PORTRÄT / PORTRAIT

Der Zauberer Nicolas Siegenthaler L'enchanteur

Er ist der Trainer des besten Mountainbikers aller Zeiten und ein Mann, der sein Leben lang die geheimen Regungen des Willens beobachtet hat.

VON THIERRY LUTERBACHER

Wer kann das übertreffen? Zehn Weltmeistertitel im Cross-Country, drei Medaillen bei den Olympischen Spielen, darunter eine Goldmedaille bei den Spielen in Rio 2016, und vieles mehr. Die beeindruckende Erfolgsbilanz von Nino Schurter, trainiert vom Bieler Nicolas Siegenthaler. Leistungen, die ihm zweifellos den Titel «Trainer des Jahres» bei den Sports Awards hätten einbringen müssen. Aber nein! Der viermal nominierte persönliche Trainer des mehrfachen Mountainbike-Champions ging jedes Mal leer aus.

Übergangen. Als Gipfel der Verachtung hat ihn die Mountainbike-Nationalmannschaft jedes Mal bei den Olympischen Spielen im Stich gelassen, aus Gründen, die niemandem klar sind. Er hat nie eine offizielle Einladung zu den Spielen erhalten, als Trainer von Nino Schurter, dem besten Mountainbike-Fahrer aller Zeiten, der gerade seine sportliche Karriere beendet hat. «Ich finde das völlig unfair. Wenn deine Arbeit drei Medaillen einbringt, darunter eine Goldmedaille bei drei Olympischen Spielen, kann ich wohl sagen, dass ich meine Arbeit gut gemacht habe.» Diese unverständliche Ablehnung durch die nationalen Behörden hinterlässt eine Narbe im Herzen von Siegenthaler. Anerkennung fand er jedoch bei der Zeitung Biel Bienne, die ihm 2016 den Preis für sportliche Verdienste verlieh, sowie beim Swiss Olympic Coach Award (2011-2012).

A propos Herz. Es ist riesengross – ein Herz voller Emotionen und Sensibilität. Wer gehört hat, wie Nino Schurters Trainer die Leistung des Goldmedaillengewinners bei den Olympischen Spielen 2016 in Rio kommentierte, kann verstehen, wie sehr Siegenthaler bei jedem Tritt seines Schützlings mitfiebert.

Er wurde im März 1958 geboren, war Weltmeister im Langlauf, zweifacher Gewinner des Mountainbike-Rennens Verbier-Grimentz und seit 45 Jahren Lehrer. In Magglingen absolvierte er eine Ausbildung zum professionellen Trainer. Heute wird er in seinem Unternehmen «Niloo Sports Consulting» von seiner Tochter Émilie unterstützt, einer ausgebildeten Psychologin und ehemaligen Mountainbike-Weltcup-Abfahrerin. «Wir bilden Athleten aus, die widerstandsfähig sind.»

Geduld des Geistes. Siegenthaler hat etwas von einem Handwerker, einem Pädagogen und einem Zauberer. Sein Blick ist der eines Mannes, der sein Leben damit verbracht hat, die geheimen Regungen des Willens zu beobachten. «Es ist nicht meine Aufgabe, hart mit dem Athleten zu sein, sondern es ist seine Aufgabe, den Willen zu haben, hart mit sich selbst zu sein. Wenn er diese innere Motivation nicht hat, hat er keine Chance. Bei einem Mountainbike-Rennen fährst du los, du hast Schmerzen ... und du hast Schmerzen bis zum Schluss. Man muss lernen, sich das Leiden eigen zu machen.»

In Magglingen lernte er, Sportwissenschaft und Instinkt miteinander in Einklang zu bringen. Seine Arbeiten und Schriften sind zu Referenzwerken geworden. Sie beschreiben eine Methode, die präzise Bewegungen und geduldigen Geist verbindet. «Sport ist ein stiller Dialog zwischen zwei Willen. Ein Dialog zwischen dem Cortex und dem Reptiliengehirn.»

Swiss Army Knife. Er spricht von «Fabrikation», einer Alchemie aus Intuition, Vertrauen und geteilten Zweifeln. «Fabrikation bedeutet Formen: an Selbstwertgefühl, Energie, Explosivität, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Muskelkraft arbeiten.» Bei Nino Schurter hat sich diese Allianz in einer in der modernen Sportwelt seltenen Treue niedergeschlagen. In Magglingen nennt man Nino «Swiss Army Knife», weil er alles kann. Er ist nicht in allen Tests Erster, aber immer unter den ersten Zwei oder Drei.

Über sich selbst hinauswachsen. Siegenthaler vermittelt mehr als nur eine Technik, er vermittelt eine Lebensphilosophie, in der Leistung eine Form des Übersich-selbst-Hinauswachsens ist. An sich glauben, so wie man an den Sonnenaufgang glaubt.

Nicolas Siegenthaler verbindet Bewegung mit Philosophie.

Plus qu'une technique, Nicolas Siegenthaler transmet une philosophie de vie.

PHOTO: JOEL SCHWEIZER

Au-delà de l'entraîneur du meilleur vététiste de tous les temps, son regard est celui d'un homme qui a passé sa vie à observer le mouvement secret de la volonté.

PAR THIERRY LUTERBACHER

Qui fait mieux? Dix titres de champion du monde de cross-country, trois médailles aux Jeux olympiques, dont une en or aux Jeux de Rio en 2016, et j'en passe… Le palmarès fulgurant de Nino Schurter, entraîné par le Biennois Nicolas Siegenthaler. Des exploits qui, à n'en pas douter, auraient dû lui valoir le titre d'entraîneur de l'année aux Sports Awards. Que nenni! Nominé à quatre reprises, le coach personnel du multiple champion de VTT a fait à chaque fois chou blanc.

Discrimination. Comble du mépris, l'équipe nationale de VTT l'a laissé en rade à chaque fois lors des Jeux olympiques, au nom d'on ne sait quelle discrimination. Il n'a jamais disposé d'une invitation officielle pour y participer en tant qu'entraîneur de Nino Schurter, le meilleur coureur de VTT de tous les temps, qui vient de prendre sa retraite sportive.

«Je trouve cela complètement injuste. Quand ton travail ramène trois médailles dont une d'or en trois olympiades, je pense pouvoir dire que j'ai fait mon boulot correctement.» Ce rejet incompréhensible des instances nationales laisse une cicatrice indélébile au cœur de Nicolas Siegenthaler. La reconnaissance lui est toutefois venue de notre journal, qui lui a décerné le Prix du mérite sportif 2016, ainsi que du Swiss Olympic Coach Award (2011-2012).

Côté cœur. Le sien est gros comme ça… Un cœur qui déborde d'émotion et de sensibilité. Qui n'a pas entendu l'entraîneur de Nino Schurter, commenter l'exploit du médaillé d'or aux Jeux olympiques de Rio 2016 ne peut pas comprendre à quel point Nicolas Siegenthaler ressent chaque coup de pédale de son poulain.

Né en mars 1958, ancien champion du monde senior de ski de fond, double vainqueur de la course VTT Verbier-Grimentz, enseignant pendant quarante-cinq ans, Nicolas Siegenthaler a suivi une formation d'entraîneur professionnel à Macolin. Il est aujourd'hui secondé dans son entreprise «Niloo Sports Consulting» par sa fille Émilie, psychologue de formation et ancienne coureuse de descente VTT en Coupe du monde. «Nous construisons des athlètes capables de résister.»

Patience de l'esprit. Il y a chez Nicolas Siegenthaler quelque chose de l'artisan, du pédagogue et de l'enchanteur. Son regard est celui d'un homme qui a passé sa vie à observer le mouvement secret de la volonté.

«Ce n'est pas à moi d'être dur avec l'athlète, c'est à lui d'avoir la volonté d'être dur avec lui-même. S'il n'a pas cette motivation intrinsèque, il n'a aucune chance. En compétition de VTT, tu pars, tu as mal… et tu as mal jusqu'au bout. Il faut apprendre à s'approprier la souffrance.»

À Macolin, il a appris à faire dialoguer la science du sport et l'instinct. Ses travaux et ses écrits, devenus des références, dessinent une méthode alliant précision du geste et patience de l'esprit. «Le sport, c'est une conversation silencieuse entre deux volontés. Un dialogue entre le cortex et le cerveau reptilien.»

Swiss Army Knife. Il parle de «fabrication», une alchimie d'intuition, de confiance et de doutes partagés. «Fabriquer, c'est façonner: travailler sur l'estime, l'énergie, l'explosivité, l'endurance, la mobilité articulaire, la coordination et la résistance musculaire.»

Avec Nino Schurter, cette alliance s'est traduite par une fidélité rare dans le monde du sport moderne. «À Macolin, on surnomme Nino, 'Swiss Army Knife', parce qu'il sait tout faire. Il n'est pas premier dans tous les tests, mais partout dans les deux trois premiers.»

Dépassement de soi. Plus qu'une technique, Nicolas Siegenthaler transmet une philosophie de vie dans laquelle la performance n'est qu'une forme du dépassement de soi. Croire en soi, comme on croit au lever du jour.

HAPPY BIRTHDAY TO YOU

Claude Fössinger, Kaufmann, Orpund, wird am Mittwoch 80-jährig; «Wir werden meinen Geburtstag auf einem Kreuzfahrtschiff in der Karibik feiern.»; commerçant, Orpond, aura 80 ans mercredi. «Nous allons fêter mon anniversaire sur un bateau de croisière dans les Caraïbes.»

Charles Bonadei, Volkswirt, Biel, wird am Donnerstag 77-jährig; économiste, Bienne, aura 77 ans jeudi.

Daniel Aeberhard, Treuhänder, Lyss, wird am Samstag 67-jährig; fiduciaire, Lyss, aura 67 ans samedi.

Henri Mollet, Architekt, Biel, wird kommenden Dienstag 86-jährig; architecte, Bienne, aura 86 ans mardi prochain.

PEOPLE

PHOTO: JOEL SCHWEIZER

Sofia Lisa Steiner lächelt zufrieden, als sie aus der Schule für Gestaltung und Kunst in Biel heraustritt. Die 14-Jährige hat anlässlich der Berufswahlwoche 2025 einen Grafiker Workshop besucht. Die Berufswahlwoche richtet sich an Jugendliche ab der 8. Klasse und bietet ihnen die Möglichkeit, verschiedene Berufsfelder kennenzulernen, als Zwischenschritt von Berufsbörsen und späteren Schnupperlehren. Pro Jahr nehmen jeweils rund 700 Jugendliche in Dutzenden Workshops teil. «Letztes Jahr habe ich einen Workshop als Köchin besucht. Ich koche gerne, aber der Workshop der Grafikerin hat mir besser gefallen», erklärt sie. Derzeit besucht sie das Collège du Châtelet in der 8. Klasse, die spezifisch auf das Gymnasium vorbereitet. Wie es nächstes Jahr weitergeht, weiss die junge Romande noch nicht. «Entweder die Schule fortsetzen oder eine Ausbildung machen. Ich überlege noch.» Der Workshop hinterliess einen positiven Eindruck und überzeugte sie: «Ich konnte ein Logo aus meinen Initialen gestalten. Daraus durfte ich dann ein Stempel herstellen, den ich nachhause nehmen kann.» LC

Sofia Lisa Steiner sourit avec satisfaction en sortant de l'École d'Arts Visuels de Bienne. À 14 ans, elle a participé à un atelier de graphisme organisé dans le cadre de la Semaine du choix professionnel 2025. Celle-ci s'adresse aux jeunes dès la 8e année et leur offre la possibilité de découvrir différents domaines professionnels, constituant ainsi une étape intermédiaire entre les salons des métiers et les stages à venir. Chaque année, environ 700 jeunes participent à des dizaines d'ateliers. «L'année dernière, j'ai suivi un atelier de cuisine. J'aime cuisiner, mais l'atelier de graphisme m'a davantage plu», explique-t-elle. Actuellement, elle fréquente le Collège du Châtelet en 8e année, une classe spécifiquement préparatoire au gymnase. Elle ne sait pas encore ce qu'elle fera l'année prochaine: «Continuer l'école ou commencer une formation ? J'y réfléchis encore», confie Sofia Lisa Steiner. L'atelier lui a laissé une impression positive et l'a convaincue: «J'ai pu créer un logo à partir de mes initiales. Ensuite, j'ai fabriqué un tampon avec ce logo, que j'ai pu ramener à la maison». LC

PHOTO: JOEL SCHWEIZER

Luan Sanktjohanser, 14, interessiert sich für Strom und Technik. «Deshalb habe ich mich für die Workshops Elektroinstallateur sowie Montageelektriker entschieden», so der Sekundarschüler aus Pieterlen. Er ist einer von rund 730 Schülerinnnen und Schülern die sich für die Berufswahlwoche angemeldet haben. Diese wird von der Wirtschaftskammer Biel Seeland (WIBS) sowie den Berufsberatungs- und Informationszentren des Kantons Bern (BIZ) organisiert und bietet einen Einblick in diverse Berufsfelder. Praktisch für Luan: «Keine Bewerbungen schreiben oder Anfragen verschicken, sondern sich mit einem Mausklick online an einem Workshop anmelden.» So konnte er an einem Nachmittag ein Verlängerungskabel zusammenschrauben und eine Schaltung montieren. Kurz darauf konnte er eine elektronische Sanduhr zusammenlöten. «Diese leuchtet sogar im Dunkeln», berichtet Luan begeistert. Für ihn hat sich die Berufswahlwoche gelohnt: «Meine Interessen haben sich bestätigt. In zwei Wochen werde ich eine Schnupperlehre als Elektriker machen.» LC

Luan Sanktjohanser, 14 ans, s'intéresse à l'électricité et à la technique. «C'est pourquoi j'ai choisi les ateliers d'installateur-électricien et de monteur-électricien», explique cet élève du secondaire de Pieterlen (Perles). Il fait partie des quelque 730 élèves qui se sont inscrits à la semaine du choix professionnel. Celle-ci est organisée par la Chambre économique de Bienne-Seeland (WIBS) ainsi que par les centres d'information et d'orientation professionnelle du canton de Berne (BIZ). Elle offre un aperçu de divers domaines professionnels. Luan a beaucoup apprécié: «Pas besoin d'écrire de candidatures ni d'envoyer de demandes – il suffit de s'inscrire à un atelier en ligne d'un simple clic». Ainsi, il a pu assembler une rallonge électrique et monter un circuit. Peu après, il a soudé un sablier électronique. «Il s'allume même dans le noir», s'enthousiasme Luan. Pour lui, cette semaine du choix professionnel en valait la peine: «Mes centres d'intérêt se sont confirmés. Dans deux semaines, je ferai un stage pratique comme électricien». LC

...SMS...

Die **Leihbar Biel** veranstaltet diesen Samstag von 10 bis 12.30 Uhr einen Tag der offenen Tür. Es gibt zwei Workshops zum Thema nachhaltiger Konsum. Freiwillige beantworten Fragen zu neuen Geräten. In der Leihbar kann man viele Dinge für Haushalt, Handwerk, Freizeit bis 15 Tage lang ausleihen. Ein Jahresabo für eine Einzelperson kostet 50 Franken. Die Leihbar befindet sich im QuartierInfo Zentrum in Biel (1. Stock). Öffnungszeiten: Donnerstag, 17 bis 19 Uhr und Samstag, 10 bis 12 Uhr. **Christa Jost** von der Leihbar sagt: «Wir suchen weitere Freiwillige, damit wir die Leihbar noch häufiger öffnen können.»

Le **Bar à Objets** de Bienne organise une journée portes ouvertes ce samedi de 10 h à 12 h 30 Il propose deux ateliers sur la consommation durable, l'un sur l'économie circulaire et l'autre sur le thème du partage. Le Leihbar permet d'emprunter de nombreux objets pour la maison, le bricolage ou les loisirs, cela durant 15 jours. Il est à la recherche de nouveaux bénévoles. «Nous aimerions ouvrir notre local plus souvent», déclare l'une des collaboratrices, **Christa Jost**. Le local du Leihbar se trouve au premier étage de l'InfoQuartier à la rue de l'Union 11 à Bienne.