

MIT RÜCKENWIND UND HOHEN ZIELEN

Anja von Allmen ist eine der talentiertesten Seglerinnen der Schweiz. Die 21-jährige verbringt mehr als die Hälfte des Jahres im Ausland, hat schon bemerkenswerte Erfolge gefeiert und weiss genau, was sie antreibt. Irgendwann will die Berner Oberländerin an den Olympischen Spielen Gold gewinnen.

Fabian Ruch über Anja von Allmen

Das Ziel ist klar definiert – und es lässt Anja von Allmen jeden Tag mit Leidenschaft und Entschlossenheit angehen. Die Berner Oberländerin will als Seglerin an den Olympischen Sommerspielen 2028 in Los Angeles teilnehmen. Bereits mit 9 Jahren hat sie auf dem Optimisten segeln gelernt und

bald erste Erfolge gefeiert. So holte sie zum Beispiel als 15-jährige an der WM in Zypern die Bronzemedaille und gewann später in der ILCA-4-Klasse bei den Gitis sowohl den WM- als auch den EM-Titel. Es sind nur die grössten Triumphe in einer äusserst steilen Karriere.



Im Deltapark Vitaresort (zvg)



Auf dem Wasser (zvg)

Anja von Allmen ist eine angenehme Gesprächspartnerin, zumal sie es gewohnt ist, dass die Journalisten auch mal Fragen zum Regelwerk stellen. Segeln ist in der Schweiz eine Randsportart, es gibt diverse Kategorien mit dem Laser-Boot, wobei sich Anja nicht nur wegen ihrer internationalen Siege in den letzten Jahren Schritt für Schritt verbessert hat. Ihr Vater Jürg von Allmen sagt: «Anja hat schon als kleines Mädchen ihr Ehrgeiz ausgedrückt. Sie war immer zielstrebig und liess sich nicht gerne reinreden.»

Darum hat sich Anja ganz bewusst dafür entschieden, alleine unterwegs zu sein: «Es wäre für mich schwierig, einen Fehler der Segelpartnerin zu akzeptieren.» Sie ist in einer Seglerfamilie aufgewachsen und lebt in Spiez, wenn sie nicht gerade auf der ganzen Welt im Einsatz steht oder trainiert. Wettkämpfe dauern auch mal sechs Tage, und Anja mag es, auf dem Wasser zu sein, ganz alleine mit dem Boot, im Element und mit den Elementen – und mit ganz viel Verständnis und Wissen, im Wind optimal zu segeln. «Es geht auch um mentale Stärke», sagt die 21-jährige, «und darum, sich zu fokussieren und immer die Ruhe zu bewahren.»

Kraft tanken in der Heimat am Thunersee

Segeln ist harte Arbeit. Fünfmal in der Woche geht Anja ins Gym, und auch das Training auf dem Wasser, die mentale Arbeit sowie Videoanalysen füllen die Tage aus. An 185 Tagen im Jahr ist sie im Schnitt auf dem Wasser, meistens im Ausland – im Winter alleine rund vier Monate in Australien. Sie ordnet ihrem Ziel und ihren Segelträumen alles unter. An der Universität Bern jedenfalls war sie in den letzten zwei Jahren sehr selten, das Studium der Betriebswirtschaft und der Kommunikation kann und muss hinten anstehen. Nicht einfach ist die Finanzierung ihrer Karriere, doch Anja hat einige treue Partner wie den Deltapark in Gwatt bei Thun. In diesem Resort machte sie bereits eine Schnupperlehre, arbeitete an der Rezeption und im Hotel und richtete das Buffet fürs Morgenessen,

um Einblick in die spannenden Bereiche der Hotelbranche zu erhalten. «Es ist genial, dass der Deltapark nun für mich da ist. Ich liebe es, dort zu regenerieren», sagt sie.

Hilfe erhält Anja auch von ihrer segelbegeisterteren Familie. Mutter und Vater sind ins Team integriert, wie auch das Swiss Sailing Team mit einem Sailing Coach, einem Konditionstrainer und zwei Mentaltrainerinnen. Bereits in der Kindheit und während der Schulzeit investierte Anja von Allmen viel in den Segelsport, war aber lange Zeit auch polysportiv aktiv. Die Matura legte sie am Gymnasium Interlaken ab, wobei sie auch von der Schule grosszügig unterstützt wurde, wenn sie wieder einmal längere Zeit abwesend war.

Anja von Allmen sagt, sie lerne extrem schnell und setze Feedbacks sofort um. Als Schwäche bezeichnet sie ihre Sturheit. Deshalb sei es ideal, verbringe sie in diesem Sommer und Herbst mehrere Wochen in Barcelona im Team Women Ailinghi Red Bull Racing für den ersten America's Cup der Frauen. «Dort sind

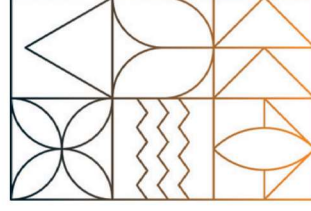
wir zu viert auf dem Boot, ich kann nicht alles alleine bestimmen», sagt sie schmunzelnd.

Anja von Allmen überlässt nichts dem Zufall. Und sie ist noch jung. Die Teilnahme an den Olympischen Sommerspielen 2028 ist das Ziel. Aber es gibt auch noch einen verwegenen Traum, wobei die Grenze zum Ziel durchaus verschwimmen kann. Anja sagt jedenfalls sehr überzeugend: «Natürlich will ich an Olympia irgendwann die Goldmedaille gewinnen.»

Fabian Ruch *liebt das Wasser ebenfalls. Jeder Tag in Flip-Flops ist für ihn ein guter Tag. Er segelt aber lieber als Ballsportler auf der Erfolgswelle – oder möchte es zumindest.*



YOGA RETREAT AM THUNERSEE



IHRE AKTIVE AUSZEIT IM DELTAPARK VITALRESORT

Vitalität, Lebensfreude und Gesundheit stehen im Deltapark Vitalresort an oberster Stelle. Hier finden Sie die nötige Ruhe, um sich mit einem Yoga Retreat eine echte Auszeit vom Alltag zu gönnen.

Für einen Moment innehalten, ganz im eigenen Körper ankommen und einfach mal tief ein- und ausatmen. Im Retreat wird ein Raum geschaffen, der Einblick in die Welt des Yoga und die Magie des Lebens gibt.

Daten & weitere Informationen:
12.–15.10.24 | 09.–12.11.24 | 07.–10.12.24 | 08.–11.02.25



Deltapark AG
Deltaweg 29
3645 Gwatt bei Thun
+41 33 334 30 30
info@deltapark.ch
deltapark.ch

