an Lisa Stamm im Park Casino Schaffhausen zusammen mit dem Kanton Schaffhausen der Panathlonpreis 2017 verliehen.

«Ich werde sicher bis 2020 schwimmen.»