

Weg frei für Peking

SKIAKROBATIK Die ersten beiden Wettkämpfe verliefen für Pirmin Werner komplett gegensätzlich. Doch das wichtigste Ziel hat er erreicht: Die Teilnahme an den Olympischen Spielen ist praktisch sichergestellt.

MANUEL SACKMANN

Besser hätte es kaum sein können: Gleich im ersten Weltcup-Wettkampf des Winters im finnischen Ruka sprang Skiakrobat Pirmin Werner letzte Woche aufs Podest. Einzig am letztjährigen Dominator Maxim Burov aus Russland kam er nicht vorbei. Doch schon am Folgetag die Ernüchterung: Dem Altemer missrieten die Sprünge, sowohl im Einzel- als auch im späteren Teamwettkampf hatte er Stürze zu beklagen. An eine gute Klassierung war so nicht zu denken.

Und doch: «Im Grossen und Ganzen bin ich sehr zufrieden», resümiert der bald 22-Jährige. «Am ersten Tag konnte ich meine Sprünge abliefern, und es zeigte sich einmal mehr, dass unser Team auf dem richtigen Weg ist.» Am zweiten Wettkampftag habe er dann aber mit Windproblemen zu kämpfen gehabt. «Als ich angefahren bin, erwischte mich eine Böe, und deshalb war ich über 1 km/h zu langsam.» In der Luft sei es nicht mehr möglich gewesen, dies zu richten. «Ich hatte zu wenig Rotation und musste schauen, dass ich irgendwie auf den Füßen landete.»

Gleich gegenteilig lief es im Teamwettkampf, in dem er zu schnell auf die Schanze zuraste und schliesslich zu viel Rotation hatte. Pirmin Werners Erklärung zeigt, dass der Grat in der Ski-



Pirmin Werner hat in diesem Winter Grosses vor. Das Saisonhighlight sind die Olympischen Spiele. Bild: pirmin-werner.ch

akrobatik äusserst schmal ist. Für einen gelungenen Sprung muss alles stimmen.

Schon heute Freitag und morgen Samstag stehen die nächsten Wettkämpfe auf dem Programm – erneut im etwa 25 Kilometer nördlich von Kuusamo gelegenen Ruka. Der Altemer will wieder in die Top-6 springen. «Man konnte beim letzten Wettkampf aber sehen, wie nah Sieg und Niederlage in unserem Sport beieinander liegen.»

Olympia-Limite erfüllt

Das wichtigste Zwischenziel hat Pirmin Werner mit seinem zweiten Platz von

letzter Woche aber bereits erreicht: Durch seine Leistung konnte er die A-Limite von Swiss Olympic erfüllen und hat sich damit die Qualifikation für die Olympischen Winterspiele praktisch gesichert. «Jetzt heisst es nur noch, in den Top-25 der Welt zu bleiben, damit wir einen Quotenplatz holen», sagt er. Eine Aufgabe, die er mit grosser Wahrscheinlichkeit meistern wird, gehört er doch zu den besten Athleten seines Fachs. Das weiss er auch selbst: «Eigentlich steht für Peking nichts mehr im Weg.»

Olympia ist natürlich das Highlight des Winters. Und der Weinländer nimmt sich einiges vor: «Ich will im Fi-

nal springen und wenn möglich meine neuen Sprünge präsentieren.» Und wer weiss, vielleicht liegt ja sogar eine Medaille drin?

Auf das Podest geschafft hatte er es im letzten Winter im Gesamtweltcup. Hinter dem russischen Überflieger Maxim Burov und seinem Schweizer Teamkollegen Noé Roth belegte Pirmin Werner den starken dritten Rang. Eine Leistung, die er gerne wiederholen würde. «Natürlich will ich im Gesamtweltcup wieder auf dem Podium stehen», gibt er sich angriffig. Am Wochenende kann er den nächsten Schritt dazu vollführen.

Basketball

BC Seuzach-Stammheim verliert knapp

Genau wie der BC Seuzach-Stammheim A spielt auch das zweite Herren-Team des Vereins in der 4. Liga. Die B-Mannschaft wurde allerdings nicht der Gruppe Ost, sondern der Gruppe Zentral zugeteilt. In dieser traf der BCSS am Dienstag auf die Opfikon Basket Old Stags, die bis dahin noch keinen Punkt hatten erringen können. Das änderte sich nun. Seuzach-Stammheim B verpasste es, den zweiten Saisonsieg einzufahren und verlor auswärts knapp mit 60:68. In der Tabelle fiel der BCSS damit hinter das nun punktgleiche Opfikon auf den siebten Rang zurück. Einzig die nach sechs Spielen noch punktelosen Rapperswil-Jona Lakers sind noch schlechter klassiert. (msa)

Fussball

FC Schaffhausen feiert Jubiläum mit Film

Der FC Schaffhausen gehört zu den ältesten Clubs des Schweizer Fussballs. Nur acht ältere Vereine bestehen heute noch. Anno 1896 als «Football-Club Victoria» gegründet, feiert der FCS noch bis Ende Dezember sein 125-jähriges Bestehen – unter anderem mit einem Jubiläumsfilm. Morgen Samstag wird «The Spirit of FC Schaffhausen – 125 Jahre» in der Wefox-Arena in Herblingen uraufgeführt. Die Premiere für geladene Gäste findet unmittelbar vor dem letzten Heimspiel des Jubiläumsjahrs statt. Im Anschluss ab 18 Uhr steht der FC Schaffhausen auf dem Platz im Einsatz. Der Sechste der Challenge League empfängt den achtplatzierten FC Stade Lausanne-Ouchy. (msa)

Sport aus eigenem Antrieb macht Jugendliche im Leben zufriedener

SPORT Sport wirkt bei Jugendlichen als Stresspuffer – aber nur, wenn sie ihn aus innerem Antrieb und mit Freude ausüben. Das berichten Basler Forschende im Fachmagazin «Psychology of Sport and Exercise».

Jugendliche sollten Sport treiben. Und zwar möglichst, weil sie selbst die Lust dazu verspüren. Denn Forschende aus Basel haben herausgefunden, dass sich die körperliche Betätigung positiv auf Heranwachsende auswirkt, als Stresspuffer dient und sie allgemein glücklicher macht. Der vermindert wahrgenommene Stress fördere die Lebenszufriedenheit, wie aus einer Studie mit dem klingenden Titel «No fun, no gain» (auf Deutsch etwa: Kein Spass, kein Gewinn) hervorgeht.

Das Basler Forschungsteam um Silvia Meyer liess 864 Jugendliche im Alter von 16 bis 25 Jahren über einen Zeitraum von zehn Monaten zweimal denselben Fragebogen ausfüllen. Dieser erfasste das Stressempfinden, die Lebenszufriedenheit, die körperliche Aktivität und das Niveau der intrinsischen, also der im tiefsten Inneren erzeugten Motivation.

Dreifache Wechselwirkung

Es zeigte sich, dass erhöhter Stress mit einer geringeren Lebenszufriedenheit einherging. Zudem beobachteten die



Jugendliche, die sich aus eigener Motivation sportlich betätigen, sind zufriedener. Zu diesem Schluss kommt eine Studie. Bild: Steven Abraham/unsplash.com

Forschenden um Silvia Meyer eine dreifache Wechselwirkung zwischen Stress, Sport und intrinsischer Motivation: Körperliche Aktivität hatte nur dann einen stresspuffernden Effekt – und wirkte sich demnach positiv auf die Lebenszufriedenheit aus –, wenn sie aus eigenem Antrieb erfolgte.

Mehr Selbstbestimmung bei der Auswahl der Sportart, Erfolgserlebnisse beim Sporttreiben sowie das Gefühl der sozialen Eingebundenheit könnten

gemäss der Psychologin Silvia Meyer der erste Schritt sein, um die intrinsische Motivation und das autonome Interesse der Jugendlichen an körperlichen Aktivitäten zu fördern. Denn anders als extrinsische, also von äusseren Reizen und Einflüssen hervorgerufene Motivation führe die intrinsische Motivation zu einer regelmässigen und insbesondere langfristigen Teilnahme an körperlichen Aktivitäten, teilte die Universität Basel mit. (sda)

Der HC Stammheim will zur Spitze aufschliessen

HANDBALL Mit dem HC Andelfingen, dem HC Stammheim und der SG Wyland 3 bestreiten drei Teams aus der Region am Wochenende ein Heimspiel. Die SG Wyland 2 muss derweil auswärts ran.

Fünf Siege feierte der HC Stammheim zuletzt in Folge. Einzig der Saisonauftakt gegen Amriswil ging verloren. Die Thurgauer sind denn auch das einzige Team, das in der Tabelle der 3. Liga vor den Weinländern klassiert ist. Der Spitzenreiter führt indes nur mit drei Punkten, obwohl er zwei Spiele mehr ausgetragen hat. Ein Sieg wird mit zwei Punkten bewertet. Die einfache Rechnung lautet also: Gewinn der HC Stammheim die beiden verbleibenden Partien der Hinrunde, rückt er auf Position eins vor.

Genau das ist das Ziel. Ein erster Schritt dazu könnte am kommenden Wochenende erfolgen. Der HCS spielt morgen Samstag ab 19.15 Uhr zu Hause. Die Aufgabe ist aber keine leichte. Zu Gast in der Sporthalle Stammheim ist die drittplatzierte Spielgemeinschaft der Vereine Pfader Neuhausen und KJS Schaffhausen. Amriswil, das die Hinrunde bereits beendet hat, steht nicht im Einsatz und kann seinen Drei-Punkte-Vorsprung somit nicht aktiv verteidigen.

Eine Stufe höher in der 2. Liga steht auch die zweite Mannschaft aus der Region im Einsatz. Der HC Andelfingen will nach zuletzt zwei Niederlagen wieder in die Siegesspur zurückfinden und

sich in der Tabelle wieder nach oben orientieren. Die beiden jüngsten Nuller haben das Team von Trainer Julius Marcinkevicius auf den siebten Platz (bei total zwölf Teams) zurückgeworfen.

Einfach umzusetzen ist dieser Plan im Heimspiel von morgen Samstag nicht, die Chancen stehen aber gut. Zu Gast in der Sporthalle Andelfingen ist der zehntplatzierte SC Frauenfeld, der bislang erst ein Spiel gewinnen und zwei Unentschieden erreichen konnte. Die Partie beginnt um 19.30 Uhr.

Doch noch ein Sieg zum Abschluss?

Ein Heimspiel steht auch bei den Frauen auf dem Programm. In Stammheim trifft die in der 3. Liga Gruppe 2 tätige SG Wyland 3 morgen Samstag um 17.30 Uhr auf die Damenauswahl des SC Frauenfeld. Die Weinländerinnen liegen abgeschlagen auf dem achten und letzten Tabellenrang und warten noch immer auf den ersten Punktgewinn. Das sechstplatzierte Frauenfeld konnte zuletzt zweimal in Folge gewinnen und befindet sich im Aufwind. Trotzdem wird die SGW 3 alles daran setzen, zum Abschluss der Herbstrunde doch noch Punkte einzufahren.

Nach einer gut einmonatigen spielfreien Zeit steht auch die SG Wyland 2 wieder einmal im Einsatz. Das Team, das auch in der 3. Liga, allerdings in der Gruppe 4, aktiv ist, trifft morgen Samstag auswärts auf die TV Unterstrass Rookies. Es ist das Duell zwischen dem dritt- und dem viertplatzierten Team. (msa)