



NINA CAPREZ

Bis in die Fingerspitzen

✍ Bigna Buchli 📷 Stefan Schlimpf

Ihre Finger sind das Werkzeug, der Kopf der Motor. Und hat sie sich etwas vorgenommen, so ruht dieser Motor nicht, ehe die Finger das Ziel erreicht haben. Nina Caprez ist Profikletterin und hat sich einen lang ersehnten Traum erfüllt. Als erste Frau gelang ihr der Durchstieg der schwierigen alpinen Kletterroute «Silbergeier» im bündnerischen Rätikon.



Von Bergen umgeben ist die heute 25-Jährige im bündnerischen Küblis im Prättigau aufgewachsen. Bergtouren gehörten schon früh zum Freizeitprogramm der Familie Caprez. Dies ändert sich auch nicht, als ihr Vater bei einer Wanderung in den Bergen ums Leben kommt. Damals ist Nina drei Jahre alt. Mit 13 Jahren entdeckt die Bündnerin dann das Sportklettern in der Jugendorganisation des Schweizerischen Alpenclubs und wollte von da an nur noch eines, nämlich nichts anderes mehr. Als Teenager versuchte sie sich längere Zeit im schweizerischen Wettkampfgeschehen zu etablieren, konnte sich aber nie so richtig mit dem Konkurrenzdenken anfreunden. «Für mich bedeutet Klettern miteinander, nie gegeneinander. Zudem wollte ich direkt Weltmeisterin sein und dabei alle Etappen überspringen. Das Resultat war ein innerer Druck, Übertraining und Verletzungen», resümiert die Sportlerin über diese Zeit. Eine Schulterverletzung zwang sie zum Ausstieg aus dem Nationalkader, was sie im Nachhinein als «das Beste was mir passieren konnte» bezeichnet. Nina wechselt von den Hallengriffen zum Fels und konzentriert sich von diesem Zeitpunkt an vermehrt auf Alpines Klettern draussen. Der Wechsel bedeutet aber auch, selbständige Planung des Trainings, Vermarktung der eigenen Person sowie Sponsorensuche, um als Vollprofi vom Sport leben zu können. Letzteres ist bis anhin nur wenigen Sportkletterinnen der Welt gelungen. Nina beweist darin wahres Fingerspitzengefühl. Mit ihrem

Willen, ihren Leistungen und sicherlich auch dank ihres Aussehens, schafft sie es, die Kletterszene auf sich aufmerksam zu machen. Ihr Partner Cédric Lachat, der ebenfalls an der Weltspitze mitklettert, spielt dabei eine zentrale Rolle. In ihm findet sie den idealen Lebens-, Kletter- und Sicherungspartner. «Seine Energie und Liebe spüre ich durch das Seil, während er mich sichert», ist Nina überzeugt. Er klettert kraftvoll, sie eher technisch. Beide können sie voneinander lernen. Zusammen sind sie bis zu acht Monate im Jahr in ihrem Bus unterwegs zu den spektakulärsten Kletterrouten der Welt. Zuhause in Grenoble (Frankreich) geniessen die beiden das «savoir vivre», am liebsten mit einem selbst gekochten Currygericht und einem guten Glas Wein. Weil beide Spitzensportler sind, haben sie ähnliche Lebensstile, verstehen, wenn der andere sich ausruhen oder trainieren muss. Zudem sind Erfolge doppelt so schön, weil sie sie als Team erreichen. «Wir vertrauen uns, harmonieren und ergänzen uns perfekt.» Dies gelte auch für den Haushalt. Nina kümmert sich um die Wohnung und Cédric baut und bastelt an ihrem gemeinsamen mobilen Zuhause. Nebst dem richtigen Partner gehört für Höchstleistungen am Fels auch ein gesunder, starker Körper sowie ein willensstarker Kopf. «Wenn ich etwas will, dann packe ich es an und warte nicht, bis es jemand anders für mich erledigt. Entflammt mein Herz für ein Projekt, bin ich nicht mehr zu bremsen. Ich lenke meine ganze Energie auf das Er-



reichen dieses Ziels.» So erging es der Kämpferin auch bei der berühmten Mehrseilroute «Silbergeier» im bündnerischen Rätikon. Ein Jugendtraum, welcher nach dem ersten Versuch vor vier Jahren noch meilenweit entfernt schien. Bereits die erste der insgesamt sechs Seillängen brachte das Projekt zum Scheitern.

Im letzten Sommer kehrte Nina zurück, mental gestärkt durch Erfolge in anderen schwierigen Routen und monatelanger Vorbereitung. Nach sieben Tagen verteilt auf vier Wochen konnte sie sich ihren grossen Traum erfüllen: Die erste Frauenbegehung von «Silbergeier». Nina ist süchtig nach solchen Herausforderungen, dem Nervenkitzel, den persönlichen Erfolgen. Doch hat sie ein Ziel erreicht, folge oft eine Zeit der völligen Ausgelaugtheit und wochenlanger Schlappeit. «Während diesen Zeiten gönne ich mir Ruhe und führe keinen einzigen Klettergriff aus.» Bald darauf kehre die Lust und die Freude aufs Klettern zurück und damit auch Ideen für weitere Projekte. Für die Zukunft macht sich die junge Sportlerin keine Gedanken, sie lebe im Hier und Jetzt, betont sie. «Ich bin glücklich und zufrieden mit dem was ich tue, der Rest ergibt sich von selbst.»

E

Nina Caprez

Die in Graubünden aufgewachsene Nina Caprez, 25, gehört zu den besten Alpinen Sportkletterinnen der Welt. Zusammen mit ihrem Lebenspartner Cédric Lachat gelingen ihr immer wieder Durchstiege von Kletterrouten, welche noch nie von einer Frau geklettert wurden. Letzten Sommer erfüllte sie sich mit der Route „Silbergeier“ im heimischen Raetikon ihren Jugendtraum. Ihr Erfolgsrezept sieht die Bündnerin in ihrer Zielfokussiertheit und ihrem starken Willen.

Zur Zeit lebt die Spitzensportlerin in Grenoble (Frankreich).