



# FOKUS AARGAUER SPORT

aarguersport.ch ist eine Zusammenarbeit von BKS/Sektion Sport, IG Sport Aargau, der AZ Medien und der Zofinger Tagblatt AG



Unter der Woche arbeitet Altina bei der Jowa AG in Gränichen – nebenbei steht sie für die FC Aarau Frauen auf dem Fussballfeld.



## NACHRICHTEN

### Mobiler Pumptrack - jetzt mieten!

Die Sektion Sport des Kantons Aargau und der Verein für Jugend und Freizeit Wohlen (VJF) stellen interessierten Gemeinden, Verbänden, Vereinen und gemeinnützigen Organisationen einen mobilen Pumptrack zur Miete zur Verfügung. Der mobile Pumptrack ist ein Rundkurs mit aufeinanderfolgenden Wellen und Steilwandkurven, welcher mit Bikes, BMX, Trotinetts, Skateboards, Kickboards, Inline-Skates und Kinderlaufrädern befahren werden kann. Durch dynamisches Be- und Entlasten (engl. pumpen) kann der Kurs abgefahren werden, ohne die Pedale zu benutzen. Das Befahren setzt keine besonderen Vorkenntnisse voraus und fördert die Geschicklichkeit, das Gleichgewicht sowie die Kraft und Ausdauer der Fahrerinnen und Fahrer. Dank seinem einfachen Baukastenprinzip lässt sich der Pumptrack in kurzer Zeit aufbauen und eignet sich besonders für den Einsatz auf Gemeinde- und Pausenplätzen. Interessiert?

Weitere Infos und Vermietung unter:

[www.ag.ch/sport-mobilerpump-track](http://www.ag.ch/sport-mobilerpump-track).



# Die doppelte Belastung

Junge Leistungssportler müssen viel leisten, um in der Ausbildung und im Sport erfolgreich zu sein.

Leandro De Mori (Text und Bild)

Es ist die Phase, in der junge Menschen langsam erwachsen werden. Sie entwickeln ihre Persönlichkeiten, nehmen ihre Rolle in der Gesellschaft wahr und machen erste Schritte zum selbstständigen Leben. In der Zeit als Teenager und angehende Lehrling hat man viel um die Ohren, kümmert sich um seinen Schulabschluss und muss gleichzeitig die nächsten Jahre des Lebens planen.

Die 17-jährige Altina Raqipi legt dem ganzen Druck noch eine Schippe drauf. Sie absolviert nicht nur eine Berufslehre als Logistikerin EFZ bei der Jowa AG in Gränichen, sie spielt ebenfalls noch Fussball für die FC Aarau Frauen und geht mehrmals in der Woche zum Training, sowie zu den Spielen an den Wochenenden.

Fussballbegeistert ist Altina schon ein Leben lang. Den Start in die Karriere machte sie beim FC Entfelden, nach sieben Jahren wurde sie von den FC Aarau Frauen angefragt, um in deren U-16 zu spielen. Dem FC Aarau treu geblieben spielt sie nun aktuell in der U-19. Und dafür ist eine Menge Training gefordert. Montags und Mittwochs arbeitet sie von 06.30 Uhr bis

um 16.00 Uhr, abends geht sie ins Fussballtraining. An den anderen Tagen trainiert sie am Morgen, geht nachmittags arbeiten und trainiert abends dann noch einmal. Beachtlich, wenn man bedenkt, dass Leistungssportler genau die gleiche Lehre wie ihre Mitschüler absolvieren müssen. «Es ist ziemlich stressig, die Schule, die Lehre und den Fussball unter einen Hut zu bringen», sagt Altina.

Für den Lehrbetrieb stellt die Lehre zusammen mit dem Leistungssport kein Problem dar. Altinas Ausbilder Mateus Sahdo äussert sich positiv: «Natürlich ist die ganze Lehre komprimierter, als wenn Altina die ganze Zeit hier wäre. Aber wir haben bereits gute Erfahrungen mit Leistungssportler gemacht.»

### Flexibilität und Sportinteresse ist von grossem Vorteil

Ein Lehrbetrieb, der einen Leistungssportler anstellt, muss sehr flexibel und vor allem auch sportbegeistert sein. Harald Gloor, Schulkoordinator für leistungssportfreundliche Lehrbetriebe, sieht dies auch so: «Im Leistungssport gibt es auch immer wieder kurzfristige Änderungen. Auf diese Situationen muss ein Lehrbetrieb vorbe-



Abzeichen von Swiss Olympic für leistungssportfreundliche Lehrbetriebe.

reitet sein.» Gloor sieht aber auch klare Vorteile mit einem Leistungssportler als Lehrling: «Leistungssportler sind meistens topmotiviert und gute Lehrlinge. Für die Lehrbetriebe selber gibt es eine Auszeichnung als leistungssportfreundlicher Lehrbetrieb von Swiss Olympic, dadurch werden sie immer wieder vom Verband eingeladen. Als Koordinationsstelle helfen wir, indem wir dem Lehrmeister schon vor Lehrbeginn möglichst viele Steine aus dem Weg räumen.»

Das heisst, dass Verträge und Stundenpläne angeschaut, sowie allfällige Fragen so früh wie möglich geklärt werden. «Am besten ist es, wenn sich ein angehende Lehrling etwa einhalb Jahre vor Lehrbeginn bei uns meldet, damit wir alles rechtzeitig abklären und eine gute Lehrstelle finden können», sagt Gloor. Die Koordinatoren werden auch oft als beratende Hil-

fe in Erwägung gezogen: «Oft hat ein 15-jähriges Sporttalent noch nicht den Mut, dem späteren Ausbilder zu sagen, dass es während der Lehre nicht so oft da sein wird, weil es Leistungssport betreibt. Hier kann ich zum Beispiel Kontakt mit dem Betrieb aufnehmen und diesen informieren.»

Die Hilfe und Unterstützung wird für die jungen Leistungssportler auf Lehrstellensuche, sowie die Lehrbetriebe also sichergestellt.

### Schulkoordinatoren Leistungssport

Kontakt für Eltern und Lehrbetriebe:

**Dorian Koller**, Kant. Koordinator für leistungssportfreundliche Lehrbetriebe: [dorian.koller@ag.ch](mailto:dorian.koller@ag.ch)

**Frank Kress**, Schulkoordinator KV: [f.kress@hkvaarau.ch](mailto:f.kress@hkvaarau.ch)

**Harald Gloor**, Schulkoordinator andere Berufe: [harald.gloor@bs-aarau.ch](mailto:harald.gloor@bs-aarau.ch)

Zusätzliche Informationen zur schulischen Organisation, sowie Lehrstellen für Leistungssportler finden sie unter [swissolympic.ch](http://swissolympic.ch) oder unter [ag.ch/lena](http://ag.ch/lena)

News aus der digitalen Welt von aarguersport.ch

## #aarguersport – deine Sportcommunity im Aargau



**@argoviapirates**  
Die Flag Football Junioren der Argovia Pirates hatten eine sichtlich harte und nasse Partie im Berner Oberland gegen die AFC Thun Tigers.



**@volley\_mutschellen**  
Die Spielerinnen und Spieler von Volley Mutschellen haben ein amüsantes Trainings-Wochenende zusammen verbracht.

**So kannst du mitmachen!**  
Egal ob Verband, Verein, Sportler/in oder Fan – wer auf Instagram den #aarguersport nutzt, dessen Beiträge erscheinen direkt im «Social Media Feed» auf aarguersport.ch. Auch auf Facebook können Beiträge mit @aarguersport markiert und so von aarguersport.ch übernommen werden.



**AEW**

**Emil Frey AG**  
Autocenter Safenwil

**HIRSLANDEN**  
KLINIK AARAU

**suva**

**valiant**

**GOEASY**  
SPORT & FREIZEIT ARENA

**igsportaargau**

**SWISSLOS**  
Sportfonds Aargau