

Von Leidenschaft und grossen Träumen

Ein Mountainbike-Geschwisterpaar, eine Volleyballerin und ein Ringer erzählen von ihrem sportlichen Weg.

Lea Marti

Es ist nass, kalt und bereits am Eindunkeln, als Lea und Jan Huber von ihrem täglichen Fahrtraining nach Hause kehren und es erst mal gilt, das Bike vom Schmutz und Dreck zu befreien. «Das sind Momente, wo das Biken nicht unsere Lieblingsbeschäftigung ist», sagen Lea und Jan Huber mit einem Lachen. Doch diese Momente dauern nur wenige Minuten. Denn sobald die Frage nach der Faszination für diese Sportart auftaucht, dann sprudeln die Worte nur so: «Beim Aufstieg gehen wir an unsere körperlichen Grenzen, es verlangt Kraft und Ausdauer. Die rasante Abfahrt ist dann die Belohnung für die harte Arbeit und braucht Technik, Geschick und Koordination. Bei den Rennen sind wir zwar als Einzelkämpfer unterwegs, aber im Team ist die Unterstützung dennoch spürbar. Wir fiebern mit und freuen uns für die guten Resultate der anderen.»

Ein Aufwand, der sich lohnt

Lea und Jan Huber, 15 und 16 Jahre alt, sind seit vier Jahren leistungssportmässig mit dem Mountainbike unterwegs. Davor war Lea im Geräteturnen aktiv, Jan spielte Fussball. «Wir begleiteten unseren Vater an seine Bikerennen und sind hobbymässig mitgefahren, bis es uns ebenso den Ärmel reingenommen hat.» Seither fahren sie auf Singletrials durch Wald und über Wiesen – mit grossem Erfolg. Beide sind sie im Nationalkader. Lea durfte im letzten Jahr gar den EM-Titel in der Kategorie U17 feiern. Für ihre Erfolge trainieren Lea und Jan fünf- bis sechsmal pro Woche auf dem Bike. «Jetzt im Winter sind es eher längere Fahrten. Damit legen wir die Basis für die nächste Saison», so Jan. Dazu kommt noch eine Trainingseinheit in der Halle in Kraft und Ausdauer. Dank flexiblen und bedürfnisgerechten Ausbildungsangeboten kann das Geschwisterpaar Sport und Ausbildung vereinen. Jan absolviert an der Berufsschule Aarau und bei der Schreinerei Weiss GmbH eine Sportlehre zum Schreiner, Lea besucht das Sportgymnasium Aarau. Die verlängerte Ausbildungszeit um ein Jahr gibt ihnen unter der Woche mehr «Freizeit» fürs Biken. Ebenso stark sportlich eingebunden ist Julia Künzler bei ihrer Leidenschaft, dem Hallenvolleyball. Den Weg dazu fand sie über ihre Nachbarin, die Volleyballtrainerin war und Julia zusammen mit ihren drei Schwestern ins Kindertraining mitnahm. Heute ist sie Spielerin beim «Nationalen Nachwuchsverein» des BTV Aarau: «Pro Woche absolviere ich fünf Balltrainings- und zwei Krafttrainingseinheiten.»



Aufwärmprogramm vor dem Ernstkampf: Julia Künzler smasht sich in Form.

Bild: zvg

«Sportlich sind meine Ziele klar: Das Profitum, ob in der Schweiz oder im Ausland.»

Julia Künzler
Volleyballerin beim BTV Aarau

ten.» Ohne Wettkämpfe sind das rund 14 Stunden, während der Saison bis zu 20 Stunden pro Woche in der Halle. «Ich liebe diese Sportart: Es braucht Taktik, Technik, Teamgeist, körperliche Fitness und mentale Stärke.» Zum Ausgleich mag es Julia kreativ und musisch. Sie spielt Geige. «Es bringt mich weg von den körperlichen Anstrengungen.» Körperlicher Einsatz ist auch bei Yanik Bucher gefragt: «Ich habe lange Zeit geschwungen und übte mich daneben noch, um schneller und beweglicher zu werden, im Ringen.» Vor zwei Jahren hat er dann die Prioritäten neu gesetzt:

«Im Schwingen gibt es keine Gewichtskategorien. Da ich vom Körperbau eher klein und leicht bin, hätte ich es da wohl nicht ganz an die Spitze geschafft.» Ringen fasziniert sehr, es sei eine Ursportart aus der Antike. Zudem könne man, im Gegensatz zum Schwingen, an internationalen Wettkämpfen und dereinst vielleicht einmal an den Olympischen Spielen teilnehmen. Und: «Es ist eine sehr facettenreiche Sportart. Man braucht Technik, Ausdauer, Koordination und Kraft.» Yanik Bucher ringt im griechisch-römischen Stil. «Im Gegensatz zum freien Stil, wo der Gegner am ganzen Körper angegriffen werden darf, sind beim griechisch-römischen Stil nur Griffe oberhalb der Gürtellinie erlaubt», erklärt der 17-jährige Athlet. Viermal pro Woche ist er «auf der Matte», zweimal pro Woche übt er sich zudem in Kraft und zweimal pro Woche beim Velofahren, Joggen oder Schwimmen in seiner Ausdauer. Das sportliche Mammutprogramm kann der KV-Lehrling dank der Talent School in Luzern bestens mit seiner Ausbildung vereinbaren: «An zwei Vormittagen habe ich frei und kann da trainieren.»

Grosse Träume, trotz schwieriger Zeiten

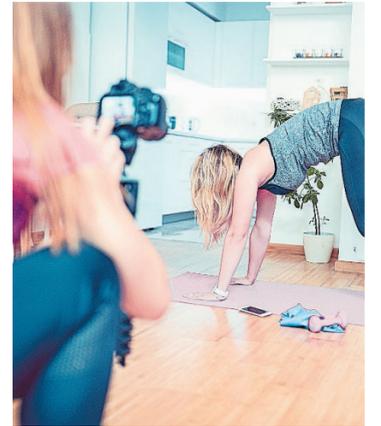
Mit Motivationsproblemen hatte Yanik Bucher in dieser, coronabedingt

schwierigen Saison, nicht zu kämpfen: «Beim Lockdown im Frühling dieses Jahres befand ich mich gerade in Rekonvaleszenz von einer Knieoperation. Da stand der Aufbau im Vordergrund.» Die Verletzung vollständig auskurieren liegt beim dreifachen Schweizermeister dann auch im Fokus, um vollständig genesen in neue Ring-Abenteuer stürzen zu können. 2021 steigt der 17-jährige Ringer in die Kategorie U21 auf, wo es erstmals gilt Erfahrungen zu sammeln. «In ferner Zukunft will ich an internationalen Wettkämpfen teilnehmen und da auch siegen», fügt er selbstbewusst an. Grosse Träume hegen auch Lea und Jan Huber: «Weltcup-Teilnahmen bei der Elite, an WMs und EMs mitmischen und einst bei Olympischen Spielen mitfahren, lauten die langfristigen Ziele.» Dafür sind die beiden während dem Lockdown auch nicht auf die faule Haut gelegen, sondern haben das kurzweilige Motivationstief rasch überwunden und sind gemeinsam mit ihrem Vater täglich aufs Bike gestiegen. Der Sport geniesst auch bei der 17-jährigen Volleyballerin und Sportgymnasium-Schülerin Julia in Zukunft Priorität: «Wie ich mich beruflich orientieren möchte, weiss ich noch nicht. Sportlich sind meine Ziele klar: das Profitum, ob in der Schweiz oder im Ausland.»

Nachrichten

Video-Challenge statt Kantonaler Nachwuchsanlass

Im November dieses Jahres fiel auch der Kantonale Nachwuchsanlass mit der Bekanntgabe des Newcomer des Jahres dem Coronavirus zum Opfer. Die Sektion Sport hat sich jedoch ein Ersatzprogramm ausgedacht und die 212 Nachwuchstalente aus dem Kanton Aargau, «Swiss Olympic Talent Card National»-Besitzer/-innen, zu einer Video-Challenge eingeladen. Die Talente wurden aufgefordert, ein witziges, kurzes, Corona-konformes Video über ihre Sportart zu drehen. Mit Kreativität und einer guten Portion Humor kann die Siegerprämie gewonnen werden! Eine Jury aus fünf Personen bewertet die Videos und erstellt eine Rangliste. Die 10 kreativsten Videos plus das Gewinnervideo können Ende nächster Woche auf www.ag.ch/sport und auf Social Media unter #aargauersport angesehen werden. Als kleines Dankeschön erhalten alle Teilnehmer/-innen ein Geschenk nach Hause geschickt.



Mit Kreativität und Humor gewinnen.

Bild: Getty

#aargauersport – deine Sportcommunity im Aargau

News aus der digitalen Welt von aargauersport.ch

Winterwunderland 1917 gegründet, ist der Velo-Moto-Club (VMC) Schupfart die Adresse für Musik- oder Sportevents. Dafür packen jung und «alt» an, arbeiten für dieselbe Sache und treiben zusammen Sport. Auch bei Kälte und Schnee.



Handballspass NLA-Torhüter Vit Schams und NLA-Topskorer Justin Larouche besuchten die Jüngsten des TV Endingen und hatten gemeinsam Spass. «Das will ich auch mal Können», so der Kommentar der kleinen Handball-Knöpfe.



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



aargauersport.ch

AEW

Emil Frey AG Autocenter Safenwil
emilfrey.ch/safenwil

HIRSLANDEN
KLINIK AARAU

valiant

GOEASY
SPORT & FREIZEIT
ARENA

igsportaargau

SWISSLOS
Sportfonds Aargau

aargauersport.ch ist eine Zusammenarbeit von BKS/Sektion Sport, IG Sport Aargau, CH Media AG und Zofinger Tagblatt Medien AG