

# Vom Spitalbett aufs Weltcup-Podest

Wie die 19-jährige Solothurnerin Fiona Schibler nach einer Essstörung den Spitzensport und Spitzennoten unter einen Hut bringt.

Emil Rohrbach

«Wenn der Ruhepuls unter 28 fällt, piepst die Maschine wieder», denkt Fiona Schibler. Eigentlich ist das Mountainbiken für die junge Solothurnerin alles. Aber für die nächsten zwölf Wochen wird sie an das Spitalbett gefesselt sein. Fast ein ganzes Jahr wird ihr der Sport verboten. Dass sie dereinst als nur 19-Jährige ihren ersten Weltcup in der U23 gewinnt, wagt sie nicht zu erträumen.

Das war im September 2021. Schibler war in der zweiten Klasse des Sportgymnasiums, als ihr Arzt sie wegen eines chronisch tiefen Ruhepulses zur Überwachung ins Spital einweisen liess. Die Diagnose: eine sportbedingte Essstörung. Wie konnte es so weit kommen?

Wie so viele Mädchen versuchte sich Fiona Schibler im frühen Primarschulalter im Gerätturnen und auch im Ballett. Aber wirklich packen sollte es sie nie. Das Verlangen nach Sport war aber stets da. Auf den Antrieb ihres Vaters hin besuchte sie ein Mountainbiketaining bei Reto Burki vom Tropical Bike Shop in Solothurn. «Ich war angekommen», sagt sie heute. Der Dreck, die Sprünge, der Duft des Waldes. Am liebsten hätte sie ihre Tage nur noch auf dem Bike verbracht.

Schibler, die in ihren Alterskategorien ohnehin schon zu den kleinsten und leichtesten Fahrerinnen gehörte, war oft auch entwicklungsässig weniger weit als ihre Mitstreiterinnen: «Ich wurde oft Letzte.» Trotz des vielen Trainings. Der Körper war schlicht nicht weit genug, trotzdem konnte sie sich eine Regionale Talent Card erarbeiten und fürs Sportgymnasium qualifizieren. Dort war sie schulisch stets gut. Auch jetzt noch. Der schlechteste Noten-



Ganz allein auf der Zieleinfahrt: Fiona Schibler gewinnt das Weltcuprennen in Leogang.

Bild: Maxime Schmid/Keystone

schnitt ist eine Fünf. Sportlich aber musste sie auf die grossen Siege warten.

## Immer weniger essen... bis die Periode aussetzt

Von einem Leistungsdruck würde Schibler, die sich um ein Haar gegen die Sportklasse und für eine gewöhnliche Matur mit anschliessendem Medizinstudium entschieden hätte, nicht sprechen. «Aber man ist sich der Leistungen und Resultate der anderen Fahrerinnen schon sehr bewusst», sagt sie.

Als sie dann merkt, dass die Resultate besser werden, je leichter sie ist, entscheidet sie:

«Ich muss mehr trainieren. Mir das Essen verdienen.» Und besser werden sie, die Resultate. Aber der grosse Exploit, wie unlängst mit dem Weltcup im österreichischen Leogang, bleibt vorerst aus.

Weniger essen. Mehr trainieren. Und noch mehr trainieren. Irgendwann kann der Körper nicht mehr. Die Periode setzt aus, der Hormonspiegel fährt Achterbahn. Schibler muss ins Spital, wird überwacht. Zwölf Wochen stationär. Zwölf Wochen wird die Nahrungsaufnahme genau kontrolliert.

Schibler weiss, dass sich etwas ändern muss, und wenn das

Essen in den ersten Wochen noch der Zufriedenstellung der Spitalangestellten diene, so fand sie mehr und mehr den Weg zurück, erkannte den Wert von gutem und genügend Essen wieder. Ein ganzes Jahr dauerte der Aufbau. Mit viel emotionalem Training und Therapie.

## Zuerst Maturaprüfungen, dann das Weltcup-Podest

Seither hat sich im Radsport die Einstellung zu Kalorien und Essen vollumfänglich verändert. An die 80 Gramm Kohlenhydrate pro Rennstunde nehmen Profi-Athletinnen zu sich. Vor den Rennen werden die Speicher ge-

laden und danach soll gute proteinreiche Nahrung die Erholung der Muskeln fördern.

Die Früchte des langen Aufbaus und der Konstanz, die sie seit ihrem Spitalaufenthalt leben konnte, erntet Schibler jetzt. Endlich hat ihr Körper aufgeholt. Endlich hat sie die Balance gefunden zwischen gutem Renngewicht und vollen Energiereserven. Und zwischen dem Sport und der Ausbildung – sie macht diesen Sommer die Matur.

Die Prüfungen in Französisch und Mathe kann sie im Mai am Weltcup-Rennen in Nove Mesto schreiben. Der ehemali-

«Physiotherapie wäre noch etwas. Ich könnte nie nur Mountainbike fahren. Bei aller Liebe.»



Fiona Schibler  
Mountainbikerin

ge Verantwortliche für die Sportklasse an der Kantonsschule Solothurn reiste für die Prüfungsaufsicht nach Tschechien mit. Doch die Prüfung wird zur Nebensache. Im Rennen erkämpft sich Schibler einen Podestrang und wird im U23-Weltcup Zweite.

Am nächsten Weltcup in Leogang in Österreich fährt Schibler praktisch das ganze Rennen alleine. Und allen davon. Die Zieleinfahrt kann sie geniessen, die Feier auf dem Podium auch. Zu dritt sind die jungen Schweizerinnen darauf vertreten.

Jetzt vom nächsten grossen Coup oder gar von einer Profikarriere zu träumen, das wäre nicht Fiona Schibler. Nach der Matur macht sie ein Zwischenjahr. Die Prioritäten abwägen. Das angestrebte Medizinstudium lässt sich nur schwer mit dem Leistungssport vereinbaren. «Aber Physiotherapie wäre noch etwas, ich könnte nie nur Mountainbike fahren. Bei aller Liebe.»