

12 regionale Athleten im Förderausschuss von Basel ist Sport

Etwas mehr als zwei Jahre nach der Gründung der Sportförder-Stiftung "Basel ist Sport" durch den Panathlon-Club beider Basel erfreuen sich aktuell insgesamt 12 regionale Athletinnen und Athleten aus den verschiedensten Sportarten einer finanziellen Unterstützung. Zu den bestehenden acht Athleten kommen noch vier hinzu. Die Unterstützungsbeiträge sind neu auf CHF 5'000 festgelegt worden und werden nicht mehr den Sportarten entsprechend ausgeschüttet.

Weitere regionale Sportlerinnen und Sportler sowie Sportprojekte von Vereinen im nicht kommerziellen Bereich aus der Region stehen auf der Liste der potenziell Begünstigten. Die Stiftungsratsmitglieder werden nicht müde, die nötigen Mittel durch ihr grosses soziales Netzwerk zur Verfügung zu stellen und stets weiter auszubauen. Die Stiftung konzentriert sich auf die Ausrichtung von Unterstützungsbeiträgen zugunsten des nicht kommerziellen Nachwuchs- und Spitzensports. Damit Sportlerinnen und Sportler sowie Institutionen danach in den Genuss dieser Unterstützung kommen können, müssen sie die sportlichen Kriterien im Rahmen des festgelegten Beurteilungsprozesses erfüllen. Ein Fachgremium gibt anschliessend dem Stiftungsrat Empfehlungen ab.

Der Stiftungsrat setzt sich wie folgt zusammen: Urs Berger (Präsident), Günter Hulliger, Mathieu Jaus, Rolf Klarer, Stefan Musfeld und Gabriel Nigon.

In diesem Jahr werden folgende Athletinnen und Athleten von "Basel ist Sport" unterstützt: Christian Kirchmayr, Joel König (beide Badminton), Gregori Ott, Christopher Ullmann, Alex Wilson, Silvan Wicki (alle Leichtathletik), Sonja Häsler, Karin Suter-Erath (beide Rollstuhl-Badminton), Jill Vivian Reich (Schwimmen) Max Heinzer, Frederik Weber (Fechten) und Chamuel Zbinden (Orientierungslauf).

Christian Kirchmayr, 19.1.1994, Badminton

Christian Kirchmayr, der Therwiler Badminton-Vollprofi, ist Vize-Schweizer Meister der Elite des vergangenen Jahres und der zurzeit zweitbeste Spieler der Schweiz. Er fungiert als Captain des SC Uni Basel in der Nationalliga A und ist Mitglied des Schweizer Nationalkaders. Momentan ist der 23-jährige verletzungsbedingt in der Weltrangliste auf Platz 266 zurück gefallen.

Seit drei Monaten ist er am Rücken verletzt. Diese Verletzung ist die erste langandauernde in Christian Kirchmayrs Karriere, die vor zwölf Jahren begann. Und dabei waren seine Ziele für dieses Jahr hochgesteckt. Einerseits wollte er sich unter den weltbesten 200 Spielern klassieren und auch der nationale Titel hätte es werden sollen. Dieser Rückschlag ist zwar heftig gewesen, gestärkt kommt er aber auf den Platz zurück. Nachdem er die Schweizer Meisterschaften ausgelassen hat, hofft er auf sein nationales Comeback an den Swiss Open in Basel.

Er hat während der Verletzung fast die gesamte Trainingszeit in die Technik investiert. Sein sportliches Wochenpensum umfasst 25 Stunden. Das Training absolviert er in der Halle und im Fitnessstudio. Dazu kommt die Videoanalyse, aktive Regeneration und Mentaltraining. Christian Kirchmayr lebt unter der Woche in Bern und trainiert dort täglich im Stützpunkt der Nationalkaders.

Sein Palmares ist lang, die wichtigsten Karrierestationen in seiner Aktivzeit sind national der NLA Schweizer Meistertitel 2013, Bronze an den Schweizer Meisterschaften 2015 und der Vize Schweizer Meistertitel 2016. International stehen im Vordergrund die Viertelfinal-Teilnahmen am Lithuania Open in Irland ebenso wie am Slovak Open und dem Turkish International 2014, vierfacher Teilnehmer an den Swiss Open in Basel, 5. Rang an der Uni-WM in Cordoba und Teilnahme an der Team-EM (Elite) 2014, Teilnahme an der Team-WM (Elite) in China und der 17. Rang an der Universiade in Korea 2015.

Christian Kirchmayrs sportliche Ambitionen sind weiter hochgesteckt. Er strebt mindestens eine Klassierung in den Top 60 der Weltrangliste an. Dies ist auch Voraussetzung, will er sein grösstes Ziel, die Teilnahme an den Olympischen Spielen 2020 in Tokio erreichen. Mittelfristig will er unter die Top 100 der Welt und sich für die WM 2017/18 klassieren. In Europa ist die Top 16 das Ziel. Danach stehen das EM-Viertelfinale, die Top 40 der Welt und die Top 8 Europas im Zentrum.

Christian Kirchmayr schloss das Sportgymnasium in Liestal 2013 ab. Seither ist er Badminton-Profi und widmet sich dem Fach Jura im Fernstudium. Er hat in Magglingen als Sportsoldat die Spitzensport-RS im vergangenen Jahr abgeschlossen.

Christian Kirchmayr wird von der Stiftung „Basel ist Sport“ finanziell unterstützt. Diesen Beitrag nutzt er um im Ausland internationale Turniere zu spielen, einen Physiotherapeuten oder den Mentaltrainer zu bezahlen. Er ist sich bewusst „dass das wichtigste bei einem Trainingsumfeld die Qualität und Professionalität ist. Um international weit nach vorne zu kommen, muss ich nicht nur mehr sondern auch besser und professioneller arbeiten als die Konkurrenz.“ Seine Motivation ist in erster Linie die Liebe zum Sport. „Ich möchte wissen, was ich sportlich aus mir herausholen kann.“ Er möchte etwas aus seinem Talent machen und sportliche Ziele erreichen.

Joel König, 6.7.1995 - Badminton

Joel König gehört zu den besten Badmintonspielern der Schweiz. Nach der abgeschlossenen Matur, dem Sportpreis am Gymnasium Liestal, der Sportler-RS in Magglingen und mehreren Junioren- Schweizer Meistertiteln lancierte er 2014 seine Profikarriere in der Elite. Sein Ziel ist, sich in die europäische Top 10 im Einzel zu spielen und sich damit über internationale Turnier-Erfolge für Olympische Spiele zu qualifizieren. Sein Bestreben ist nicht national erfolgreich zu sein. Er arbeitet für internationale Schweizer Erfolge.

Der 21-jährige zielstrebige Oberbaselbieter aus Titterten lernte beim BC Bubendorf das Handwerk des Badmintonsports, und spielt seit drei Jahren erfolgreich für das Team Argovia Interclub in der Nationalliga A. Mit neun Meistertiteln bei den Junioren gehörte er zu den Erfolgreichsten der Schweiz. Die letzten Titel bei den Junioren 2014 freuten ihn besonders: Er ist erst der fünfte Spieler der Geschichte, der in der wichtigsten Juniorenkategorie (U19) das Triple – Einzel, Doppel, Mixed - gewann. Zudem war er als erster Junior dreimal in Folge im Doppel und im Mixed Schweizer Meister. Joel König darf sich insgesamt neunfacher Junioren Schweizer Meister nennen.

Als bester Schweizer Junior seiner Alterskategorie schaffte er es 2014 im U19 Europa-Ranking die Nummer 7 im Herrendoppel (mit Pierrick Deschenaux) zu werden. 2013 wurde er an den Junioren-Europameisterschaften in Ankara mit der Nationalmannschaft Achter im Nationenwettkampf. Seine grössten internationalen Erfolge holte er an offiziellen U19-Wettkämpfen 2012 bis 2014, wo er in Deutschland und Portugal zweimal Turniersieger wurde sowie dreimal Bronze holte in Spanien, Portugal und der Schweiz. Aktuell ist er die Nummer 3 im Herreneinzel der Schweizer Elite und wurde bereits für zwei Einsätze mit dem Elite-National- team selektioniert – unter anderen für die Mixed-Team-EM in diesem Jahr.

Joel König wohnt während der Woche in Bern, um im nationalen Leistungszentrum von Swiss Badminton trainieren zu können. Jeden Tag demonstriert er seine Trainingsdisziplin und seine Ambitionen, indem er bereits um 8 Uhr in der Halle mit den Nationaltrainern gezielt für den Erfolg arbeitet. Erst um 11:30 Uhr ist das Training beendet. Neben acht solchen Badminton-Einheiten über 3,5 Stunden gehören zusätzlich Athletik-, Schnelligkeits- und Laufarbeitstrainings in den Wochenplan. Mental-Training, taktische Videoanalyse und Büroarbeiten ergänzen das tägliche Programm. Neben den intensiven Trainingswochen reist er an 15 bis 20 internationale Wettkämpfe ins Ausland. Für seine sportlichen Ziele will er sich auf Weltniveau in der Schlag- und Lauftechnik, auf der Spielgeschwindigkeit der Topspieler sowie zum kompletten Einzelspieler entwickeln.

Um die Qualifikation für die Olympischen Spiele 2020 in Tokio – aber auch diejenigen von 2024 und 2028 - zu erreichen, ist dieser grosse Aufwand nötig. 2020 wäre er der erste Schweizer seit zwölf Jahren, der sich für die Spiele qualifiziert. Seine Karriereplanung ist langfristig angesetzt und er gibt das Commitment, den Spitzensport zu seinem Beruf zu machen. Die professionellen Strukturen stehen. Joel König hat sich diese mit Hilfe seines engsten Umfeldes in den letzten Jahren hart erarbeitet. Nun kann auch inhaltlich professionell gearbeitet werden. Damit er seinen sportlichen Weg fortführen kann, ist er auf finanzielle Unterstützung angewiesen. Hier springt die Stiftung "Basel ist Sport" ein.

Gregori Ott, 4. Mai 1994 – Leichtathletik

Gregori Ott ist die zurzeit grösste Hoffnung im Schweizer Kugelstossen und die klare Nummer Eins in seiner Sportart. Am 1. Februar 2015 hat der 20-jährige Leichtathlet vom LAS BSC Old Boys Basel mit 18,64 Metern den U23 Schweizer Rekord aufgestellt. Nach über 30 Jahren hat er damit Werner Günthör abgelöst. Seine Freiluft-Bestleistung liegt bei 18.29m. Mit acht Schweizer Rekorden in jeglichen Nachwuchskategorien und 16 Schweizer Meistertiteln in den Disziplinen Kugelstossen und Diskus hat Gregori Ott bereits in jungen Jahren sehr viel erreicht. Seinen jüngsten Meistertitel holte er Ende Februar in Magglingen an den Schweizer Hallen-Meisterschaften. Mit 17.49m liess er zwar die Konkurrenz weit hinter sich, war aber gemessen an seinem Potenzial mit der Weite nicht zufrieden. Immerhin bedeutet dieser Sieg sein viertes Indoor-Gold in Serie.

Nachdem er 2014 die Wirtschaftsmatur erfolgreich abgeschlossen hat, setzt er jetzt als Profi-Athlet auf den Sport. Seit 2013 gehört er dem Baselbieter Olympiateam an, ein Jahr später wurde er ins Swiss Start Future (Swiss Olympic Card Elite) Kader aufgenommen. Und seit 2015 ist er Angehöriger der Schweizer Armee, wo der Spitzensport gefördert wird.

Den ersten Hallenwettkampf 2016 gewann er mit 18.40m, womit er an seine Leistungen vom Vorjahr anknüpfte. An den Hallen-SM konnte er sich weiter steigern und gewann mit 18.61m und seiner zweitbesten Karriereleistung den dritten Indoor Titel bei den Aktiven. Diese Leistungen zeigen, dass die Marschroute stimmt. Sein grösstes Ziel ist die Teilnahme an den Olympischen Sommerspielen 2020 in Tokio.

Für sein ambitioniertes Vorhaben investiert Gregori Ott viel Zeit ins Training. Zur Optimierung und Vereinfachung seiner Drehstosstechnik reist er regelmässig nach Chemnitz zu seinem Technik-Coach Rolf Oesterreich. Stets an seiner Seite ist Ursula Jehle, die Schweizer Kugelstoss-Rekordhalterin. Sie überwacht beim BSC Old Boys die täglichen Trainings und die ideale Abstimmung von Kraft und Technik. Jean-Pierre Egger, der frühere Trainer von Werner Günthör und aktuelle Betreuer von mehrfach Olympiasiegerin Valerie Adams, unterstützt Gregori Ott bei der Kraftkoordination.

In seiner Karriere musste er schon früh lernen, mit Verletzungen, gesundheitlichen Problemen und Rückschlägen umzugehen. Durch das intensive Mentaltraining und die entsprechende Verarbeitung resultiert aus diesen Erfahrungen jedoch auch eine spezifische Stärke, die für die weitere Entwicklung fruchtbar gemacht werden kann. Mittelfristige Ziele gibt er die WM-Qualifikation in London in diesem Jahr an – nachdem er die Qualifikation zur Hallen-EM in Belgrad/Serbien trotz Sieg klar verpasst hat. 2018 will er sich für die EM in Berlin (Final) und 2019 die WM-Qualifikation in Doha an. Nach den Olympischen Spielen in Tokio will er sich auf die Olympischen Sommerspiele 2024 konzentrieren.

Dieser Erfolgskurs kann nur weiter geführt werden, wenn auch die erforderlichen finanziellen Mittel zur Verfügung stehen. Und hier unterstützt die Stiftung „Basel ist Sport“.

Christopher Ullmann, 21.8.1993 – Leichtathletik

Christopher Ullmann gehört mit seinen 23 Jahren bereits zu den besten nationalen Weitspringern. Der Leichtathlet von der LAS Old Boys Basel wurde im vergangenen Jahr mit 7.73 m in Genf Schweizer Meister. Sein Leistungsziel ist unter die besten fünf Weitspringer Europas sowie die besten zehn Weitspringer in der Welt zu kommen. Um dies zu erreichen sind Sprünge über 8.20m notwendig. Diese Weiten sind unter Berücksichtigung der Leistungsentwicklung und der Konstanz der letzten beiden Jahre durchaus im Bereich des Möglichen. Ende Februar dieses Jahres sicherte er sich in Magglingen mit 7.88 m seinen ersten Hallen-Meistertitel. Diese Weite bedeutet zwar seine persönliche Bestweite, es fehlen aber zwei Zentimeter für die Limite zur Hallen-Europameisterschaft.

Insgesamt sechs Schweizer Meister Titel holte er in den Junioren-Kategorien, bereits vier gewann er bei den Aktiven. Dieses Jahr sprang er am internationalen Hallenmeeting in Paris schon 7.74 m weit, und in Sindelfingen (Deutschland) gewann er die Weitsprungkonkurrenz in der Halle mit 7.82 m. Mit den aktuell gesprungenen 7.88 m in Magglingen hat er sich weiter kontinuierlich gesteigert.

Für das Erreichen der gesteckten Ziele (8 m und mehr) ist es unumgänglich mit intensiven Spezialtrainings die Schnelligkeit im Sprint zu verbessern. Im Winter absolvierte er vermehrt Krafttrainings, wobei sein Augenmerk verstärkt der Sprungkraft und Koordination galt. Auch während der RS geht sein Trainingsaufbau in Basel weiter. In der Saisonvorbereitung kommt er wöchentlich auf zehn bis zwölf Einheiten von je 120 bis 140 Minuten. In der Wettdampfsaison (Mai bis September) reduziert sich die Zahl der Trainingseinheiten auf sechs bis acht Einheiten pro Woche.

Während der Hallensaison liegt der Schwerpunkt klar auf den nationalen Hallen-Meisterschaften. Sein Ziel war die Qualifikation zur Hallen-EM und den Schweizer Hallenrekord von 8.01 m zu verbessern. Beides hat er nur verpasst. Höhepunkte während der Freiluftsaison sind die Teilnahmen an der Team EM im Juni in Finnland, die Schweizer Meisterschaften im Juli in Zürich mit der Verteidigung des Meistertitels sowie die WM im August. Für die Team EM und die WM muss er sich noch qualifizieren. Ein weiteres Ziel in diesem Jahr ist das gute Abschneiden bei den Jeux de la Francophonie und der Universiade – für beide Grossanlässe hat er die Limite zur Teilnahme erfüllt.

Die mittelfristige Planung ist auf die Periode 2018 bis 2019 ausgerichtet. Die gesteckten Ziele sind die Teilnahmen an der Hallen-WM in Birmingham, der Team-EM und EM in Berlin (alle 2018) sowie 2019 der WM in Doha. In der langfristigen Planung steht die Teilnahme 2020 an den Olympischen Sommerspielen in Tokio. Angestrebt wird neben der Teilnahme auch die Qualifikation für das Olympische Weitsprung-Finale und daraus resultierend ein Platz unter den besten acht Athleten. 2020 wird er 27 Jahre alt sein. Für einen Weitspringer statistisch gesehen das „beste Alter“ und ein Alter, in dem international gesehen die Weitspringer ihre besten Ergebnisse erzielen können.

Damit Christopher Ullmann seine sportlichen Ziele erreichen kann, braucht er finanzielle Unterstützung. Die Stiftung „Basel ist Sport“ unterstützt diesen Athleten finanziell.

Alex Wilson, 19.9.1999 – Leichtathletik

Alex Wilson gehört seit Jahren zur Schweizer Elite der Sprint-Raketen. Der gebürtige Jamaikaner und Bürger von Basel benötigte im Jahre 2011 für die 100-Meter-Distanz noch 10,41 Sekunden, heute hält er mit 10,11 Sekunden den Schweizer Rekord. Auch über die 200-Meter-Distanz ist der Athlet der LAS Old Boys Basel mit 20,37 Sekunden Rekordhalter. Ausserdem glänzte er mit mehreren herausragenden Rängen mit der 4x100m-Staffel an Europameisterschaften. Seit 2013 ist er die nationale Nummer 1 über 100 Meter, seit 2011 die Nummer 1 über 200 Meter.

Wilson erhielt 2010 die Schweizer Staatsbürgerschaft. 2011 übernahm er mit einer Zeit von 20,51 Sekunden den U23 Schweizer Rekord und qualifizierte sich damit für die Weltmeisterschaften. An den U23-Europameisterschaften erreichte er über 200 Meter den Final, an den Schweizer

Meisterschaften holte er den Titel über die gleiche Distanz. Bei den Europameisterschaften 2012 in Helsinki erreichte er das Halbfinale. 2013 übernahm er mit einer Zeit von 10,12 Sekunden den Schweizer Rekord über 100 Meter und qualifizierte sich damit für die Weltmeisterschaften 2013.

Am 27. Mai 2017 qualifizierte er sich in Weinheim mit Schweizer Rekord von 10,11 Sekunden für die Leichtathletik-Weltmeisterschaften 2017. Am gleichen Meeting verbesserte er auch den fast 22-jährigen Schweizer Rekord im 200-Meter-Lauf um 4 Hundertstelsekunden auf 20,37

Sekunden und unterbot damit ebenfalls die Limite für die Teilnahme an den Weltmeisterschaften.

Seit November 2016 gehört er der Sprintgruppe der englischen Trainer Lloyd Cowan und Clarence Callender in London an. Beides sind hochqualifizierte Trainer, die in London über die beste Sport-Infrastruktur verfügen. In der Basler Heimat ist die Unterstützung durch OB gross.

Einzelne Exponenten des Vereins helfen ihm sowohl im privaten als auch im sportlichen Bereich.

Ohne diese Unterstützung wäre es Wilson kaum möglich gewesen, sich nach dem Lehrabschluss

zum Landschaftsgärtner als Sportprofi zu profilieren. Seinen gesamten Lebensunterhalt muss er durch seine Tätigkeit als Sportler finanzieren und ist deshalb auf die Unterstützung von

Sponsoren, Gönnern und Stiftungen angewiesen. Will Alex Wilson für sich und die Schweiz an den kommenden Leichtathletik-Grossanlässen zu sportlichem Triumph kommen, braucht er weitere finanzielle Unterstützung.

Der mental starke Sprinter will sich anfangs August dieses Jahres an den Weltmeisterschaften in London mindestens für den Halbfinal qualifizieren. 2018 an den Europameisterschaften in Berlin

visiert er eine Medaille an ebenso wie 2019 an den Weltmeisterschaften in Doha/Qatar. Seine

Planung ist auf die Olympischen Spiele 2020 in Tokio ausgerichtet, wo er mit seiner besten

Leistung einen Finalplatz anstrebt. Sein Ziel ist, als erster Schweizer Leichtathlet die 100 Meter

unter 10 Sekunden und die 200 Meter unter 20 Sekunden zu laufen.

Silvan Wicki, 13.2.1995 – Leichtathletik

Bereits als kleiner Junge liebte der Riehemer Silvan Wicki Wettrennen. Im Schüleralter begann er beim TV Riehen mit der Leichtathletik, hauptsächlich durch seine Eltern und den Bruder, die alle erfolgreiche Athleten gewesen sind. Zuerst hat sich eine Hochsprungkarriere abgezeichnet. Aufgrund seiner körperlichen Voraussetzungen wechselte er 2011 zum Sprint. Bereits ab seiner zweiten Saison schaffte er den Anschluss an die nationalen Elite. Seitdem durfte er die Schweiz jedes Jahr an einem internationalen Grossanlass vertreten. 2013 konnte er als U20-Athlet bereits seinen ersten Schweizer Meistertitel bei der Elite gewinnen. Wicki zählt heute zu den absoluten Top-Sprintern in der Schweiz. Er ist Mitglied der Schweizer 4x100-Meter-Staffel und gehört dem Nationalkader "Swiss Starters" an.

Während den ersten Jahren als Spitzenathlet hatte er immer wieder mit körperlichen Probleme zu kämpfen, die seine Leistungen beeinträchtigten. Nichtsdestotrotz holte er sich 2015 nach einer schweren Verletzung am Oberschenkel und sechs Wochen intensiver Reha Ende Saison noch den U23-Schweizer-Meistertitel über die 200-Meter-Distanz und qualifizierte sich zudem mit 20,93 Sekunden für die EM in Amsterdam 2016. Wicki errang in den Sprintdisziplinen in seiner bisherigen Karriere vier Schweizer Meistertitel (U18, U20, U23 und Elite), stiess an der Universiade in die Halbfinals (200m) und mit der 4x100m Staffel in die Finals vor, erreichte an der U20-EM (100m) und U20-WM (100m) ebenfalls die Halbfinals und errang 2013 den sechsten Rang mit der 4x100-Staffel an der U20-EM. 2017 wurde es an den U23-EM sogar Rang sieben über 200m. Im europäischen Ranking der U20 (2014) und U23 (2017) belegte er jeweils über 200 Meter den beachtlichen 9. Rang.

Sein nächstes Ziel ist, sich mit der Männerstaffel eine Medaille an der EM 2018 in Berlin zu ersprinten, für die er sich schon über 200 m qualifiziert hat. Aktuell startet er für den BTV Aarau Athletics und trainiert bei Sabine Wicki und Patrick Saile. Langfristig ist sein Training voll und ganz darauf ausgerichtet, sich über 200 m und mit der 4x100-Staffel für die Olympischen Sommerspiele 2020 und 2024 zu qualifizieren. Um dieses ambitionierte Ziel zu erreichen sind weitere Teilnahmen an Europa- und Weltmeisterschaften geplant, sowie Training, Training, Training.

Wicki hat einen Fachmatur-Abschluss in Gesundheit/Naturwissenschaften. Für eine optimale Work-Life Balance hat er zusammen mit der Karriereplanung-Verantwortlichen von Swiss Olympic eine optimal Lösung gefunden. Er studiert für die nächsten vier Jahre an der Fachhochschule Zürich angewandte Psychologie im Teilzeit Modell, wobei er wöchentlich nur zwei Tage Unterricht hat, was ihm genügend Zeit für Training und Regeneration lässt.

Als Swiss Starter kann er in allen nationalen Leistungszentren der Schweiz trainieren. Hauptsächlich findet dies aber in Basel auf der Schützenmatte und in Aarau statt, gelegentlich auch im Zürcher Letzigrund. Seine Militär-WK's kann er in Magglingen absolvieren, wo er ebenfalls unter optimalen Bedingungen trainieren kann. Weiter sind Trainingslager im Süden geplant, um auch bei warmen Bedingungen an der Schnelligkeit zu feilen. Dieses Jahr stehen im Wintertraining 16 Stunden pro Woche in fünf Einheiten auf dem Plan, im Sommer sind es zehn Stunden, die auf drei- bis vier Einheiten verteilt werden. Bis zur Europameisterschaft in Berlin im August stehen etliche Wettkämpfe ab mitte Mai auf dem Programm.

Sonja Häsler, 1.3.1977 Rollstuhl-Badminton

Seit Juni 2005 ist die Baslerin Sonja Häsler auf den Rollstuhl angewiesen. Doch die lebensfrohe Sportlerin lässt sich deswegen nicht entmutigen. Dank ihres grossen Trainings-Efforts fand sie innert fünf Jahren den Anschluss an die Badminton-Weltspitze. Mit dem Gewinn des ersten Europameistertitels im Jahr 2010 empfahl sich die ehemalige Bankkauffrau für die Nationalmannschaft, der sie seit 2011 angehört. Im selben Jahre gelang ihr der bisher grösste Coup, der Gewinn des Weltmeistertitels im Doppel, sowie WM-Silber (Mixed) und WM-Bronze (Einzel). Seither ist sie in sämtlichen Disziplinen unter den besten sechs der Weltrangliste platziert. Sie ist zweifache Europameisterin (2010 im Mixed und 2014 im Doppel), fünffache Vize-Europameisterin (2010 Doppel, 2012 Einzel, Doppel, Mixed, 2014 Mixed), dreifache Bronzegewinnerin an Europameisterschaften (2008 Doppel, 2010 Einzel, 2014 Einzel). Zudem wurde sie 2011, 2015 und 2016 mit ihrer Kollegin Karin Suter-Erath Schweizer Meisterin im Doppel.

Das Trainingsprogramm von Sonja Häsler umfasst zwei- bis viermal Badminton pro Woche in Basel und der Region Baden, zwei- bis dreimal pro Woche Kraft und zudem zweimal wöchentlich Ausdauer mit dem Handbike. Derzeit kämpft sie mit gesundheitlichen Problemen, weswegen dieser Trainingsplan nur bedingt eingehalten werden kann. Seit 2016 ist sie Mitglied der Para-Top-Athleten vom Rollstuhlsport Schweiz. Dies ist das Fördergefäss für Athletinnen mit Medaillenpotenzial an Paralympics.

Doch die 40-jährige Sonja Häsler hat weitere sportliche Ambitionen, ruht sich nicht auf ihren bereits jetzt bemerkenswerten Erreichten aus. Ihr grosses Ziel ist die Teilnahme an den paralympischen Spielen 2020 in Tokio. Dann nämlich wird Para-Badminton zum ersten Mal überhaupt an den Paralympics im Programm stehen. Um diesen Traum zu verwirklichen hat sie das Training bereits intensiviert und per Anfang 2016 das Arbeitspensum reduziert. In Rio schnupperte sie zudem als Zuschauerin vergangenes Jahr erstmals paralympische Luft.

Dank der Pensenreduktion per Anfangs 2016 kann sie dem Badminton-Training und auch der Regeneration vermehrt Zeit widmen. Der körperliche Effort allein wird aber nicht ausreichen um weitere Medaillen zu erspielen. Sie braucht finanzielle Unterstützung, denn Preisgeld gibt es im Para-Badminton bis heute nicht und auch für die 13 Medaillen an EM und WM schüttete kein Verband Erfolgsprämien aus. Die Trainerkosten (inklusive Reise und Honorar) bezahlt die Kaderathletin für die meisten Turniere aus der eigenen Tasche, Ausnahmen sind die EM- und WM-Teilnahmen. Durch die Aufnahme in das Fördergefäss Para-Top sind ihr einige Einnahmen bereits gesichert. Weitere finanzielle Unterstützung erhält sie seit 2017 von der Stiftung „Basel ist Sport.“

Karin Suter-Erath, 24.11.1970 – Rollstuhl- Badminton

Für Karin Suter-Erath ist das Para-Badminton die dritte Sportart, in welcher sie mit der absoluten Weltspitze mitmisch. Vor ihrem Unfall spielte sie Handball auf höchstem Leistungssport-Niveau. 1997 lancierte sie ihre Sportkarriere neu, brachte es in die Top 10 der besten Rollstuhltennis-Spielerinnen und kletterte auf Rang 6 der Weltrangliste. An den Paralympics 2004 in Athen gewann sie im Doppel Bronze. Als Ausgleich zum Rollstuhl-Tennis griff sie gelegentlich zum Badminton-Schläger. 2010 wechselte sie definitiv und einmal mehr die Sportart und war an den Heim-Europameisterschaften im Rollstuhl-Badminton sogleich erfolgreich.

Karin Suter-Erath gehört dem Rollstuhlclub Basel an, ist im Nationalkader und spielt Einzel, Doppel und Mixed. Sie initiierte 2004 im Rollstuhlclub Basel die Sektion Tennis und später die Sektion Badminton. Beide Sportsektionen leitete sie und engagierte sich als Trainerin, aktuell im Badminton.

15 EM- und WM-Medaillen gewann sie bisher, und es sollten noch einige internationale Auszeichnungen dazu kommen. Jüngste Erfolge errang sie an den Europameisterschaften 2016 in den Niederlanden, wo sie alle drei Titel in Einzel, Doppel und Mixed, welche sie bereits 2012 und 2014 gewann, erfolgreich verteidigte. An der Para-Badminton WM in England 2015 holte sie Bronze und wurde im selben Jahr in Paris vom Europäischen Verband im Para-Badminton als „Player of the year“ ausgezeichnet. Auch dieses Jahr ist sie wiederum nominiert.

Dank kontinuierlichem und immer gezielterem Training hat sich Karin Suter-Erath stetig verbessert. Derzeit ist sie sowohl im Einzel als auch im Mixed die Nummer 1 im Weltranking der Badminton World Federation (BWF). Sie hat wöchentlich fünf Badminton-, zwei Kraft und ein Ausdauer-Training. Zudem erweitert sie ihren Sporthorizont mit einmal Tennisspielen pro Woche. Drei Trainingscamps sind dieses Jahr eingeplant, davon mehr als die Hälfte im Ausland (Deutschland, Frankreich oder Korea). Wenn es mit der Arbeit zu vereinbaren ist und der Körper weitere Trainingsbelastungen gut verträgt, wird sie den Trainingsaufwand für die Zeit bis zu den Paralympics noch einmal steigern.

Da es im Para-Badminton kein Preisgeld zu verdienen gibt und sie sowohl ihren Lohnausfall von 20% (Pensum-Reduktion beim Arbeitgeber „Schweizer Paraplegiker-Stiftung“ von 50 auf 30%) wie auch die Trainings- und einen Teil der Turnierkosten selber bezahlt, ist Karin Suter-Erath auf finanzielle Unterstützung angewiesen. Mit dem finanziellen Beitrag von der Stiftung „Basel ist Sport“ kann sie ihr Training weiter verbessern und intensivieren.

Ihre ausserordentliche Sportkarriere möchte die Basler Ausnahmeathletin mit einer erfolgreichen Teilnahme an den Olympischen Spielen 2020 in Tokio krönen.

Jill Vivian Reich, 9.6.1998 – Schwimmen

Seit ihrer Kindheit lebt Jill Vivian Reich für ihren Sport, das Schwimmen. Einige Jahre betrieb sie aktiv Leistungssport und reiste für diverse Trainings durch die Schweiz. 2015 gelang es ihr vom Regionalkader ins Nationalkader Open Water aufzusteigen. Und dort sorgt die Allschwilerin vom Schwimmverein beider Basel gehörig für positive Schlagzeilen. 2008 wurde sie Mitglied des Regionalkaders, seit 2015 ist sie im Nationalkader Open Water.

Sie ist seit der Gründung des Schwimm-Leistungszentrums Nordwestschweiz (SLN) eine der wichtigsten Stützen und mit erfolgreichste Schwimmerin dieses regionalen Leistungszentrums. Jill gehört in ihrem Jahrgang schon lange zu den erfolgreichsten Schwimmerinnen über alle möglichen Strecken in der Schweiz und hat sowohl bei der Nachwuchs SM als auch bei der SM der offenen Kategorie schon Medaillen und Titel gewonnen. Aufgrund dieser Erfolge gehört Jill dem Kader der Region Zentralschweiz West (RZW die grösste Region der Schweiz) an und durfte in den vergangenen Jahren mit verschiedenen Auswahl-Teams des RZW Kader oder des SLN an Länderwettkämpfen in Frankreich, Deutschland, Polen und Luxemburg starten. 2015 konnte die Baselbieterin zudem ihre Stärken über die langen und sehr langen Strecken ausspielen. Mit einer überragenden Leistung an der Schweizer Meisterschaft über 5 km qualifizierte sie sich für die Open Water Junioren EM in Tenero. Mit einer noch besseren Leistung holte sie den ausgezeichneten 13. Platz über 7,5 km und erzielte damit das beste Einzelergebnis des Schweizer Teams.

Die 17-jährige besticht neben ihrem sportlichen Talent im Wasser und ihrer Vielseitigkeit (Top 8 Resultate an den Schweizer Meisterschaften von 100 bis 1500 m Crawl) auch auf der ganzen Linie mit ihrem Fleiss, ihrer Zuverlässigkeit und ihrer positiven Art. Trotz ihres enormen Trainingspensums in Basel gilt sie als vorbildliche Schülerin mit hervorragenden Noten an der WMS in Reinach. Zudem scheut sie keine Mühen und ist für jedes Zusatztraining zu haben. Sie trainiert wöchentlich während 18 Stunden im Wasser, hinzu kommen sechs Stunden Fitness, Kraft und Ausdauer.

Jill Vivian Reich holte sich im vergangenen Jahr an den Schweizer Meisterschaften über die 5000m Distanz im Open Water den Titel. Ihre Ziele sind hochgesteckt, allen voran will sie weiter an Europameisterschaften für Furore sorgen und an der internationalen Spitze im Open Water mithalten. Vor allem die speziellen Wettkampfanzüge, Wettkämpfe, Reisen und Trainingslager sind mit grossen Unkosten verbunden. Jill Vivian Reich wird von der Stiftung „Basel ist Sport“ finanziell unterstützt.

Max Heinzer, 7.8.1987 – Degenfechten

Max Heinzer steht vor seiner achten Saison als Profifechter und ist seit Jahren das Aushängeschild des Schweizer Fechtsports. Seit nunmehr 15 Jahren fechtet der gebürtige Innerschweizer für die Fechtgesellschaft Basel und wurde sowohl im Einzel als auch mit der Mannschaft mehrfacher Schweizer Meister.

Auch die internationale Erfolgsliste von Heinzer ist lang. Besonders stolz ist er auf seine neun Weltcup-Siege im Einzel, die er sich in den letzten sieben Jahren erkämpft hat. Damit ist er Schweizer Rekordhalter und auch international kann ihm derzeit in diesem Bereich niemand das Wasser reichen. Er wurde zweimal Vize-Europameister, holte dreimal EM-Bronze, erkämpfte sich den 7. und 12. Rang an den Olympischen Spielen 2016 und 2012. Mit der Mannschaft gewann er sechs Weltcup-Siege, wurde 2017 Vize-Weltmeister und dreimal Europameister, holte EM-Bronze und an den Olympischen Spielen in Rio resultierte der 6. Rang. Seit sieben Jahren ist er dank enormem Fleiss, Talent, Leidenschaft und Beharrlichkeit ununterbrochen in den Top 15 der Weltrangliste zu finden und gehört damit zu den konstantesten Fechtern weltweit. Aber sein Hunger nach Erfolgen ist noch nicht gestillt.

Ende 2017 wurde der sympathische Sportler erstmals Vater. Im Wissen, dass der Profisportler seinen grössten "Goldschatz" bereits hat, strebt er auf der Planche weitere Grosserfolge an. Neben weiteren Weltcupsiegen in diesem Jahr, sollen auch an den Weltmeisterschaften in China Medaillen folgen. Danach ist sein Fokus auf die Olympiaqualifikation im Einzel und Team gerichtet, sodass in Tokio 2020 Medaillen folgen sollen. Für Heinzer wären dies die dritten Olympischen Spielen im Einzel - auch dies ein Rekord im Schweizer Fechtsport.

Um mit den erfolgreichsten Fechtern der Welt mithalten, versucht er täglich sein Bestes zu geben in allen Bereichen im Leben eines Spitzensportlers. Dies war bereits 2010 sein Ziel, als er sich nach dem Studium (Bachelor of Science, Sportwissenschaften) entschied Profi-Fechter zu werden. Mit 30 Jahren befindet er sich Mitten im besten Fechtalter. Wöchentlich trainiert Heinzer rund 25 Stunden, die Hälfte davon ist Fechttraining. Daneben hat er dreimal wöchentlich Kraft- und Schnelligkeitstraining mit einem privaten Coach. Zweimal pro Woche spielt er Badminton in einem Klub als Ausgleichssport. Grundlagentraining verrichtet er auf dem Velo oder beim Jogging. Dazu kommen Rumpfttrainings und Intervall-Belastungen auf dem Spinning Bike oder mit verschiedenen Zirkeltrainings.

In der Fechtgesellschaft ist er ein grosses Vorbild für die jüngeren Sportlerinnen und Sportler, sowohl fechterisch als auch menschlich. Seit jeher setzt er sich für den Verein ein, sowohl als solide Stütze an Schweizer Meisterschaften, als auch durch seine Mithilfe und sein Engagement an der Entwicklung von Vereinsprojekten (Leistungssportzentrum NW Schweiz).

Bescheidenheit, Professionalität in der Verfolgung seiner Ziele und Hilfsbereitschaft zum Wohle seines Vereins zeichnen ihn aus. Max Heinzer geht ohne Abzuheben seinen erfolgreichen Weg weiter und macht auf der ganzen Welt beste Werbung für den Schweizer Fechtsport.

Frederik Weber, 1.3.1997 – Degenfechten

Schon als siebenjähriger Knirps wusste Frederik Weber, dass Fechten seine Sportart sein wird. Seither ist die Fechtgesellschaft seine zweite Heimat. Mit einer bis zwei Trainingseinheiten pro Woche startete er seine Karriere. Doch bald merkte das Talent, dass bei ihm mit Spass und intensiverem Trainingsumfang die Erfolge zunahmen. Mittlerweile beläuft sich sein wöchentlicher Trainingsaufwand auf rund 15 bis 20 Stunden. In der restlichen Zeit studiert er Rechtswissenschaften. In Fechterkreisen ist man sich sicher, dass mit Frederik Weber ein ganz grosses Talent heranwächst.

Ein erster grosser Sprung in seiner bisherigen Leistungsentwicklung gelang ihm 2013. Er wurde die Nummer 1 im Schweizer U-17 Ranking und stiess in die Top 20 der U-17-Weltrangliste vor. Dann kam der Wechsel in die Junioren-Kategorie. Er qualifizierte sich in seinem ersten Juniohrendjahr für die Weltmeisterschaften in Usbekistan. Ausserdem erhielt er von den Nationaltrainern das Vertrauen an den Weltcups die Schweiz zu vertreten. Mit diesem Team gelang ihm im März 2015 der Sieg am Weltcup in Udine. Es war der allererste Weltcup Sieg eines Schweizer Juniorenteams überhaupt. Die letzten sechs Jahre war er konstantes Mitglied des Nachwuchs-Nationalteams und vertrat die Schweiz wiederholt an Europa- und Weltmeisterschaften. In dieser Zeit holte er sich drei Weltcup-Medaillen und stiess mit seinen Mannschaftskollegen sowohl in der Saison 2014/15 als auch 2016/17 zwischenzeitlich auf den dritten Rang der Junioren-Weltrangliste vor. Er wurde zweimal Team-Weltcup Sieger und holte im Einzel Bronze. Mit diesen guten Resultaten wurde er in die Spitzensport-RS aufgenommen. Dort war es ihm möglich, während rund fünf Monaten unter perfekten Bedingungen zu trainieren und erstmals Profiluft zu schnuppern. Als Krönung wurde er Militär- Vizeweltmeister.

Seit Januar 2017 arbeitet er mit Nationaltrainer Didier Ollagnon zusammen. Er hat fechterisch und mental nochmals zugelegt und hat sich einen neuen, dynamischeren und polyvalenten Stil angeeignet. Dieses Jahr bestreitet Weber seine erste Saison in der Senioren-Kategorie. Dort will er nach seiner erfolgreichen Juniorenzeit auch in der älteren Klasse den Anschluss finden. Dazu gehören Qualifikationen zu allen Weltcups, an denen anfangs vor allem das Erreichen des Haupttableaus das Ziel ist. Das harte Training und die Erfahrungen, die er sammeln kann, sollen ihm helfen, sich mit guten Resultaten Schritt für Schritt der Senioren-Spitze zu nähern.

Dieses Jahr hat er ein Pensum von rund 50 Prozent Sport und 50 Prozent Studium. Seine kurzfristige Planung sieht demnach so aus, dass er dreimal wöchentlich morgens vor den Vorlesungen an der Uni trainiert und zudem jeden Abend. Seine Trainer wollen in dieser Saison vor allem Wert auf die fechterische sowie mentale Entwicklung legen und weniger resultatorientiert vorgehen. Mit der Verbesserung der Technik und Taktik sowie den motorischen Grundeigenschaften (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination), die er in seiner ersten Saison verbessern will, möchte er dann mittelfristig den Durchbruch bei den Senioren schaffen und die mentale Stabilität erlangen, um an den Grossanlässen um eine Medaille kämpfen zu können. Längerfristig will er sich in die Elite-Nationalmannschaft kämpfen und an Europa- und Weltmeisterschaften teilnehmen. Sein grosses Ziel ist die Qualifikation für die Olympischen Spiele.

Chamuel Zbinden, 1.2.1999 – Orientierungslauf

Am Wohlsten ist es Chamuel Zbinden im Wald. Und wenn er dazu noch rennend Ziele suchen kann, ist es für ihn perfekt. Mit sieben Jahren lief er seinen ersten OL alleine. Nur mit Karte und Kompass ausgerüstet, rannte er quer durch den Ballenberg. Noch immer fasziniert ihn, dass er die Wettkämpfe und Trainings in einem ihm häufig unbekanntem Gelände austragen kann. Seit Herbst 2013 ist er Mitglied des OL- Nachwuchskaders Nordwestschweiz und seit 2016 Mitglied des Nationalen Juniorenkaders. Der Gymnasiast aus Münchenstein erzielte in den letzten vier Jahren sowohl im physischen wie auch im technischen Bereich grosse Fortschritte. Er ist beharrlich, zeigt grosse Ausdauer und Durchhaltewillen im Training. Seine Trainer attestieren ihm grosses Potenzial.

Als Kind war er fasziniert vom damaligen Spitzenläufer Matthias Merz, der am gleichen Tag wie er Geburtstag feiert. Dieser wurde 2007 Weltmeister über die Langdistanz als Klein-Chamuel acht Jahre alt war. Diese Topleistung seines Idols hat sich tief bei ihm verankert. Um diese Leistung auch einmal abrufen zu können, gibt er alles.

Zbindens bisher grössten Erfolg feierte er an den Jugend-Europameisterschaften 2015, wo er an seinem ersten internationalen Wettkampf gleich auf den zweiten Rang lief. Zwei Jahre später durfte er sich über seine zweite Medaille an einer internationalen Meisterschaft freuen. National am bedeutendsten sind seine acht Schweizer Meistertitel, die er seit 2013 regelmässig sammelt. 2015 erhielt er zudem den Sportförderpreis der Baselbieter Regierung. Im Herbst 2017 holte sich Zbinden an den Jugend- Europameisterschaften Bronze im Sprint und holte einen Topten-Rang über die Langdistanz. Zudem gewann er den Schweizer Meistertitel im Nacht-OL und mit dem Team in seiner Alterskategorie.

In der Saison 2018 startet er wieder beim jüngeren Jahrgang. Seine Ziele sind die Qualifikationen für die Junioren-WM in Ungarn und den Junioren-Europacup in der Schweiz. Bei diesen Anlässen träumt er von Topten-Klassierungen. Er weiss, dass dazu eine Verbesserung im technischen, physischen und mentalen Bereich nötig ist. Bereit sein will er dann schliesslich für die Junioren-WM 2019 in Dänemark. Mit einem Topten-Rang könnte er sich für das Elitekader empfehlen.

Als Nachwuchssportler weiss er, dass nicht nur der kurzfristige Erfolg im Fokus steht, sondern auch der langfristige Aufbau mit Trainingsaufenthalten im Ausland. Nach der Matura im Sommer wird er fast ein Jahr in Stockholm trainieren, um sich in allen Bereichen zu verbessern. Dazu wird er mehrere Trainingslager in Dänemark absolvieren.

Für 2018 ist ein wöchentlicher Trainingsumfang von rund neun Stunden geplant. Dieser beinhaltet sieben Stunden Ausdauer- und zwei Stunden Krafttraining. Der Trainingsaufwand ist aber deutlich höher. Im Orientierungslauf ist es ein Muss, in ganz unterschiedlichen Geländetypen zu trainieren um international mithalten zu können. Dies bedeutet, dass er häufig für OL-Lauftrainings in die ganze Schweiz reist. Ebenfalls ist er regelmässig für internationale Trainingsaufenthalte im Ausland unterwegs. Aber auch für die wöchentlichen Trainings pendelt



er nach Liestal zum regionalen Nachwuchskader oder nach Sissach (OLV Baselland Elite Team).

So summiert sich der Trainingsaufwand auf rund 20-30 Stunden pro Woche.

Derzeit befindet sich Zbinden nach einer Kapselbandruptur am rechten Fuss in der Rehabilitationsphase. Trotzdem sollte er für den ersten grossen Saisonhöhepunkt, die Nacht-OL-Schweizermeisterschaft im März in der Region bereit sein. Über die Auffahrtstage finden die Selektionsläufe für die Junioren-WM statt. Ein Platz unter den besten sechs Junioren ist gefordert. Bei einer Selektion richtet sich die Planung ganz nach der Junioren-WM in Ungarn. Im Herbst schliesslich findet der Junioren-Europacup im Wallis statt.

Für seine weitere Karriere entscheidend wird der Sprung vom Junioren- ins Elitekader sein. Das Elitekader von Swiss Orienteering, definitiv eines der weltweit erfolgreichsten Nationalkader, würde ihm noch einmal bessere Trainingsbedingungen und spezifische Vorbereitung auf Welt- und Europameisterschaften bieten. Langfristig wird es sicherlich eine Herausforderung sein, Studium - womöglich an der ETH in Zürich - und den Leistungssport zu vereinen.