



«Wir haben privilegierten Zugang zu den Infrastrukturen in Magglingen, um die Athletinnen und Athleten zu empfangen»: Ex-Downhill-Profi Camille Balanche in ihrem neuen beruflichen Umfeld. Bild: zvg/Emmanuelle Larfi

# Camille Balanche hilft nun anderen an die Spitze

Nach ihrem Rücktritt vom Profisport gründete Camille Balanche mit Emilie Siegenthaler «Beyond Gravity Coaching». Dabei setzen die beiden Seeländerinnen nicht nur auf die Karte Mountainbike.

**Bryan Camilotto**  
Übersetzung: Bernhard Rentsch

«Ich möchte meine Erfahrung weitergeben.» Camille Balanche, die sich im letzten Oktober aus dem Mountainbike-Weltcup-Zirkus zurückgezogen hat, verlässt die Welt des Leistungssports nicht. Die 35-jährige Downhill-Weltmeisterin aus Magglingen, die mit dem Gewinn aller wichtigen internationalen Titel Mountainbike-Geschichte geschrieben hat, widmet sich nun der Betreuung anderer Sportlerinnen und Sportler. Zusammen mit ihrer Partnerin Emilie Siegenthaler, ebenfalls ehemalige Spitzensportlerin aus Biel, gründete sie «Beyond Gravity Coaching».

Bei diesem neuen Kapitel wird das Duo von Nicolas Siegenthaler unterstützt, Trainer bei Swiss Olympic und Vater von Emilie. Ursprünglich hatte er ihnen vorgeschlagen, «Niloo Sport Consulting» zu übernehmen, das Hochleistungs-Coaching-Unternehmen, das er 2009 gemeinsam mit Leichtathletik-Trainer Louis Heyer gegründet hatte. «Aber wir konnten uns mit dem Namen nicht identifizieren», erklärt Camille Balanche. «Und wir wollten uns nicht nur auf Mountainbike konzentrieren.»

Obwohl die Idee schon lange gereift war, begannen die konkreten Schritte erst nach dem Ende der letzten Saison von Camille Balanche. Sie konnten auf ihrer Webseite eine eigene Identität schaffen und Gespräche mit verschiedenen potenziellen Partnern aufnehmen. «Sobald wir Kontakt aufgenommen hatten, zeigten sie sich schnell

## Für den mentalen Teil ist Emilie Siegenthaler zuständig.

interessiert an dem Projekt», freut sich die Wahl-Bielerin.

### Alles für alle

Was die körperliche Vorbereitung angeht, bieten die Gründerinnen monatliche oder jährliche Trainingspläne an, die auf alle Profile zugeschnitten sind: Amateure oder Profis, junge oder erfahrene Sportlerinnen und Sportler. «Wir haben privilegierten Zugang zu den Einrichtungen in Magglingen, um die Athletinnen und Athleten zu empfangen. Aber wir besuchen sie auch regelmässig zu Hause», erklärt Camille Balanche. Um die Fernarbeit zu unterstützen, haben die beiden Frauen auch einen YouTube-Kanal gestartet, auf dem sie die spezifischen Kräftigungsübungen bildlich erklären.

Für den mentalen Teil ist Emilie Siegenthaler zuständig. Sie hat einen Master-Abschluss in Psychologie und bildet sich in diesem Bereich weiter, indem sie ein Nachdiplomstudium in Sportpsychologie an der Universität Bern absolviert. Das Ziel ist klar: vielseitige Athletinnen und Athleten auszubilden, unabhängig von ihrer Disziplin.

Was die technische Perfektionierung betrifft, die sich ausschliesslich auf das Mountainbiken konzentriert, geben die beiden Spezialistinnen ihr Wissen in halbtägigen Einheiten weiter. Darüber hinaus sind für 2026 bereits vier Camps geplant: das erste in den italienischen Dolomiten und die drei folgenden in der Region Dents du Midi im Wallis. Zwei dieser Camps sind ausschliesslich Frauen vorbehalten. «Das

einzigste Kriterium ist ein Jahr Erfahrung mit dem Mountainbike», erklärt Camille Balanche. «Wir werden Gruppen bilden, die jedem Niveau entsprechen.»

### Ein idealer Übergang

Um eine gute Trainingsqualität zu gewährleisten, sind die Camps auf zwölf Personen begrenzt. Die Anmeldungen sind zwar noch nicht eröffnet, aber die ersten Rückmeldungen sind vielversprechend. «Wir haben gutes Feedback erhalten, aber wir werden abwarten, ob unsere Bemühungen Früchte tragen», sagt Camille Balanche vorsichtig.

Da die Weltmeisterin im Abfahrtslauf seit ihrem Rücktritt vom Sport nur wenige Monate Zeit hatte, hat sie sich noch nicht mit der Suche nach Athletinnen und Athleten befasst. «In fast allen Sportarten ist es mittlerweile zu spät, um jetzt noch mit der Vorbereitung zu beginnen», analysiert sie. Allerdings plant sie bereits, einige Eishockeyteams – ihre andere Lieblingssportart – für die Sommer Vorbereitung zu kontaktieren. Derzeit unterstützt sie Nicolas Siegenthaler bei der Betreuung eines Motocross-Fahrers.

Für Camille Balanche ist dieses Projekt mehr als nur ein Geschäft, es ist die perfekte Balance für den Start in ihr zweites Leben: «Ich möchte nicht zu viele Athletinnen und Athleten betreuen und meine Tage nur diesem Projekt widmen», sagt sie. «Aber es ermöglicht mir einen guten Übergang in einen anderen Bereich, indem ich mein Wissen weitergebe.»

## Anlässe

### Eishockey

My Hockey League Dübendorf - SC Lyss	Sa 17.15
U21 EHC Biel - Kloten	Mi 19.30

### Fussball

Testspiel FC Biel - Courtételle	Tissot Arena	Sa 14.00
------------------------------------	--------------	----------

### American Football

Super Bowl  
New England Patriots - Seattle Seahawks  
in Santa Clara bei San Francisco  
in der Nacht von Sonntag auf Montag  
0.30 Uhr Schweizer Zeit

Kino Apollo in Lyss ab 19 Uhr  
Amag Lounge in der Tissot Arena ab 21 Uhr  
Kufa in Lyss ab 22.30 Uhr  
Zu Hause auf dem Sofa ab 23.15 Uhr (RTL)

### Rollhockey

NLB White Sox - Diessbach	Sa 15.30
------------------------------	----------

### Handball

1. Liga Gruppe 3 HS Biel Bienne - Oberaargau	Sa 17.00
PSG Lyss - Solothurn	Sa 17.00

### Basketball

1. Liga Ostgruppe GC U23 - Rapid Biel Basket	Sa 17.30
--	----------

### Volleyball

1. Liga Frauen, Gruppe A Volley Esports Biel - Servette Star-Onex	Sa 13.00
Gruppe B Grenchen - Langenthal	Fr 20.00

Männer, Gruppe A CAP Volley - Bienne Volleyboys	Sa 18.00
Gruppe B Nidau Volley - Thun	Sa 16.00
Volero Aarberg - Porrentruy	So 16.00

### Tennis

Davis Cup Schweiz - Tunesien Weltgruppe 1, Playoffs Swiss Tennis Arena in Biel	Fr ab 13.30 und Sa ab 13.00
---	-----------------------------

### Leichtathletik

Schweizer Hallenmeisterschaft im Mehrkampf Organisiert von LA Bern Halle «End der Welt» in Magglingen	Fr und Sa
---	-----------

### Strassenhockey

National League Gals - Grenchen-Limpachtal	Sa 15.00
---	----------

Challenge League Bonstetten-W. - Grenchen-Limpachtal in Zug	So 14.00
Grenchen-Limpachtal - Oberwil Rebells in Zug	So 17.00

### Unihockey

2. Liga Grossfeld Fribourg - Schüpfen-Busswil Emme - Biel-Seeland	Sa 20.00 Sa 20.00
--	----------------------

1. Liga Kleinfeld Oekingen - Kappelen in Hägendorf	So 13.35
Nuglar United - Kappelen in Hägendorf	So 16.20