

Samstag, 18. Januar 2020

Spitzenspiel um Platz eins

Handball Nach dem erfolgreichen Start in das neue Jahr, mit einem 36:17-Sieg gegen Rotweiss Thun, erwartet das NLA-Team des LC Brühl bereits die nächste Aufgabe. Die St. Gallerinnen, welche die Tabelle anführen, treffen im Spitzenspiel um den ersten Platz auf Verfolger Zug. Anspiel ist morgen um 16 Uhr in der Zuger Sporthalle.

Die Teams trennen lediglich zwei Punkte. Wie auch Brühl gestaltete Zug den Start ins neue Jahr erfolgreich. Gegen Kreuzlingen siegten die Zugerinnen mit 33:24. Brühl will der Zuger Rückraumachse nicht zu viel Spielraum gewähren und Kreisanspiele sowie schnelle Kontertreffer vermeiden. (pbr)

Ein Unentschieden für den FC Wil

Fussball Im letzten Testspiel vor dem Rückrundenstart trennten sich der FC Wil und Austria Lustenau 1:1. Den Ausgleich für Wil erzielte Silvio in der 66. Minute. Die Ostschweizer hätten sich allerdings den Sieg verdient. Die Österreicher erspielten sich kaum Chancen. Beim FC Wil kam, wie schon gegen Thun, erst mit der Einwechslung von Silvio Gefahr auf. Kwadwo Duah war zwar bemüht, setzte aber wenig Akzente. Erstmals mit dabei war Andrea Padula, der vom FC Chiasso nach Wil wechselte. Er löste seine Aufgabe als linker Mittelfeldspieler genauso gut wie auf der Position des Rechtsverteidigers. (gll)

Am Wochenende

Eishockey

1. Liga. Samstag: 17.00 Frauenfeld – Burgdorf, Uzehalle, Niederuzwil. 17.30 Herisau – Prättigau-Herrschaft, SZ. 17.30 Pikes Oberthurgau – Bellinzona, EZO, Romanshorn.

Handball

1. Liga. Finalrunde. Samstag: 18.00 Neuhausen – Frauenfeld, Rhyfall. – Abstiegsrunde. Samstag: 19.00 Arbon – Horgen/Wädenswil, Sporthalle. 17.00 Seen – Fortitudo Gossau, Mattenbach, Winterthur. 18.30 Siggenthal/Vom Stein Baden – Fides, Aue, Baden.

NLB. Frauen. Samstag: 17.15 Arbon – Olten, Sporthalle. 18.30 Nottwil – Goldach-Rorschach, Kirchmatte. – Sonntag: 17.00 Arbon – Nottwil, Sporthalle. 18.00 Zug – Brühl, Sporthalle.

Leichtathletik

Hallenmeeting in St. Gallen (So).

Unihockey

NLA. Männer. Samstag: 19.00 Waldkirch-St. Gallen – Uster, Tal der Demut.

NLB. Männer. Samstag: 18.00 Thurgau – Basel, Paul-Reinhardt-Halle, Weinfelden.

NLA. Frauen. Sonntag: 17.00 Emmental Zolbrück – Frauenfeld, BOE, Zolbrück.

NLB. Frauen. Samstag: 19.00 Uri – Appenzell, Hagen, Altdorf. 19.30 Dürnten-Bubikon-Rüti – Waldkirch-St. Gallen, Roosriet, Rüti. – Sonntag: 16.00 Appenzell – Giffers, Gringel. 17.00 Waldkirch-St. Gallen – Zäziwil, Tal der Demut, St. Gallen.

Volleyball

NLA. Männer. Samstag: 18.00 Chênos – Amriswil, Sous-Moulin, Thônex.

NLB. Männer. Samstag: 14.00 Amriswil – St. Gallen, Tellenfeld. 14.30 Schönenwerd – Kreuzlingen, Betoncoupe Arena. – Sonntag: 15.30 Voléro Zürich – St. Gallen, Kreuzbühl.

NLA. Frauen. Samstag: 17.00 Aesch-Pfiffingen – Toggenburg, Löhrenacker, Aesch.

NLB. Frauen. Samstag: 17.00 Aadorf – Obwalden, Löhrenacker.

Lachen macht ihn schneller

Zehnkämpfer Simon Ehammer ist Perfektionist. Doch nur mit Lockerheit erreicht er seine Ziele. Ein Balanceakt.

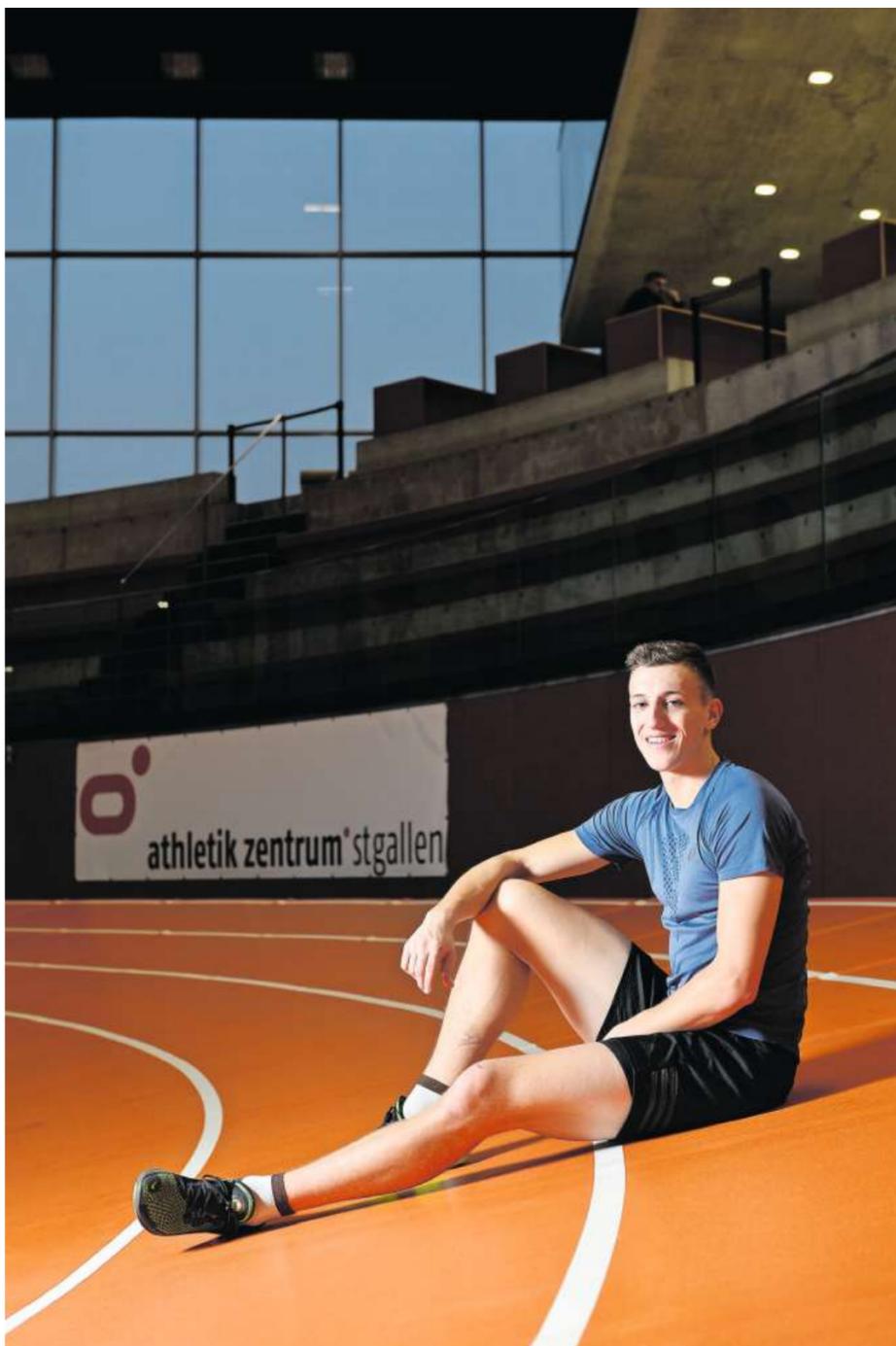
Raya Badraun

Nach der U20-EM im vergangenen Sommer blieb es ruhig um Simon Ehammer. Er bekam zwar Anfragen von Colleges aus den USA, die er dankend ablehnte. Viel mehr Aufmerksamkeit in den Medien gab es für den Appenzeller Mehrkämpfer, der soeben Europameister geworden war, aber nicht. «Es ist wahrscheinlich besser so», sagt Ehammer. «Dann muss ich niemandem Rechenschaft ablegen.» Der bald 20-Jährige hat eben sein Training mit dem TV Teufen im Athletik-Zentrum hinter sich. Zwei 100-m-Sprints machte er zum Abschluss. Nun sitzt er am Rande der Rundbahn und spricht über seine Pläne. Die Erwartungen und Ziele sind hoch. Es sind vor allem seine eigenen. Alleine in dieser Hallensaison möchte er den Schweizer U23-Rekord im Siebenkampf und im Weitsprung holen, wenn möglich auch noch diejenigen bei der Elite. Einen Anlauf nimmt er an diesem Sonntag beim Hallenmeeting im Athletik-Zentrum, wo er über 60 m, 60 m Hürden, im Weit- und Stabhochsprung antritt.

«Ja, ich stecke mir hohe Ziele», sagt er. «Doch nur so weiss ich, warum ich das alles mache. Und zuletzt habe ich mich oft selbst überrascht.» Ehammer ist ein Perfektionist, der sich nur mit Bestleistungen zufrieden gibt. Dabei braucht gerade er die Lockerheit, um Grosses zu schaffen. Doch es hat gedauert, bis er das herausgefunden hat.

Aufregen, schreien, weinen – und dann weitermachen

Die Karriere von Simon Ehammer ähnelt jener vieler anderer Athleten. Er nahm am Migros-Sprint teil, dann beim UBS-Kids-Cup – und schaffte es in den Schweizer Final. Dort wurde der TV Herisau auf ihn aufmerksam. So wurde aus dem elfjährigen Ehammer aus Stein ein Leichtathlet. In seiner Jugend hatte er nie eine grosse Verletzung, musste nie lange pausieren. Und er wurde stets besser. Doch er hatte ein Problem. Wenn er einmal keine persönliche Bestleistung aufstellte, einen Wettkampf nicht gewann, dann ärgerte er sich. Nicht nur



Simon Ehammer möchte in der Hallensaison Schweizer Rekorde knacken.

Bild: Hanspeter Schliess

ein bisschen – und er versteckte es nicht. «Damit nervte ich wohl alle auf dem Platz», sagt Ehammer. «Doch bis ich gemerkt habe, dass eine Bestleistung nicht immer möglich ist, dauerte es.»

Die Wende brachte schliesslich die U20-WM im finnischen Tampere, die im Sommer 2018 stattfand. Ehammer, damals

18 Jahre alt, reiste als einer von vielen an. Die Medaillen schienen nicht in greifbarer Nähe, als 15. der Jahresweltbestenliste waren zu viele besser als er. «Was willst du machen?», fragte ihn Trainer Karl Wyler beim Einwärmen vor dem Wettkampf. «Persönliche Bestleistung», antwortete Ehammer. So

waren eingespielt. Nun gilt es, so schnell wie möglich wieder die frühere Stabilität zu erreichen.»

Zeidler: «Urs Fischer wollte gegen uns spielen»

St. Gallen bestreitet morgen den letzten Test vor dem Rückrundenstart im Kybunpark am 26. Januar gegen Lugano. Die Ostschweizer reisen auf Einladung Union Berlins in die deutsche Hauptstadt. Dabei dürften sie vor allem auf Spieler treffen, die nicht zur ersten Garde zäh-

len, da Union schon heute in die Rückrunde startet. Für die Berliner ist es wegen des grossen Kaders wichtig, dass auch die Ersatzspieler im Rhythmus bleiben, weshalb sie diese Testpartie ansetzten. «Urs Fischer hat den Wunsch geäussert, gegen uns zu spielen. Das ehrt uns», sagt Zeidler. Der Union-Trainer Fischer hat zwischen 1987 und 1995 243 Partien für St. Gallen absolviert.

Patricia Loher

«Zuletzt habe ich mich oft selbst überrascht.»

Simon Ehammer
Appenzeller Mehrkämpfer

vereinbaren sie, dass sie von Disziplin zu Disziplin schauen, nicht rechnen, nicht überlegen, was wäre, wenn. Was dann passierte, überraschte alle. In acht von zehn Disziplinen stellte Ehammer eine persönliche Bestleistung auf. Die Gesamtpunktzahl übertraf er um mehr als 300 Punkte. Und das Beste: Er gewann Bronze.

Plaudern auf dem Wettkampfsplatz

«Der Lauf von damals hat bis heute nicht mehr gestoppt», sagt Ehammer. Er weiss nun, was es braucht: Lockerheit. Wenn er auf seinen nächsten Einsatz im Stabhoch- oder Weitsprung wartet, plaudert er mit seinen Kollegen – und auch Lachen ist ihm wichtig. Es mache einen grossen Unterschied, ob man während des Wettkampfes grimmig schau oder freundlich. «Ich habe Freude an dem, was ich mache, und will das auch zeigen», sagt Ehammer.

Klar, perfekt ist noch nicht alles. Im vergangenen Sommer hatte er Mühe beim Hochsprung. Ein Jahr davor sprang er ohne Probleme über zwei Meter. Nun hatte er eine Blockade, sobald eine Zwei dastand. Auch an der U20-EM klappte es nicht. «Mein Trainer hat mich einen Moment wütend sein lassen», sagt Ehammer. «Dann hat er einen Schlusstrich gezogen.» Fertig, weitermachen. Und plötzlich ging es wieder. Am vergangenen Wochenende übersprang Ehammer in Dornbirn im Hochsprung 2,02 Meter.