

Meilenstein auf Weg zum Eidgenossen

Der 19-jährige Maienfelder Armon Orlik gehört zu den talentiertesten Schwingern des Landes. Am Sonntag hat er in Fläsch mit dem Frühlingsfest erstmals ein Fest gewonnen. Weitere sollen folgen.

von René Weber

Erfolgreicher Jungschwinger. Kranzer. Teilverbandskranzer. Am Bündner Frühlingsfest hat sich der Dominator früherer Jahre an Jungschwingeranlässen erstmals bei den Aktiven als Festsieger feiern lassen können. Es ist ein Meilenstein in Armon Orliks Karriere. «Sehr zufrieden und glücklich bin ich», sagt der 19-Jährige. Dass das Fest in Fläsch sportlich kein überaus bedeutender Anlass war, kann die Freude des Maienfelders nicht trüben. Mit einem Gestellten gegen den Zürcher Eidgenossen Fabian Kindlimann sowie vier Siegen gegen Nicola Wey, Martin Odermatt, Roman Bickel und Andres Fässler hatte er die finale Ausmarchung souverän erreicht. Im Schlussgang liess er auch dem Glarner Roger Rychen keine Chance. «Den ersten Festsieg vor der eigenen Haustüre zu schaffen, ist doppelt schön», so Orlik.

Kränze bestätigen

Ausruhen und Zurücklehnen, das kommt für Orlik nach dem Triumph nicht infrage. Er hat sich für die Ende Monat mit den ersten Kranzfesten richtig beginnende Saison viel vorgenommen. Nachdem er sich 2013 beim «Zürcher» in Zollikon erstmals krönen lassen durfte, gewann er im letzten Jahr gleich sechs Auszeichnungen. Einer dieser Kränze sicherte er sich beim Bergfest auf dem Brünig, was neben dem Teilverbandskranz am «Nordostschweizerischen» in Wigoltingen bisher den grössten Erfolg seiner Karriere darstellt. «Mein primäres Ziel ist es, diese Kränze zu bestätigen. Das wird nicht einfach. Ich bin aber gewohnt, mir hohe Ziele zu stecken», sagt Orlik. Dass er diese erreichen wird, daran zweifelt kein Beobachter

der Szene. Experten trauen dem Bündner vielmehr zu, in diesem Jahr weitere Feste gewinnen und in einem Jahr auch zu eidgenössischen Ehren zu kommen. «Der Kranz in Estavayer ist klar mein Ziel – das ist kein Geheimnis. Darauf arbeite ich hin.»

Eidgenosse zu werden und Festsiege einzufahren, darauf arbeitet Orlik akribisch hin. Wie jedes Jahr haben 2015 das Bündner «Kantonale», das «Nordostschweizerische» und das Bergfest auf der Schwägalp einen besonderen Stellenwert. «Aber auch alle anderen Schwingfeste sind mir wichtig.» Versteifen will er sich auf die grösseren Feste nämlich nicht. Er weiss den Triumph in Fläsch richtig einzuordnen und will ihn nicht überbewerten. «Um Feste und Kränze zu gewinnen, muss alles zusammenpassen. Die Tagesform ist immer ein Faktor. Man kann nichts erzwingen.» Sein primäres Ziel ist es deshalb, an jedem Kranzfest die Auszeichnung zu gewinnen. «Der Rest ergibt sich von allein – da mache ich mir keine Sorgen.» Noch wichtiger ist für ihn, von Verletzungen weiterhin verschont zu bleiben. «Nur so lange ich gesund bin, kann ich mir neue Ziele stecken. Ist man verletzt, schlägt das schnell auf die Motivation.»

Judotraining in Brugg

Orlik sagt, dass er im Winter «sehr gut trainiert» hat. Im Vergleich zu den Vorjahren steigerte er sein Pensum noch einmal. Bei den Planungen der Trainingseinheiten vertraut er auf die Erfahrung und Ratschläge seiner Familie. Vater Paul Orlik war selbst erfolgreicher Schwinger. Bruder Curdin gewann im letzten Jahr zwei Kranzfeste in der Romandie. Am Wichtigsten sind Armon Orlik aber die Ratschläge seines ältesten Bruders Flavio, der dem Judo-Nationalkader angehört. «Judo und Schwingen sind ähnlich. Deshalb trainieren wir jeden Freitag zusammen in Brugg.» Zusätzlich zum Judotraining absolvieren sie am Samstag gleich auch noch eine Ausdauerinheit miteinander. «Vor allem, was das Krafttraining betrifft, kann ich von Flavio viel kernen.» Dass Armon Orlik im Winter an Muskelmasse zugelegt hat, ist nicht zu übersehen. Das sei für ihn «zwingend gewesen. Schön langsam, damit alles im gesunden Bereich bleibt», fügt er an.

Aktuell ist Orlik bei einer Grösse von 190 Zentimetern bei 102 Kilo-



Auf dem Weg an die nationale Spitze: Der Maienfelder Armon Orlik konzentriert sich auf seinen nächsten Gang.

Bild Marco Hartmann

gramm angelangt. Viel mehr, sagt er, sei nicht vorgesehen. Er müsse schliesslich auch darauf achten, dass er seine Beweglichkeit und Schnelligkeit nicht verliere. «Mir ist es wichtig, dass ich in allen Belangen kleine Schritte vorwärts mache. So wie es im Moment läuft, ist es super.» Gleiches sagt er über das Training mit dem Bündner Schwingerverband. Von seinen Trainern Reto Attenhofer und Stefan Fausch könne er viel lernen. Auch von der Erfahrung des Bündner Teamleaders Beat Clopath, der am Sonntag wegen einer Krankheit in Fläsch nicht antreten konnte, profitie-

re er. «Mit diesem Team macht das Training im Schwingkeller einfach Spass.» Unter Druck setzen, das lasse er sich durch seinen ersten Festsieg nicht. «Wenn ich künftig an ein Fest gehe, mache ich mir weiterhin keine Gedanken, wie es am Abend herauskommen könnte. Ich werde Kampf für Kampf nehmen und jeden zu gewinnen versuchen. Damit bin ich bisher gut gefahren. Es gibt keinen Grund, daran etwas zu ändern», so Orlik, der derzeit im Hinblick auf sein im Herbst 2016 beginnendes Studium als Bauingenieur ein Praktikum auf einem Ingenieurbüro absolviert.

9

Kränze

hat **Armon Orlik** bisher gewinnen können. Der **19-Jährige** aus Maienfeld bestreitet am 10. Mai mit dem «Zürcher» sein erstes Kranzfest in dieser Saison.