



Stars in der Schmiede

Packen Arno und Svenja ihre Schulsachen, gehören Unihockeystock und Torhütermaske dazu. Die Unihockey-Nachwuchstalente der Sportschule Rapperswil-Jona sind das tägliche Training gewohnt. Doch Talent und Einsatzwille sind nur zwei Komponenten auf dem Weg nach oben. Die Förderung umfasst weit mehr. Mit der Umsetzung der neuen Philosophie «Swiss Way» wollen die drei jungen Trainer den entscheidenden Vorsprung erreichen. Das Ziel ist klar: Die Ausbildung der Stars von morgen.

Es ist Montag kurz vor zehn Uhr. Die Glocke im Schulhaus Bollwies in Jona ertönt. Die Oberstufenschüler packen ihr Schulmaterial, den Znüni und die Trainingstasche für die nächste Unterrichtsstunde – Unihockey. Was für viele Schülerinnen und Schüler verlockend tönt, ist für die 24 Unihockeytalente der Sportschule Realität. Seit 2014 bietet die Sportschule Rapperswil-Jona die Möglichkeit, Leistungssport und Schule in der Oberstufe zu vereinen. Ein Jahr später wurde Unihockey ins Programm aufgenommen. Das Interesse an den begehrten

Ausbildungsplätzen stieg seither stark an. Auch die Sportschule stösst damit an Kapazitätsgrenzen. Das forderte mehr Schulräume, neue Klassen und zusätzliche Lehrpersonen. Das Angebot wird deshalb rollend auf zwei Klassen pro Jahrgang ausgebaut. David Beglinger, Sportkoordinator der Sportschule Rapperswil-Jona, sieht es so: «Die Entwicklung geht rasant voran, wir sind aber sehr zufrieden und freuen uns über den Erfolg.» Zurecht freut sich David Beglinger, denn die Schule erhielt bereits die Anerkennung als «Swiss Olympic Partner School». Eine Bestätigung für das Erfolgsmodell in einer

sportverrückten Stadt Rapperswil-Jona.

RUGBY NACH DEM MORGENESSEN

Die zusätzlichen Trainingszeiten der Sportschüler sind im Stundenplan fix integriert. Nebst den drei Unihockey-Blöcken sind koordinatives Training, Mentalcoaching und Athletenschulung Teil der Ausbildung. Am Donnerstag beginnt das Unihockey-Training jeweils bereits um halb acht Uhr. Da kann es also vorkommen, dass die Sportschüler nach dem



Clemens Strub



Kaspar Gassmann



Philippe Zehnder

Morgenessen Laufschnle oder Aufwärmspiele wie Handball, Rugby oder Basketball machen. «Das machen wir ganz bewusst, damit der Kreislauf in Gang kommt», meinen die Trainer. Die zusätzlichen Trainings sind nur ein Vorteil der Sportschnle. Genauso wichtig ist die bewusstere Regeneration. Dazu gehört auch die für Sportler angepasste, ausgewogene Ernährung. Der Mittagstisch an der Schnle bietet eine ausreichende Hauptmahlzeit. Die Sportler werden zudem sensibilisiert, was sie als Zwischenmahlzeit zu sich nehmen können oder welche Getränke wann gut sind.

TRAINER-TRIO MIT ERFAHRUNG

Mit dem starken Zuwachs an Sportschnlern sind die Anforderungen an die Trainingsleitung und die Organisation gewachsen. Die ersten zwei Jahre war Mischa Stillhart Leiter der Sportschnle. Er übergab das Amt auf dieses Schuljahr an den bisherigen Trainer Clemens Strub. Dieser gibt weiterhin Trainings, hat jedoch starke Unterstützung erhalten. «Es ist der gewünschte Optimalfall», stellt Strub klar. Mit Optimalfall meint er die beiden Trainer Kaspar Gassmann und Philippe Zehnder. Letzterer war

massgeblich am konzeptuellen Aufbau der Sportschnle Unihockey beteiligt. Als Auswahltrainer der U15 Zentral und Headcoach der U16 bei den Jona-Uznach Flames weiss er bestens, was auf dieser Stufe gefordert wird. Kaspar Gassmann hat für die Anstellung an der Sportschnle sein berufliches Pensum reduziert. Nur so findet er als Assistent der NLA bei Uster und Auswahltrainer der U15 vom UVSGA (Unihockeyverband St. Gallen, Glarus und beide Appenzell) noch genügend Zeit. Clemens Strub selber freut sich als Assistent der U19-Damen Nationalmannschaft, im nächsten Jahr die Heim-WM in





St. Gallen bestreiten zu können. Trotz den jungen Jahren haben die drei bereits die Berufstrainer-Ausbildung durchlaufen, sind in den Auswahlen tätig und arbeiten Teilzeit als Trainer.

VORREITER MIT DEM SWISS WAY

Der Verband swiss unihockey hat im Jahr 2017 die neue Spiel- und Ausbildungsphilosophie Swiss Way lanciert. Auswahlteams werden damit einheitlich ausgebildet und entsprechend neuen Kriterien bewertet. Die Sportschule Unihockey hat in der Folge ihren Ausbildungsplan auf den Swiss Way ausgerichtet. Für einen Sportschüler bedeutet dies einen einfacheren Transfer des Gelernten in das Regionalkader. Aus Sicht von Gassmann ein klarer Vorteil für die Auswahlspieler: «In der U15 müssen sie es sowieso lernen, damit werden sie bereits einen Vorsprung haben.» Verdeutlicht wird mit dem neuen Ausbildungskonzept auch der Anspruch an die eigene Arbeit: «Wir wollen die Spieler

für die Vereine, aber auch für die Auswahlen ausbilden», spricht Zehnder die Ambitionen an. Tatsächlich scheint es zu gelingen, die Talente gut auf die Auswahlen vorzubereiten. Im letzten Schuljahr waren knapp zwei Drittel der Unihockey-Sportschüler auch Auswahlspieler. Neu wird bereits eine U13-Auswahl des Kantonalverbands trainiert. Dort sollen die kommenden Talente für die Sportschule früher gesichtet werden. Diese jungen Auswahlstufen sollen die nötigen Zwischenschritte sein auf dem Weg – dem Swiss Way – an die Spitze.

EINE CHANCE FÜRS LEBEN?

Im Leistungssport stellt sich oft die Frage, wie sich die vermehrte Trainingszeit auf die schulische Leistung und die Chancen im Beruf auswirkt. Studien zeigen klar auf, dass der Sport eine positive Auswirkung auf das Lernen allgemein und die schulischen Noten hat. Für die Berufschancen ist es differenzierter zu sehen. Die bessere Lernfähigkeit, die

physische Leistungsfähigkeit und die Erfahrungen aus dem Sport sind gute Gründe für Lehrbetriebe, Sportschüler zu bevorzugen. Hingegen werden die Abwesenheiten wegen Trainings oder Spielen eher problematisch gesehen. Als Unihockeytalent wird die Arbeitszeit nur selten beeinträchtigt: Die Trainings finden am Abend und die Spiele am Wochenende statt. Trotzdem ist es für Sportschüler auf Lehrstellensuche wichtig, offen über ihre Sportkarriere zu sprechen. Denn in der Nationalliga A oder in Nationalteams gibt es mehr Termine, welche mit dem Beruf vereinbart werden sollen.

Die Sportschule Rapperswil-Jona durfte in diesem Sommer Chiara Bertini, Valentin Schubiger und Jonas Federli ins Berufsleben verabschieden. Alle drei wählten einen handwerklichen Beruf und sind erfolgreich gestartet. Wenn sie denselben Fleiss und Ehrgeiz zeigen wie im Training, werden sie auch diese Ausbildung mit Bravour meistern ...