

## Der EIE verliert im Spitzenkampf

**Eishockey** Der EHC Illnau-Effretikon hat es in der 14. Runde verpasst, seinen Vorsprung an der Tabellenspitze auszubauen. Der EIE unterlag im Spitzenkampf der Zweitliga-Gruppe 2 daheim Dielsdorf-Niederhasli 2:4 und musste die Unterländer bis auf drei Punkte aufschliessen lassen. Erstmals überhaupt diese Saison gelangen dem EIE weniger als drei Tore in einem Spiel.

Fünf Minuten vor Schluss erzielte Jayson Zähler vor etwas mehr als 200 Zuschauern im Eselriet für die Oberländer das Anschlussstor zum 2:3. Nur 24 Sekunden später aber kassierte die Mannschaft von Trainer Gianni Dalla Vecchia eine Strafe. Sie überstand diese zwar schadlos, musste kurz darauf aber erneut in Unterzahl antreten. Timo Belfiore traf prompt und entschied die Begegnung der beiden läuferisch besten Teams der Gruppe zugunsten der Unterländer.

### Zu viele Strafen

Nicht nur in der Schlussphase bremste sich der EIE selber aus. Dasselbe hatte er schon im Mitteldrittel gemacht, indem er vier kleine Strafen genommen hatte. Er schaffte es immerhin, dabei keinen Gegentreffer zu kassieren. So stand es zur zweiten Pause noch immer 1:1 – wie schon nach dem Startdrittel.

In diesem waren die Gäste nach einer Viertelstunde in Führung gegangen. 50 Sekunden später glich Yann Wunderli für den Leader zum 1:1 aus. In der 43. Minute legte Dielsdorf-Niederhasli aber erneut vor und baute den Vorsprung neun Minuten vor Schluss aus, ehe der EIE kurzzeitig nochmals Hoffnung schöpfte. Für den EHC Illnau-Effretikon folgen nun gleich zwei weitere Härtetests. Heute Samstag trifft er auswärts auf den Tabellendritten Weinfelden, eine Woche später reist er für das Duell gegen den Vierten St. Moritz ins Engadin. (zo)

### In Kürze

#### Stalder läuft in die Top 20

**Biathlon** Sebastian Stalder hat die Serie der guten Weltcup-Resultate auch im neuen Jahr fortgesetzt. Der Walder klassierte sich beim Sprint über 10 km im slowenischen Pokljuka auf dem 19. Rang. Stalder unterlief ein Schiessfehler. Der 24-jährige Oberländer überzeugte diese Saison mit seiner Konstanz. Die letzten sechs Rennen beendete Stalder allesamt in den Top 25, viermal hintereinander klassierte er sich nun unter den 20 besten Läufern. (zo)

#### Roulin fährt im Europacup auf Rang 5

**Ski alpin** Gilles Roulin ist im Europacup-Super-G von Wengen knapp am Podest vorbeigefahren. Der 28-jährige Grüninger belegte beim Rennen im Berner Oberland den 5. Platz. Auf den 3. Rang fehlten Roulin 29 Hundertstel. Der junge Bubiker Alessio Miggiano schied aus. Für den 20-Jährigen war es erst der dritte Europacup-Einsatz. Seine Premiere auf zweithöchster Stufe hatte der Oberländer im Dezember gefeiert. Bester Schweizer in Wengen war Denis Corthay, der mit der Startnummer 54 noch auf den 2. Platz fuhr. (zo)

# «Vielleicht ist das egoistisch»

**Schwimmen** Ein Abschiedsrennen ist nichts für sie – und vielleicht beginnt sie nun mit dem Boxen: Maria Ugolkovas Gedanken zum Rücktritt nach einer Karriere, die sie erst in Uster so richtig lancierte.

### Florian Bolli

**Sie haben Ende Dezember per Instagram Ihren Rücktritt verkündet. Wie kam es zu diesem Entscheid?**

**Maria Ugolkova:** Ich habe nach der EM in Rom im August eine Pause gemacht, um herauszufinden, wie es weitergehen soll und wie es mir mental und körperlich geht. Im Dezember habe ich mich entschieden, dass ich eine andere Karriere einschlagen will. Ich habe den Master in Banking und Finance, ich bin 33 Jahre alt – es war Zeit für mich, aufzuhören. Ich bin mein ganzes Leben geschwommen, ich liebe den Sport und werde ihn immer lieben. Aber nun kommt etwas anderes.

**Gab es einen speziellen Moment für diesen Entscheid?**

Nein, den gab es nicht. Es entwickelte sich einfach so. Ich habe viel erlebt im Schwimmsport. Und man muss auch sehen: Es ist schwierig, den Schwimmsport in der Schweiz als Profisportler zu betreiben. Das ist schade. Ich glaube zwar, dass der Sport auf einem guten Weg ist. Jérémy Desplanches und ich, aber auch die aktuelle Generation, wir machen sicher gute Werbung. Aber es ist noch ein weiter Weg.

**Warum ist es schwierig, in der Schweiz als Profischwimmerin Geld zu verdienen?**

Man braucht ein sehr gutes Niveau – damit meine ich die Top 8 in der Welt. Dann kann man etwas Geld verdienen – auch wenn es nicht dasselbe ist, wie wenn ich jetzt mit meiner Ausbildung im Finanzsektor arbeiten gehe. Man erhält Unterstützung von der Sporthilfe, vom Verband, man hat etwas Preisgeld, und man wird vom Klub unterstützt. Das ist natürlich sehr individuell, und ich bin da wirklich glücklich, dass ich jetzt mit einem so guten Klub habe. Was in der Schweiz fehlt, ist die Unterstützung für Sportler, die noch nicht auf diesem Toplevel sind. So droht man auch Talente zu verlieren. Viele sehen nicht: Schwimmen ist ein Vollzeitjob. Man ist zweimal pro Tag für zwei Stunden im Wasser, dazu kommen Krafttraining und Regeneration. Es ist Arbeit. Ich habe oft erlebt, dass Leute zu mir sagten: «Super, was du machst – und was arbeitest du?» Schwimmen ist in der Schweiz ein Amateursport.

**Haben Sie in Ihrer Karriere etwas Geld sparen können?**

Ein bisschen, wegen der Herbstsaison 2021 (lacht). Aber da reden wir nicht von stratosphärischen Summen. Ein normaler Eishockeyprofi kann während seiner Karriere mehr sparen.

**Hätten Sie weitergemacht, wenn die Möglichkeiten besser wären?**

Ich kann nicht klar Ja oder Nein sagen. Aber es wäre eine andere Ausgangslage gewesen, ich hätte vielleicht anders kalkuliert. Körperlich hätte ich weitermachen können, das war zum Glück nie ein Problem. Bis ich 20 Jahre alt war, trainierte mich meine Mutter. Sie hat diesbezüglich eine sehr gute Basis gelegt, und ich hatte auch danach gute Coaches.



Maria Ugolkova blickt zufrieden auf ihre Schwimmkarriere zurück. Foto: Keystone

**Der Schwimmverband bezeichnete Sie nach dem Rücktritt als Inspiration und schrieb: «Auch dank ihr ist der Schweizer Schwimmsport so erfolgreich wie noch nie und steht da, wo er aktuell ist.» Was lösen diese Worte in Ihnen aus?**

Das macht mich schon stolz. Ich habe auch nicht erwartet, dass ich so viele liebe Nachrichten nach meinem Rücktritt erhalten würde. Während meiner Karriere realisierte ich gar nicht so sehr, dass ich so eine Vorbildfunktion habe. Ich habe einfach immer das gemacht, was ich liebe, und habe mich mit meinem ganzen Herzen hineingegeben.

**Waren die Olympischen Spiele in Paris 2024 nie ein Ziel zum Abschluss der Karriere?**

Ursprünglich war das schon noch die Idee. Corona und die verschobenen Spiele von Tokio waren für

mich dann aber mental nicht so einfach, wie es vielleicht für einen jüngeren Sportler war. Nach Tokio war ich 31 und begann nachzudenken. Und ich sagte mir, dass ich nicht mehr langfristige pläne, sondern nur noch von Monat zu Monat oder von Saison zu Saison. Vielleicht wäre es ohne Corona anders gekommen.

**Sie sind mehrere Monate nach Ihrem letzten Rennen zurückgetreten. Ein Abschiedsrennen hatten Sie nicht. Bedauern Sie das?**

Vielleicht würden mich die Leute gerne ein letztes Mal schwimmen sehen. Aber ich hatte nie das Gefühl, dass ich so etwas brauche. Ich ging im letzten Jahr jedes Rennen so an, als wäre es das letzte. Und das gab mir ein gutes Gefühl. Für mich ist es nicht wichtig, eine Show um das letzte Rennen zu machen, bevor man

aufhört. Vielleicht ist das egoistisch. Aber ich bin für mich geschwommen. Und für mich war das gut so. Ich habe alles gegeben.

**An den Olympischen Spielen 2021 in Tokio verpassten Sie den Final über 200 m Lagen um nur sechs Hundertstel. Können Sie unterdessen trotzdem positiv darauf zurückblicken?**

Es hat wenig gefehlt, ja, und in Tokio selber war es sehr schwierig für mich. Unterdessen habe ich das verarbeitet. Die Herbstsaison danach hat geholfen, da wollte ich zeigen, was ich kann. Und das ist mir gelungen. Dieser 9. Platz definiert mich nicht. Und man muss auch sagen: Ein 9. Platz an Olympia, das ist ja auch gar nicht so schlecht. In unserer Sportart gibt es halt nur acht Finalplätze. In anderen sind es zehn oder zwölf.

## Sie forderte sich selber – und sie forderte die Ustermer

EM-Bronze auf der Langbahn, zweimal EM-Silber auf der Kurzbahn, WM-Finalistin, zweifache Olympia-Teilnehmerin: Maria Ugolkova hat in ihrer langen Schwimmkarriere viel erreicht – und dabei immer auch den SC Uster Wallisellen vertreten, für den sie seit 2014 startete. «Sie gehört zu den allererfolgreichsten Athleten, die wir je hatten», sagt Klubpräsident Philippe Walter. Er stellt Ugolkova auf dieselbe Stufe mit Remo Lütolf und Dominik Meichtry, den ersten beiden Olympia-Finalisten der Klubgeschichte. «Sie gehört mit ihren EM-Medaillen zu diesem Dreier-Topremium», sagt Walter.

Der SCUW-Präsident betont vor allem auch Ugolkovas disziplinierte und ehrgeizige Herangehensweise: «Sie verfolgte Ziele, um sie zu erreichen, nicht um es nur zu probieren. Sie war in jedem Training topmotiviert – und sie war sehr fordernd, aber durchaus im positiven Sinn.» Ugolkova habe so den SCUW vorwärtsgebracht und auf ein internationales Niveau gehoben. «Dank ihren Bedürfnissen entwickelte Pablo Kutscher auf vielen Ebenen Dinge weiter, was die Infrastruktur und die Trainings anbelangt.» Doch nicht nur auf Klubebene, sondern auch auf nationaler Ebene war Ugolkova laut Walter

eine Wegbereiterin: «Jérémy Desplanches und sie waren die beiden Doyens des Schweizer Schwimmsports. Mit ihren Erfolgen haben sie den jüngeren Athleten gezeigt, was möglich ist.» Zudem sei gerade die Karriere von Ugolkova ein Beispiel dafür, dass man junge Schwimmer nicht zu stark pushen solle. «Sie hat bewiesen, dass man bis ins hohe Sportalter auch als Frau noch Topleistungen erbringen kann.» Vom nationalen Verband wird Ugolkova an der SM in Genf im März offiziell verabschiedet. Der SCUW wird sie an der Generalversammlung würdigen. (fbo)

**Gibt es einen Erfolg im Sport, der Ihnen besonders viel bedeutet?**

Die erste EM-Medaille 2018 in Glasgow, das war die wichtigste für mich. Weil sie die erste war, wurde sie auch ein Türöffner für mich in diese internationale Schwimmwelt. Ich hatte viel gearbeitet dafür. Die anderen beiden Medaillen waren auch wichtig. Aber die erste sticht heraus.

**Sie klingen zufrieden und glücklich mit Ihrer Karriere.**

**Gibt es etwas, das Sie bereuen?** Ich bin sehr zufrieden, ja. Was ich machen konnte, habe ich gemacht. Im nächsten Leben mache ich dann noch Karriere über 100 m Schmetterling (lacht). Das wäre meine zweite Lieblingsstrecke gewesen, und es wäre spannend gewesen, sich darauf zu konzentrieren. Aber es ist eine andere Disziplin, und wir haben uns mit dem Training immer auf die 200 m Lagen konzentriert. Das war auch cool, und es war okay für mich.

**«Wir», damit meinen Sie Ihren Trainer Pablo Kutscher. Der Wechsel nach Uster und zu ihm war entscheidend in Ihrer Karriere.**

Ja, das kann man so sagen. Ich ging aus Lausanne weg, ich war im Studium, und meine Sportkarriere lief nicht so gut. Ich wollte es aber noch einmal probieren und machte ein Trainingslager mit Uster und Pablo. Ich merkte schnell, dass wir die gleiche Mentalität und die gleiche Ambition haben. Mit ihm klappte alles. Er ist wirklich ein aussergewöhnlicher Coach.

**Bleiben Sie dem Schwimmsport erhalten? Etwa als Trainerin?**

Trainerin, das ist vielleicht noch etwas weit weg. Ich kann mir schon vorstellen, etwas im Schwimmen zu machen. Ich habe auch Projekte in meinem Kopf – aber die möchte ich noch für mich behalten. Zuerst einmal brauche ich nun eine Pause. Es ist wichtig, mental etwas Abstand zu gewinnen.

**Wie geht es nun in Ihrem Leben weiter? Haben Sie einen guten Job gefunden?**

Noch nicht – ich suche natürlich einen tollen Job (lacht). Ich mache eine Weiterbildung zum Financial Analyst und habe mir auch Zeit genommen, um mir zu überlegen, was ich genau machen möchte. Ich bleibe sicher in Uster. Und vielleicht probiere ich auch noch etwas andere Sportarten aus – wie etwa Tanzen und Boxen.

**Was wird Ihnen aus Ihrem Sportlerinnenleben fehlen?**

Vielleicht ist es noch etwas zu früh, das zu sagen, weil mir jetzt gerade nicht so viel fehlt (lacht). Die Wettkämpfe vermisse ich aber schon, vor allem die internationalen. Ich hatte etwas nostalgische Gefühle, als die WM und die Weltcups stattfanden letzten Herbst. Und fehlen werden mir wohl auch die Reisen.

**Was werden Sie gar nicht vermissen?**

Die Trainings für die 200 m Lagen (lacht).