

21 regionale Athleten im Förderausschuss von Basel ist Sport

Im fünften Jahr nach der Gründung der Sportförder-Stiftung "Basel ist Sport" durch den Panathlon-Club beider Basel erfreuen sich insgesamt schon 21 regionale Athletinnen und Athleten aus den verschiedensten Sportarten einer finanziellen Unterstützung.

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, Stephan 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), Karin Suter-Erath (Rollstuhl-Badminton), Jill Vivian Reich (Schwimmen), Max Heinzer, Benjamin Steffen, Frederik Weber, Laura Stähli (Fechten), Nadia Pfister (Squash), Chamuel Zbinden (Orientierungslauf), Loïc Spiegelberg (Skifahren) und Manuel Munsch (Kanuslalom). Neu hinzu gekoomen sind Aline und Seraina König (Biathlon), Nur Kars (Karate), Tino Polsini (Orientierungslauf) und Ella Bitterlin (Kunstturnen).

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



BASEL IST SPORT.

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 den Schweizer Durchbruch im internationalen Badminton.

Der 23-jährige zielstrebige Oberbaselbieter aus Titterten lernte beim BC Bubendorf das Handwerk des Badmintonsports, und spielt seit fünf Jahren erfolgreich für das Team Argovia Interclub in der Nationalliga A. In der Saison 2018/19 wurde er zudem mit dem Team Skaelskor-Slagelse dänischer Meister. In den individuellen Wettbewerben gehörte König mit neun Meistertiteln bei den Junioren zu den Erfolgreichsten der Schweiz. Die letzten dieser Titel im Jahr 2014 freuten ihn besonders: Er war erst der fünfte Spieler der Geschichte, welcher 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.

Aktuell ist er die Nummer 3 im Herreneinzel der Schweizer Elite und wurde bereits für drei Einsätze mit dem Elite-Nationalteam selektioniert - zuletzt 2018 für die Mixed-Team-EM. Die beiden Top 8 Resultate beim Bulgarian Open 2017 sowie beim Kenya International 2019 sind bisher Königs grösste Erfolge im Ausland bei der Elite. Sein bestes Ranking war die Nummer 239 der Welt anfangs 2018. Dann jedoch wurde seine Karriere jäh aufgrund einer Lungen-Operation unterbrochen. Ein zweimaliger Pneumothorax stoppte seine Wettkampfsaison für sieben Monate. König fiel 200 Plätze zurück, wird jetzt aber schon wieder auf Platz 332 geführt.

Joel König wohnt während der Woche in Bern, um im nationalen Leistungszentrum von Swiss Badminton trainieren zu können. An sechs von sieben Tagen steht König auf dem Badminton-Feld und hat zusätzliche Athletik-, Schnelligkeits- und Laufarbeitstrainings im Wochenplan. Mental-Training, taktische Videoanalyse und Management-Arbeiten ergänzen das tägliche Programm. Dies bedeutet für ihn ein Pensum von weit mehr als 30 Stunden. Neben den intensiven Trainingswochen reist er an 15 bis 20 internationale Wettkämpfe ins Ausland. Für seine sportlichen Ziele will er sich auf Weltniveau zum kompletten Einzelspieler entwickeln.

Bis im Mai 2020 will sich König in die Top 100 der Welt spielen und sich für die Olympischen Spiele 2020 in Tokyo qualifizieren. Es ist ein sehr ambitioniertes Ziel, doch möglich ist es dennoch. Joel unterordnet seit mehreren Jahren alles diesem Ziel und wird diesen Weg auch weiterhin gehen. 2020 wäre er der erste Schweizer seit zwölf Jahren, der sich nach Thomas Wapp (1996) und Christian Bösiger (2008) für die Olympischen



**BASEL
IST
SPORT.**

Spiele qualifiziert. Seine Karriereplanung ist langfristig angesetzt und er gab das Commitment, sicher bis zu den Spielen 2028 Spitzensport auszuüben. Die professionellen Strukturen stehen. Joel König hat sich diese mit Hilfe seines engsten Umfeldes in den letzten Jahren hart erarbeitet. Nun kann er auch inhaltlich akribisch mit seinen Betreuern arbeiten.

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 Marschrouten stimmt. Sein grösstes Ziel ist die Teilnahme an den Olympischen Sommerspielen 2020 in Tokio.

Für sein ambitiöses Vorhaben investiert Gregori Ott viel Zeit ins Training. Zur Optimierung und Vereinfachung seiner Drehstosstechnik reist er regelmässig nach Chemnitz zu seinem Technik-Coach Rolf Oestreich. 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



**BASEL
IST
SPORT.**

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



**BASEL
IST
SPORT.**

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 Weit- springer 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 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 Problemen zu kämpfen, die seine Leistungen beeinträchtigten. Nichtsdestotrotz holte er sich 2015 nach einer schweren Verletzung am Oberschenkel Ende Saison den U23-Schweizer Meistertitel über 200 Meter. Wicki errang in den Sprintdisziplinen in seiner bisherigen Karriere neun Schweizer-Meistertitel (U18, U20, U23 und Elite), nahm an der EM 2016 in Amsterdam teil, 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) 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) & U23 (2017) belegte er jeweils über 200 Meter den beachtlichen 9. Rang.

An der EM in Berlin holte er sich mit der Männerstaffel über 4x100 Meter den zehnten Rang. Im World Ranking sprintete er sich in die Top 100 über 100 Meter. Auch in diesem Jahr liess er bereits wieder seine Muskeln spielen und holte sich bei der Elite über 60 Meter den Schweizer Meistertitel, stiess an der Hallen-EM in Glasgow über 60 Meter in den Halbfinal vor. Und mit 10,17 Sekunden ist er momentan der drittschnellste Schweizer Sprinter aller Zeiten, hält die U20-Schweizer-Rekorde über 150 Meter, 200 Meter Indoor und über 4x100 Meter.

Aktuell startet er für den BTV Aarau Athletics und trainiert bei Sabine Wicki & 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



**BASEL
IST
SPORT.**

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.

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 mitmischt. 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 neunten Saison als Profifechter und ist seit Jahren das Aushängeschild des Schweizer Fechtsports. Seit nunmehr 16 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 zehn Weltcup-Siege im Einzel, die er sich in den letzten acht 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. Der aktuelle Mannschaftsweltmeister gewann mit dem Team sechs Weltcup-Siege, wurde zudem 2017 Vize-Weltmeister und dreimal Europameister, holte EM-Bronze und an den Olympischen Spielen in Rio resultierte der 6. Rang. Seit acht 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. Nach dem Team-Weltmeistertitel vom Sommer 2018 in China ist sein Fokus nun voll 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 Fecht sport.

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 31 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).



**BASEL
IST
SPORT.**

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 Fechtssport.

Frederik Weber, 1.3.1997 – Degenfechten

Schon als siebenjähriger Knirps wusste Frederik Weber, dass Fechten seine Sportart sein wird. Seither ist die Fechtgesellschaft Basel 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 grosser Sportler 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 Juniorenjahr 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. Während seiner Juniorenzeit 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.

Mittlerweile befindet sich Weber in seiner zweiten Saison in der Elitekategorie und ist Teil des Weltcupkaders. So stehen diese Saison unter anderen Teilnahmen an Turnieren in Katar, Kanada und Kolumbien an. An diesen Weltcup- und Grand Prix-Turnieren ist es vorerst sein Ziel, in die Haupttableaus vorzustossen und Erfahrungen zu sammeln, um später einmal ganz nach vorne zu stossen. Parallel dazu startet er zudem in der U23-Kategorie. Dies ist für ihn eine äusserst wichtige Übergangskategorie, welche auch einen eigenen Circuit in ganz Europa abhält. Er wurde im April 2019 Vize-Schweizer Meister in dieser Kategorie und konnte wichtige Erfolge an Turnieren in Berlin, Wien sowie in Genf feiern. Diese guten Resultate stimmen ihn zuversichtlich, sich bald auch in der Elitekategorie mit guten Wettkämpfen Schritt für Schritt der Weltspitze anzunähern. Seit Ende der Juniorenzeit hat Frederik Weber ein Pensum von rund 50 Prozent Sport und 50 Prozent Studium. Somit trainiert er dreimal wöchentlich morgens vor den Vorlesungen an der Uni und jeden Abend. Seine Trainer wollen in dieser ersten Übergangsphase vom Nachwuchs zur Elite vor allem Wert auf die fechterische sowie mentale Entwicklung legen und weniger resultatorientiert vorgehen. Mit der



**BASEL
IST
SPORT.**

Verbesserung der Technik und Taktik sowie den motorischen Grundeigenschaften (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination), will er mittelfristig den Durchbruch in der Elitekategorie schaffen und dadurch die mentale Stabilität erlangen, um an Grossanlässen um eine Medaille kämpfen zu können. Langfristig will er dem Elite-Nationalmannschaft angehören 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 ein 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.

Benjamin Steffen, 8.3.1982 - Fechten

An den Olympischen Spielen in Rio resultierte für den Degenfechter Benjamin Steffen als bester Schweizer der vierte Rang im Einzelwettkampf. Mit der Mannschaft reichte es zu Platz 6. Diese beiden verpassten Medaillen sind für den Basler Enttäuschung und Motivation zugleich. Denn die verpassten Auszeichnungen will der Sport- und Englischlehrer in Tokio 2020 nachholen und darauf fokussiert er seine Trainings- und Wettkampfeinheiten. Gleichzeitig will er jüngeren Athleten in Basel den Weg weisen und zeigen, dass man mit Beharrlichkeit, ehrlichem Einsatz und Glauben an sich selbst erfolgreich sein kann.

Das Palmares des 35jährigen Athleten der Fechtgesellschaft Basel ist lang. 1996 nahm er erstmals an einer Weltmeisterschaft teil. Unterdessen gewann er mit dem Team dreimal WM-Bronze, an Europameisterschaften gab es viermal Gold und je einmal Silber und Bronze mit dem Team sowie ein 6. Platz im Einzel. Dazu erfocht er sich vier Medaillen an Universiaden, holte acht Podestplätze im Weltcup-Einzel und 5 Weltcup-Siege mit dem Team. Siebenmal wurde er Schweizer Meister im Einzel (auch dies ist Schweizer Rekord) und elfmal Schweizer Meister mit der Mannschaft. Als amtierender Schweizer Meister klappten die diesjährigen Europameisterschaften im Juni nicht wunschgemäss: Der 18. Rang resultierte im Einzelwettbewerb, das Team kam auf den 8. Rang. Doch dies waren nur Zwischenziele auf dem Weg nach Tokio.

Seine kurzfristige Planung ist auf die Weltmeisterschaften im Juli in Leipzig ausgerichtet. Da will der Linkshänder eine weitere Medaille holen. 2018 sollen dann Einzel- und Team- Medaillen an Europa- und Weltmeisterschaften folgen. Eine WM-Einzelmedaille übrigens fehlt noch in seinem Palmares. 2019 dann spitzt sich die Planung auf Tokio zu: Der Team- Weltmeistertitel, welcher wichtig ist für die Olympiaqualifikation wird angepeilt, dazu soll eine Europameisterschafts-Medaille mit dem Team her. Der Einzelwettbewerb hat an diesen Grossanlässen nicht die gleiche Priorität, da die Olympiaqualifikation über das Team läuft. Es ist vorgesehen, dass er den Lehrerberuf bis 2018 gleich wie bisher zu 70% ausüben wird, danach will er das Pensum wenn dies finanziell möglich ist, weiter reduzieren. Momentan unterrichtet er am Gymnasium am Bäumlhof, dazu betreut er die Sportklassen des Gymnasiums. Sein Trainingsplan sieht neben vier - bis fünfmal Fechttraining weitere Einheiten mit Krafttraining, Kondition, Physiotherapie, Massage und Cryotherapie vor. Das Fechttraining findet in Basel statt, einmal reist er wöchentlich nach Bern zum Kadertraining. Den Beitrag von "Basel ist Sport" wird Steffen für die sportpsychologische Betreuung verwenden.

Loïc Spiegelberg, 27.6.2004 – Ski alpin

Dieser Therwiler Junge brauchte nicht lange zu überlegen, welcher Sportart er nachgehen soll. Mit 15 Jahren gehört der ebenso ambitionierte wie talentierte Loïc Spiegelberg zu den besten Schweizer Skirennfahrern seines Alters. Er hat skitechnisch eine bemerkenswerte Basis sowohl im Riesenslalom als auch im Slalom.

Loïc hat in seinen Ferien in Österreich früh die Freude am Skirennsport entdeckt. Mit etwas mehr als zehn Jahren fuhr er bereits Skirennen. Aufgrund seines Könnens und seiner Erfolge wurde er vor zwei Jahren in die Skimittelschule in Schruns (Österreich) aufgenommen, damit er neben der Schule täglich trainieren kann. Ein vergleichbares Internat gibt es in der Schweiz bisher nicht. Loïc lebt seine Leidenschaft und sein Ziel verfolgt er mit grosser Hartnäckigkeit, damit er eines Tages für die Schweiz bei Weltcuprennen für Furore sorgen kann. Dafür trainiert er konsequent.

In der Saison 2013/14 trat Loïc dem WSV Dalaas im österreichischen Vorarlberg bei. Schnell entschied er die ersten Cuprennen auf Bezirksebene für sich, weitere Podestplätze folgten. Aufgrund seiner Leistungen wurde er ins Bezirkskader Klostertal aufgenommen. In der darauffolgenden Saison wurde das Training nochmals intensiviert und Loïc absolvierte Gletschertrainings. Er gewann sämtliche Bezirksrennen, auf Landesebene gelangen ihm drei Podestplätze. 2015/16 erreichte er wiederum ausgezeichnete Leistungen in Österreich - gewann vier Cuprennen auf Bezirksebene, auf Landesebene gewann er zwei von vier Rennen. Zweimal qualifizierte er sich zudem für die österreichischen Meisterschaften seiner Altersklasse, allerdings durfte er als Schweizer nie daran teilnehmen. In der Saison 2016 trat der Stangen-Spezialist einem Schweizer Ski-Klub bei um am Verbandsförderprogramm teilzunehmen. 2017 holte er in Malbun anlässlich der OSSV Meisterschaften bei der U14 den Titel im Riesenslalom, im Slalom wurde er Zweiter.

Die Saison 2018/19 verlief für ihn sehr erfolgreich. Loïc fuhr in der Punkteliste von Swiss Ski auf den fünften Rang. Dazu entschied er die Einzelwertung der Bundesmeisterschaften der Skimittelschulen in Oesterreich für sich. Und mit der Mannschaft wurde er am gleichen Anlass Zweiter.

Der Baselbieter startete bei allen Interregio Rennen und konnte sich meist in den Topten platzieren. In der Gesamtwertung wurde er Achter, was die beste Platzierung seines Jahrgangs bedeutete. Dank diesen Resultaten durfte er alle nationalen Rennen fahren. Bei den Schweizer Meisterschaften erreichte er zwei Top 15 Platzierungen im Slalom und Riesenslalom. Bei den Ostschweizer Meisterschaften zum Ende der Saison wurde er im

Riesenslalom Ostschweizer Jugendmeister und im Slalom Vizemeister. Gleichzeitig zählen diese beiden Rennen zu der OSSV Altherr Van Cup Wertung, welche er dank diesen beiden Erfolgen gewann.

Loïc hat grosses Potential, vor allem auch weil sein Trainingsalter im Vergleich zu seinen Konkurrenten sehr jung ist. Seine Leistungen sind auch dem Schweizer Skiverband nicht verborgen geblieben, deshalb erhielt er eine Swiss Olympic Talent Card Regional. Loïc ist unterdessen Mitglied der LG 2 Trainingsgruppe im JO Kader des Ostschweizer Skiverbandes. Das Potenzial des Therwilers ist noch lange nicht ausgeschöpft. Die Zeit in der Skimittelschule Schruns geht für Loïc diesen Sommer zu Ende, und es steht der Wechsel ins Skigymnasium in Davos an.

Manuel Munsch, 2.7.1995 – Kanuslalom

Manuel Munsch begann seine Paddelkarriere 2005 bei den Globepaddlern. Bereits ein Jahr später nahm er an Abfahrts- und Slalomrennen teil. 2009 wurde er ins Nachwuchskader des Schweizerischen Kanu-Verbandes aufgenommen. Und damit folgten auch die ersten Titel bei den Junioren. Mit der Gründung des Vereins Slalom Region Basel 2012 wurden die Trainingsbedingungen markant verbessert und erstmals gab es eine Leistungsgruppe mit sieben Athleten. Drei Jahre später erpaddelte sich Munsch den ersten Schweizer Meistertitel in der Elite. Nach dem Absolvieren der Sport-RS wurde der 23jährige Baselbieter ins Olympia-Team Baselland aufgenommen.

Seitvergangenem Jahr ist er Mitglied des A-Kader des Schweizerischen Kanu-Verbandes in der Sportart Wildwasserslalom. Und diese Wertschätzung dankte Munsch sogleich mit Spitzenresultaten – EM-Bronze mit dem U23-Team, 4. Rang mit dem Elite-Team bei der WM in Rio, sowie je einem 5. Platz im Einzel bei der U23-EM und U23-WM. Diese Ergebnisse sind Lohn für 14 Jahre hartes Training und motivieren für weitere Glanzresultate. Die Saison 2018 schloss er mit der Halbfinalqualifikation bei der Elite-WM in Rio de Janeiro ab.

Der Olympia-erfahrene Paddler Christian Bahrmann trainiert Munsch bereits im dritten Jahr. Mit ihm erzielte der Athlet eine deutliche Leistungssteigerung. Die meisten Trainings finden ganzjährig zu Hause auf dem Parc des eaux vives in Hünningen statt. Um international mithalten zu können, ist es jedoch wichtig, auch auf anspruchsvolleren Strecken im Ausland zu trainieren. Deshalb hat Munsch ein Boot in Bratislavastationiert, um mit wenig Aufwand auf anspruchsvollem Wildwasser zu trainieren. Auf dieser Slalomstrecke finden ausserdemregelmässig hochkarätige Rennen wie Weltcups, Europa- und Weltmeisterschaften statt.

Im nationalen Leistungszentrum in Basel trainiert er mit den anderen Schweizer Elite- und U23-Athleten. In Trainingslagern im Ausland sowie in Bratislava hat er die Möglichkeit mit erfahrenen Athleten aus anderen Nationen zu trainieren. Er ist zudem Mitglied im französischen Klub CADPA in Hünningen. Munsch braucht sowohl in Basel als auch in Bratislava je ein Boot, vier Paddel, zwei Helme, zwei Schwimmwesten und mehrere Bekleidungssets. Ein Boot hält bei täglichem Gebrauch rund ein Jahr, ein Paddel ungefähr ein halbes Jahr.

Sowohl seine psychische als auch seine physische Belastbarkeit ist hoch. Seinen Sport betreibt er mit Begeisterung, seine kurzfristigen Ziele sind Weltcup-Halbfinals sowie Halbfinals an der Elite-WM und -EM. Mittelfristig strebt er einen Quotenplatz für die



**BASEL
IST
SPORT.**

*Olympischen Spiele an der WM 2019 an, sowie die Olympia-Teilnahme in Tokio.
Langfristig sind sein grosser Traum die Teilnahme an den Olympischen Spielen 2024 in
Paris sowie weiteres Edelmetall an Welt- und Europameisterschaften.*

*Munsch schloss 2013 das Sportgymnasium erfolgreich ab. Nach vier Semestern Biologie
entschied er sich für ein Fernstudium in Maschinenbau an der AKAD Universität in
Stuttgart. Damit kann er Ausbildung und Sport optimal zusammen absolvieren. Alle
Zwischenprüfungen waren bisher erfolgreich. Bei einer Qualifikation für die
Olympischen Spiele, würde er 2020 voll auf Sport setzen und das Studium unterbrechen.*

Nadia V. Pfister, 18.9.1995 – Squash

Nadia Pfister jagte bereits als Siebenjährige dem Squashball im Court hinterher. Sie startete ihre Karriere im Squashcenter Carnivals in Liestal und steigerte die Trainingsintensität stetig. An ihrem ersten Turnier erreichte sie den vierten Rang. Seither ist sie Feuer und Flamme für diese schnelle Sportart und gehört zu den nationalen Leistungsträgerinnen.

Die 23jährige Athletin aus Ramllinsburg schloss das Sportgymnasium in Liestal 2015 ab. Seit anfangs 2016 ist sie als Squashspielerin auf der Profi-Worldtour unterwegs und bestreitet Turniere auf der ganzen Welt. Ende 2018 stiess sie in die Top 100 der weltbesten Damen vor.

Auf ihrem Weg dorthin wurde Nadia Pfister als Juniorin Basler Meisterin, U17 und U19 Schweizer Meisterin und Gewinnerin des Scottish Junior Opens. Später kamen viele Podestplätze sowie Viertelfinaleinzüge an diversen nationalen und internationalen Turnieren wie etwa in Nantes, Johannesburg, Kiew und Islamabad hinzu. 2018 wurde sie Vize-Meisterin in der Schweiz und durfte sich ebenfalls Deutsch-Schweizer-Meisterin nennen. Im Herbst 2018 wurde sie jeweils 13. an den europäischen Einzel-Meisterschaften und der Team-WM in China.

Die Baselbieterin half auch mit beim Aufbau mehrerer regionalen Damentteams. Höhepunkte waren die Gewinne der Damen Interclub Meisterschaft 2013, 2018 und 2019. Mit dem Damenteam von Frick wurde sie 2018 sensationell Vize-Club-Europameisterin. Sie steht auch für das Liestaler Herrenteam auf dem Court. Mit diesem schaffte sie den Aufstieg in die Nationalliga B, die zweithöchste Landesliga.

Nadia Pfister spielt ebenfalls in deutschen, französischen und italienischen Squashtteams. So wurde sie mit der gemischten italienischen Mannschaft Torino Squash Zone bereits Landesmeister.

Ihr sportlicher Hunger ist noch lange nicht gestillt. Im Schweizer Ranking will sie bis ganz nach oben vorstossen, und sich in der Weltrangliste unter den Top 50 etablieren. Momentan bewegt sie sich dort um Rang 90. Damit sie diese Ziele erreichen kann, ist sie bereit, das dafür erforderliche Engagement zu leisten, ob auf oder neben dem Squashcourt. Sie wird auf ihrem Weg sowohl physiotherapeutisch als auch von einem kleinen, sehr kompetenten Trainerteam, darunter dem weltbekannten Malcolm Willstrop, teils unentgeltlich unterstützt.



**BASEL
IST
SPORT.**

Während der Saison trainiert Nadia Pfister an sechs Tagen jeweils zwei Trainingseinheiten à 1,5 bis 2 Stunden. Diese Zeiten werden je nach Wettkämpfen angepasst. Zudem ist Zeit erforderlich für aktive und passive Regeneration sowie Physiotherapie. Für Elite-Spielerinnen steht erst seit wenigen Jahren wieder ein Nationaltrainer zur Verfügung. Ansonsten ist jede Profispielerin gezwungen, eine individuelle Trainingsumgebung aufzubauen.

Daneben ist sie immer auf der Suche nach Sponsoren, welche die laufend anfallenden grossen Auslagen helfen zu decken. Sie selbst arbeitet soweit es möglich ist, stundenweise in einem Café, am Empfang eines Sportzentrums und gibt Squashtrainings.

Ein grosses Ziel für 2020 wäre die erneute Teilnahme an der Team-WM, wo sie mit dem Nationalteam einen Top Ten Platz erreichen möchte. Dann besteht nach wie vor die Chance, dass Squash im Jahr 2024 olympisch wird. Eine Teilnahme an Olympischen Spielen ist ihr ganz grosser Traum.

Laura Stähli, 31.12.1991 – Fechten

An den Weltmeisterschaften im vergangenen Jahr in China holte die Degenfechterin Laura Stähli sensationell Bronze im Einzelwettkampf. Im Viertelfinale besiegte sie die amtierende Olympiasiegerin aus Ungarn, Emese Szasz-Kovacs. Und dies nachdem sie seit 2013 keine WM mehr bestritten hatte! Dieser Erfolg verhalf ihr sogar kurzfristig in den Kreis der weltbesten 17 Degenfechterinnen vorzustossen. Die 28jährige Baslerin ist mehrfache Schweizer Meisterin sowohl im Degeneinzel als auch mit der Mannschaft der Fechtgesellschaft Basel. Aktuell belegt sie in der Weltrangliste den 24. Rang. Ihre Trainer attestieren der Schweizer Nummer 1 und Elitekader-Fechterin ein noch weitaus grösseres Potenzial.

Laura Stähli stammt aus einer Fechterfamilie und trainiert unter Manfred Beckmann bei der Fechtgesellschaft Basel. Sie studiert in Basel Biologie und Französisch und versucht wie viele Spitzensportler Sport, Studium, Arbeit und Familie optimal unter einen Hut zu bringen. Da kommt ihr zu Gute, dass sie sehr belastbar ist und zudem bisher selten bis nie eine grosse Verletzung hatte. Sie liebt das Fechten über alles, Training und Turniere machen ihr Freude und sind keine Belastung. Ihre Motivation ist immer noch so gross wie früher.

Noch 2016 war Stähli die Weltnummer 188, kontinuierlich steigerte sie sich und ihre Klassierungen haben sich zwischen 17 und 24 eingependelt. Viel Erfahrung durfte sie bisher an Grand Prix und Weltcupturnieren sammeln. 2016 erzielte sie ihr bestes Resultat am Satellite-Wettkampf in Genf, wo sie Dritte wurde. 2017 erreichte sie in Tallin (Estland) ihr bisher bestes World-Cup-Ergebnis mit Rang 8. Zuvor erfocht sie am Satellite-Turnier in Genf den 10. und an der Universiade in Taipeh den 16. Rang. An Europameisterschaften erreichte die Baslerin bisher die Ränge 61 (2015), 37 (2017) und 28 (2018). Auch hier eine frappante Steigerung. Am Satelliten-Turnier in Genf im vergangenen Oktober stand sie gar als Siegerin auf dem obersten Podest.

Laura Stähli stehen im Training drei sehr kompetente und erfahrene Trainer zur Verfügung: Zum einen die beiden französischen Nationaltrainer Hervé Faget und Didier Ollagnon, zum anderen mit Manfred Beckmann der deutsche Klubtrainer, welcher bereits seit über 25 Jahren in Basel die Anweisungen an der Planche gibt. Zudem hat sie in Basel viele gute Trainingspartner – Benjamin Steffen und Max Heinzer, um nur einige zu nennen.

Ihr Trainingspensum beläuft sich auf rund 15 Stunden pro Woche. Stehen Wettkämpfe an, ist sie zusätzlich vier bis sieben Tage für ihren Sport unterwegs. Das Studium



**BASEL
IST
SPORT.**

beansprucht sie 15 Stunden wöchentlich, hinzu kommt ihre Arbeit als Nachhilfelehrerin in den verschiedensten Fächern. Damit verdient sie sich einen Teil ihres Lebensunterhaltes. Somit ist ihre Arbeitswoche mehr als ausgefüllt.

In der kommenden Saison stehen für Laura Stähli sowohl der Schweizer Meistertitel mit dem Team als auch im Einzel sowie die Qualifikationen für EM und WM im Fokus. Auf diese Ziele sind ihre Trainings- und Wettkampfeinheiten ausgerichtet. Im Blickwinkel hat sie aber ganz klar die Olympischen Spiele 2020 in Tokio. Denn die Qualifikation für ihr ganz grosses Ziel beginnt bereits in diesem Mai.

Nur Kars, 24.6.2000, Karate

Mit sechs Jahren wusste Nur Kars, dass Karate ihre Sportart ist. Aufgrund ihres Talents, der raschen Auffassungsgabe und ihrem Leistungswillen, hat sie sich in den letzten Jahren zu einer der besten Nachwuchssportlerinnen des Kaders der Swiss Karate Federation entwickelt. Etliche Erfolge auf nationaler und internationaler Ebene motivieren die Baselbieterin zum täglichen Training im Budo Sport Center Liestal und Leistungsstützpunkt beider Basel um den Anschluss an die internationale Spitze der Elite zu erlangen.

Bis Ende 2016 trainierte sie in einem kleinen Verein bei Liestal. Um sich sportlich weiter zu entwickeln wechselte Nur Kars zum Budo Sport Center Liestal und trainiert dort einerseits unter Giuseppe Puglisi sowie zusätzlich im Leistungsstützpunkt beider Basel. Daneben absolviert sie die kaufmännische Ausbildung bei der Finanz- und Kirchendirektion des Kantons Basel-Landschaft und besucht die Büroattest-Sportklasse am Bildungszentrum kvBL in Liestal.

National ist die 19jährige Kumitespezialistin bereits mehrfache Schweizer Meisterin und aktuell die Nummer zwei in ihrer Gewichtskategorie -55kg sowohl bei der U21 als auch bei der Elite. Ihre bisherigen grössten Erfolge resultierten 2015 und 2016 mit dem Gewinn des Schweizer Meistertitels, 2017 mit dem zweiten Rang an den Titelnkämpfen sowie dem Turniersieg in Sursee bei der U21 und dem zweiten Platz bei der Elite.

Vergangenes Jahr wurde sie erneut Vize Meisterin, dazu resultierten zwei zweite Plätze in Lausanne und Neuenburg bei der U21 sowie ebenfalls in Neuenburg der dritte Rang bei der Elite.

International gewann sie 2015 in Ungarn (-47 kg/U16) das Turnier, 2016 wurde sie bei der U18 Zweite in Polen. In der gleichen Altersklasse wurde sie ebenfalls Zweite in Luxemburg, allerdings in der Gewichtsklasse -53kg. Vergangenes Jahr holte sie bei der U21 drei dritte Ränge in Rheinland-Pfalz, Tschechien und Luxemburg, sowie bei sehr starker Konkurrenz ein beachtlicher 5. Rang im kroatischen Umag. Erfolgsversprechend startete sie ins 2019 mit dem ausgezeichneten zweiten Rang bei der U21 im österreichischen Salzburg. Ihr Jahreskalender sieht bis Ende Jahr 13 Turniere im Ausland sowie mit Sursee, Lausanne, Neuenburg und Lyss vier Turniere in der Schweiz auf dem Programm.

Seit November 2017 ist Nur Kars auch Schweizer Bürgerin und damit eine mögliche Kandidatin für Europa- oder Weltmeisterschaften. Die 1.68 Meter grosse und 53kg leichte Athletin ist Mitglied des U21 Kaders der Swiss Karate Federation und trainiert neben ihrer Berufslehre wöchentlich bis zu 15 Stunden. Alle zwei Wochen stehen zudem Trainingseinheiten in Magglingen auf dem Programm.

Die Liestalerin zeigt eine enorme Bereitschaft für den Karate-Leistungssport und hat durch ihr tägliches Engagement schon einiges Erreicht. Die physischen, technischen und



**BASEL
IST
SPORT.**

taktischen Elemente werden durch das tägliche Training abgedeckt. Wo noch Entwicklungspotenzial besteht, ist im mentalen Bereich, wo sie künftig noch viel herausholen kann. Beruflich wird Nur Kars im Frühjahr/Sommer 2019 die Lehre als Büroassistentin abschliessen und ab August die Zusatzlehre als Kauffrau beim BKSD in Verbindung mit Leistungssport antreten. Gleichzeitig treibt sie ihre sportliche Karriere auf nationaler und internationaler Ebene im Karatesport voran.

Ihre Ziele für die diesjährigen Schweizer Meisterschaften sind sowohl der Titel in der Kategorie Elite als auch U21 in der Gewichtsklasse bis 55 kg. Weiter strebt sie an, an allen internationalen Turnieren, an denen sie teilnimmt, auf dem Podest zu stehen und sich damit für die Weltmeisterschaften Ende Oktober in Santiago de Chile zu selektionieren. Längerfristig will sie sich für die Europameisterschaften 2020 und 2024 in Paris qualifizieren.

Tino Polsini, 24.5.1999, Orientierungslauf

Der OL-Topathlet aus Gelterkinden ist die Konstanz in Person. Seit seinem Kommitment zum Leistungssport steigert sich Tino Polsini von Jahr zu Jahr. Talent, Hartnäckigkeit und Trainingsfleiss lassen hoffen, dass sein grosser Traum vom Weltmeistertitel eines Tages Wirklichkeit werden könnte. Dafür spult der Gymnasiast mit Schwerpunkt Mathematik eisern täglich seine Kilometer ab, ob zu Fuss, auf dem Velo oder im Winter auf den Langlaufskis und feilt zudem minutiös im physischen und technischen Bereich. Seit Herbst 2016 ist Tino Polsini Mitglied des Nationalen Juniorenkaders und damit Inhaber einer "Swiss Olympic Talent Card National".

Seit mehr als acht Jahren zeigt der Baselbieter eine konstant positive Entwicklung vom OL-Einsteiger zum Top-Läufer auf internationalem Niveau. Während seiner bisherigen Jugend- und Juniorenzeit konnte der Läufer der OLV Baselland insgesamt 26 Schweizer Meisterschaftsmedaillen gewinnen, elf davon sind goldene. Den Anschluss an die gleichaltrige internationale Spitze schaffte er 2015. Seit 2014 konnte er sich jedes Jahr für einen internationalen Anlass qualifizieren und gut abschneiden. Einen grossen technischen Fortschritt hat der Baselbieter während seines Austauschjahres an einem OL-Gymnasium in Schweden gemacht.

Der bald 20jährige kann sein Leistungspotenzial in wichtigen Momenten stets abrufen. Erstmals gelang ihm dies 2014 an der Jugend-EM in Mazedonien, wo er als 12. im Sprint und 16. in der Langdistanz einen guten Einstand auf internationaler Ebene ablieferte. Ein Jahr später lief er, ebenfalls an der Jugend-EM, mit Platz 4 über die Sprintdistanz nur knapp an seiner ersten internationalen Medaille vorbei. Dank seiner grossartigen Resultate gewann er 2015 den Baselbieter Sportförderpreis. Tinos internationale OL-Karriere ging weiter mit dem dritten Platz am Junioren Europacup 2017 über die Sprintdistanz und in der Staffel. Im gleichen Jahr schaffte er die Qualifikation für die Junioren-WM in Finnland.

Das Jahr 2018 war für Tino Polsini wiederum ein sehr erfolgreiches. Mit dem ausgezeichneten 14. Rang über die Mitteldistanz an der Junioren-WM in Ungarn erreichte er sein bisher wertvollstes Resultat auf internationalem Niveau. Weiter ging es mit Rang 6 (Sprint) und Rang 4 (Mitteldistanz) am Junioren Europacup im Herbst vor heimischem Publikum. Neben internationalen Wettkämpfen, dichtem Programm des schweizerischen Juniorenkaders und dem Nachwuchskader Nordwestschweiz war er auch an nationalen Wettkämpfen immer stets einsatzbereit und konnte vergangenes Jahr drei Podestplätze an Schweizer Meisterschaften gewinnen - über die Mitteldistanz gewann er gar den Titel.

Zum diesjährigen Saisonstart an der Nacht-OL Meisterschaft gelang ihm mit dem sechsten Rang aufgrund eines kleinen Trainingsrückstandes kein Wunschresultat. Doch



**BASEL
IST
SPORT.**

dadurch angestachelt, holte er sich beim nächsten Test, der Mitteldistanz-SM gleich die Silbermedaille.

Polsinis Trainingszeit beträgt rund zehn Stunden pro Woche. Kommt noch die Reisezeit resp. Vor- und Nachbereitung hinzu investiert er wöchentlich 15 bis 25 Stunden in sein Hobby. Polsini macht jährlich 3000-Meter-Tests auf der Bahn, zudem siegte er vergangenes Jahres am Basler Stadtlauf in der Kategorie Nachwuchs.

Sein Ziel für die Saison 2019 ist die Junioren-WM in Dänemark. Er soll einer der Leistungsträger im Schweizer Juniorenkader sein und mit seinen Teamkollegen eine Staffelmedaille holen. Im Einzel konnte er die letzten beiden Jahre viel Erfahrungen sammeln, sodass er nun als ältester Jahrgang die Spitze angreifen kann. Eine Topten-Klassierung hat er sich deshalb zum Ziel gesetzt. Auf nationaler Ebene peilt er an allen Einzel-Schweizer-Meisterschaften einen Podestplatz an. Leider kann er hingegen im Juni mit der OLV Baselland nicht an der Jukola in Finnland, der weltgrössten OL-Klubstaffel teilnehmen, da seine Maturaprüfungen gleichzeitig stattfinden werden. 2019 ist sein letztes Jahr, wo er in der Junioren-Kategorie starten kann. Mit seiner konstanten Entwicklung und seinen Erfolgen stehen die Vorzeichen jedoch mehr als gut, dass er nach seiner Junioren-Zeit den Sprung ins Schweizer Elite-Nationalkader machen wird.

Ella Bitterlin, 6.6.2007, Kunstturnen

Die zierliche elfjährige Athletin aus Gelterkinden hat sich in den letzten beiden Jahren von der soliden Allrounderin zum festen Bestandteil der schweizerischen Nachwuchs-Kunstturnspitze weiterentwickelt. Ella Bitterlin hat mit den Olympischen Spiele 2024 in Paris ein klares Ziel vor Augen. Dafür trainiert sie konsequent bereits seit ihrem sechsten Lebensjahr. Unterdessen sind es 21 Stunden an sechs Trainingstagen. Ihr Talent, Trainingsfleiss, Durchhaltewille und das Vertrauen ins Trainerteam unterstützen sie dabei immer wieder neue Elemente zu lernen und Grenzen zu überwinden.

Ella begann ihre Karriere mit einem Kinderkurs und hat sich bisher von Jahr zu Jahr steigern können. Seit 2011 trainiert sie im Nordwestschweizerischen Kunstturn- und Trampolinzentrum Liestal (NKL). 2018 wurde sie Mitglied des Nationalen Nachwuchskader B, ein Jahr später hat sie sich für das Schweizerische Nachwuchskader A qualifiziert und besitzt dadurch eine Swiss Olympic Talent Card National. Dieser Kaderstufe gehören aktuell 14 Mädchen aus 2 Jahrgängen (2006 und 2007) an.

Die zunehmende Komplexität der Akrobatikelemente und deren Kombination, welche im Kunstturnen mittlerweile verlangt werden, entsprechen voll und ganz Ella's Stärken. Und auch, dass neu schwierigere Elemente im Wettkampf zugelassen sind, kommt ihrem Drang zu technisch anspruchsvolleren Übungen entgegen. Deshalb konzentriert sich das zielorientierte und fröhliche kleine Mädchen zu Recht auf die Zugehörigkeit zum Nationalen Juniorinnenkader, welchem sie 2021 angehören will. Ihr übernächstes Ziel ist schliesslich für 2023 geplant. Dann will sie zum Nationalen Elitekader gehören um an den ganz grossen Wettkämpfen teilnehmen zu können.

Ella lässt kein Training aus, ihre Stärken liegen bei der Kraft und dem schnellen Erlernen neuer Bewegungsabläufe. Mögen diese neuen Elemente auch noch so komplex sein, die Baselbieterin kann sie zum Erstaunen ihrer Trainer sehr rasch umsetzen. Und sie hat Mut - Mut zu neuen Modulen, Mut zum Risiko. Anlässlich des letzten Kadertests in Magglingen im November 2018, wo sie als einzige Athletin ihres Jahrgangs sämtliche Schwierigkeiten turnen konnte, fiel ihre Leistungssteigerung auch dem Junioren Nationaltrainer und dem Elite Nationaltrainer auf. Wo sie sicherlich noch zulegen sollte, ist im mentalen Bereich. So geschehen an den Schweizer Meisterschaften Juniorinnen in Bern im vergangenen Sommer. Damals resultierte der siebte Schlussrang, allerdings haben die Nerven des Mädchens eine noch bessere Klassierung verhindert.

Natürlich geht Ella nebenher auch noch zur Primarschule Gelterkinden. Dort kommt ihr ihre rasche Auffassungsgabe ebenfalls zu Gute. Deshalb unterstützen neben den Eltern auch die Lehrpersonen die Individuallösung, welche es ihr erlauben, das grosse Trainingspensum mit der Schule zu kombinieren. Trotz sportlichen Erfolgen und schulischem Vorteil ist Ella überall beliebt, hilfsbereit freundlich und überhaupt gern gesehen.



**BASEL
IST
SPORT.**

Doch wie so mancher Spitzenathlet musste auch sie kürzlich einen herben Rückschlag hinnehmen: Mitte März hat sie sich im Training den Arm gebrochen. Nach anfänglichem Schonprogramm steht nun der Wiederaufbau an mit der Hoffnung, im Juli zwei Wochen am internationalen Trainingslager in Tirrenia (It) teilzunehmen. Im Oktober finden schliesslich die Schweizer Mannschafts-Meisterschaften in Montreux statt, bevor im November der U13-Länderkampf in Wallisellen, das internationale Turnier im französischen Combs und der Kadertest in Magglingen ihr sportliche Jahr abrunden werden.

2020 wird für Ella schliesslich Richtung Beruf wegweisend sein, denn sie wird altersmässig in die Sekundarstufe wechseln. Entweder wird sie hierfür die Sportklasse Muttenz besuchen oder mit der Individuallösung in der Sekundarschule Gelterkinden/Sissach weiter machen.

Aline König, 7.3.1999, Biathlon

Sich als "Flachländer" in einer Wintersportart wie Biathlon durchzusetzen braucht Mut, Wille, Ausdauer, Leidenschaft und enorme Disziplin. Diese Eigenschaften bringen Aline und Seraina König aus Giebenach diskussionslos mit. Die Schwestern gehören seit Jahren zu den besten Nachwuchs Biathletinnen der Schweiz. Neben ihrem grossen Talent für den Biathlon-Sport verdanken sie ihre Erfolge aber auch zu einem nicht geringen Teil ihren Eltern, die sie jederzeit unterstützen und sie an den Wochenenden zu den Wettkämpfen im In- und Ausland begleiten.

Aline König hat vergangenen Sommer die Matura an der Sportmittelschule Engelberg bestanden. Sie trainiert und wohnt seither in der Lenzerheide, wo sie in der Biathlonarena optimale Trainingsbedingungen vorfindet. Mit weiteren Athleten teilt sie sich eine WG. Neben dem Sport studiert sie seit September Rechtswissenschaften an der Fern-Universität Schweiz.

Biathlon ist ihre grosse Leidenschaft. Schon früh steckte sie ihre Freizeit in diesen Sport, wo Ausdauer und Präzision gefragt sind. In der Saison 2015/16 gewann sie in der Kategorie Jugend I den Swisscup. In der darauffolgenden Saison startete die Giebenacherin bei der Jugend II und wurde Vize-Meisterin beim Swisscup. Dazu resultierte am Alpencup - Wettkampfserie der Nationen Schweiz, Deutschland, Italien, Österreich und Slowakei - in Bormio im Sprint der dritte Rang. Im letzten Jahr egalisierte sie diesen dritten Rang und wurde zudem Zweite am Swisscup in der Cross Sprint Disziplin.

Diese Saison startete Aline König vom SSC Riehen erstmals bei den Juniorinnen (Jahrgang 99-97) und wurde im Dezember von Swissski bereits für zwei IBU Juniors Cup Wettkämpfe (weltweite Serie für Junioren) selektioniert. In der Verfolgung wurde sie 41., im Sprint bei 105 Teilnehmerinnen belegte sie den 53. Rang. Im Alpencup wurde sie in Deutschland zweimal Sechste im Sprint und im Supereinzel. Dies ist ein vielversprechender Einstieg in den Junioren-Wettbewerb, denn die Konkurrenz der grossen Biathlon-Nationen ist erheblich.

Aline gehört dem C-Kader, der Juniorinnen Nationalmannschaft, an. Ihr grosses Saisonziel war die Teilnahme an der WM im slowakischen Brezno Osrblie und an der EM in Sjusjoen (Norwegen). Da sie am IBU Junior Cup aber die Top 30 verpasst hatte, reichte es nicht an diese Nachwuchs-Welttitelkämpfe. Eine neue Chance erhielt sie jedoch an den Europameisterschaften in Norwegen. Dort belegte sie im Einzel als beste Schweizerin den 42. Rang und hat sich für die Teilnahme an der Mixed Staffel qualifiziert. Ende Saison konnte sie mit dem Vize-Schweizermeister-Titel im Massenstart die Saison beenden. Mit dieser Leistung ist sie zufrieden. Doch sie hat selbst erlebt, dass die höhere Juniorenkategorie nicht "einfach zu nehmen" ist. Da gilt es zunächst sich zu etablieren.



**BASEL
IST
SPORT.**

Momentan hat sie einen Trainingsumfang von 650 Stunden pro Jahr. Die kommende Saison will sie diese neben dem Studium auf 700 Stunden/Jahr erhöhen. Bis 2022 werden es dann, wenn sie verletzungsfrei bleibt, bei 800 Stunden/Jahr sein.

Mittelfristige Ziele hat sich Aline König klar gesetzt: Sie will sich für die Heim-WM 2020 in Lenzerheide qualifizieren und dort einen Rang unter den besten 20 holen. Ferner fokussiert sich die Baselbieterin auf einen Startplatz am IBU Cup und danach ins B-Kader von Swissski aufgenommen zu werden. Längerfristig stehen Startplätze im Weltcup auf dem Plan sowie die Teilnahme an den Olympischen Winterspielen 2026.

Seraina König, 26.3.2001, Biathlon

Sich als "Flachländer" in einer Wintersportart wie Biathlon durchzusetzen braucht Mut, Wille, Ausdauer, Leidenschaft und enorme Disziplin. Diese Eigenschaften bringen Aline und Seraina König aus Giebenach diskussionslos mit. Die Schwestern gehören seit Jahren zu den besten Nachwuchs Biathletinnen der Schweiz. Neben ihrem grossen Talent für den Biathlon-Sport verdanken sie ihre Erfolge aber auch zu einem nicht geringen Teil ihren Eltern, die sie jederzeit unterstützen und sie an den Wochenenden zu den Wettkämpfen im In- und Ausland begleiten.

Seraina König besucht das dritte Gymnasium an der Sportmittelschule in Engelberg. Dort findet die Athletin vom SSC Riehen beste Trainingsbedingungen. Sie gehört dem Leonteq Junior Team (Swiss Ski Kandidatengruppe) an und besitzt die Olympic Talent Card National.

Die Giebenacherin hat ihr diesjähriges Saisonziel erreicht: Am Alpencup - Wettkampfsreihe der Nationen Schweiz, Deutschland, Italien, Österreich und Slowakei - in Ridnaun qualifizierte sie sich für das 14. European Youth Olympic Winter Festival (EOYF) in Sarajevo und Bosnien&Herzegowina. Von Swiss Olympic und Swiss Ski selektioniert, dankte sie ihre Teilnahme mit dem 14. Rang und wurde damit zweitbeste Schweizerin im Einzel. Dazu kam der 8. Rang im Mixed. "Nebenbei" erreichte sie in der Gesamtwertung des diesjährigen Swisscups den zweiten und im Alpencup den vierten Schlussrang.

Den Grundstein für ihre heutigen Erfolge legte sie 2015/16 in der Kategorie Jugend U15 mit dem zweiten Gesamtrang am Swisscup. In diesem Jahr wurde sie auch Schweizer Meisterin mit dem Luftgewehr. Die darauffolgende Saison startete sie bei der Jugend I. Wiederum gelang ihr der zweite Gesamtrang am Swisscup sowie am Alpencup ein Sieg und ein zweiter Platz im Sprint sowie der 3. Gesamtrang. 2017/18 startete sie in der gleichen Altersklasse, gewann beim Swisscup im Massenstart und in der Gesamtwertung, wurde zweite im Sprint und in der Verfolgung. Am Alpencup holte sie in drei Sprintwettkämpfen ein sechster sowie zwei siebte Ränge. An der Schweizer Meisterschaft in der Lenzerheide gab es Silber beim Massenstart (Jugend I und II). Mit diesen Leistungen qualifizierte sie sich für das Leonteq Junior Team.

Momentan betragen ihre jährlichen Trainingsstunden neben der Schule 560 Stunden. Diese will sie für kommende Saison auf 610 Stunden/Jahr steigern. Für 2020 ist nochmals eine Steigerung auf 660 Stunden/Jahr vorgesehen. Und mit der Qualifikation fürs C-Kader vor Augen will sie den Trainingsaufwand nochmals um 50 Stunden erhöhen, sodass sie neben dem kommenden Studium auf 710 Trainingsstunden pro Jahr kommen würde.

Seraina hat sich als mittelfristiges Ziel gesetzt, sich an der Heim-WM in der Lenzerheide 2020 zu qualifizieren und dort einen Rang unter den besten 20 Biathletinnen zu holen.



**BASEL
IST
SPORT.**

Ferner stehen die Selektion fürs C-Kader von Swiss ski im Fokus, wie auch der Start am IBU Cup Junior Cup. Langfristig will sie sich für das B-Kader von Swiss ski empfehlen, im Weltcup starten und danach die Olympischen Winterspielen 2026 aktiv ins Visier nehmen.