

# Stephan Görgl: Speed-Training mit Französinnen

*Stephan Görgl startet am kommenden Sonntag in Lake Louise (CAN) in die neue Super G-Saison. Wie er sich in der arktischen Kälte auf das Rennen vorbereitet hat? „Ich habe mit den französischen Abfahrerinnen in Nakiska mittrainiert. Das ist zwar ein wenig ungewöhnlich, aber umso spannender. Das Speed-Training war genau richtig, auch wenn es eiskalt war.“, erzählt Stephan Görgl. Eiskalt heißt: minus 39 Grad. Im Video, das Stephan Görgl auf seiner Facebook-Seite ([www.facebook.com/stephan.goergl](http://www.facebook.com/stephan.goergl)) gepostet hat, ist die Kälte „nachfühlbar“ ...*

Beim Training in Nakiska war Stephan Görgl auf sich selbst gestellt und doch nicht allein: Während seine Teamkollegen bereits in Lake Louise waren, bereitete sich Stephan Görgl gemeinsam mit den französischen Speed-Damen Ingrid Jacquemod und Marie Marchand-Arvier auf seinen ersten Speed-Bewerb in der WM-Saison vor: „Ich fühle mich trotz extremer Kälte sehr wohl in Nakiska. Und reise erst heute Freitag nach Lake Louise weiter.“ Stephan Görgl sieht seinem Weltcup-Einsatz freudig-gelassen entgegen, gelassener als in früheren Jahren: „Die intensive mentale Arbeit mit mir selbst in der Vorbereitung legt sich jetzt in Lebensqualität um. Das Training hier in Nakiska war sehr gut. Das Skifahren macht mir enorm Spaß. Wenn diese Basis stimmt, ist alles möglich!“, beschreibt Stephan Görgl sein Grundgefühl.

## Facebook-Postings statt Super G-Training

Auch wenn, wie bis Mittwoch dieser Woche in Nakiska, witterungsbedingt (diesmal war es die Kälte) kein Training möglich ist – Stephan Görgl wird nie fad. „Ich hab eine Riesengaudi mit der Kommunikation via Facebook. Das hat’s früher nicht gegeben, die Qualität von längeren Auslandsaufenthalten aber wirklich grundlegend verändert. Ich beschränke die Zeit, die ich auf Facebook verbringe, weil ich auch sehr gern lese (derzeit: „Feuermönche“ von James Rollins) – ich poste aber gern meine News und schau, was es bei den anderen Neues gibt. Ist schon cool: Ich geh auf Facebook und seh da ein Video von Felix Gottwald bei minus 18 Grad in Kuusamo und denk mir: Wenn’s bei uns auch so warm wäre ...“

GÖRGL MEDIA MANAGEMENT

mensch & marke  
Kommunikation, die bewusst macht.

BÜRO WIEN: Kuefsteingasse 17-19, 2. OG, 1140 Wien  
T: +43 1 786 59 64, F: +43 1 786 59 64, M: [media@goergl.com](mailto:media@goergl.com), W: [www.goergl.com](http://www.goergl.com)

+++ „Das schönste Geschenk, das Spitzensport Menschen machen kann, ist Menschlichkeit.“ +++  
Stephan Görgl, Skirennläufer