

Sport

Zum Schwingen fand er nur aus Faulheit

Aufsteiger der Saison Lars Zaugg arbeitet anders als viele Topathleten Vollzeit. Seine Karriere verdankt der 24-jährige Emmentaler einem Jugendfreund – und vergessenen Handschuhen.

Philipp Rindlisbacher und
Marco Oppliger

Sein Notenblatt auf der Schwägalp war überragend: Lars Zaugg bezwang die Nordostschweizer Domenic Schneider und Damian Ott und trotzte Werner Schlegel einen Gestellten ab. Wie schon auf der Rigi wurde er erst im Schlussgang von seinem Berner Kollegen Fabian Staudenmann gestoppt. Dabei stieg der Emmentaler wegen eines angerissenen Innenbandes erst Mitte Juni in die Saison ein. Als einer von wenigen Spitzenathleten arbeitet der 24-Jährige im 100-Prozent-Pensum, er ist Produktionsleiter in der Metzgerei des früheren Schwingers Jonas Lengacher in Aeschi.

Der Beruf:
Metzger aus Leidenschaft

Schon sein Grossvater war Metzger, und es kam öfter vor, dass Zaugg auf dem Heimweg vom Kindergarten kurz bei ihm haltmachte, um ein «Redli» Würst zu bekommen. Ab der fünften Klasse arbeitete er stundenweise in einer Metzgerei und sammelte Erfahrungen im Schlachthaus. Abgeschreckt hat ihn das nicht. Ein anderer Beruf hat Zaugg nie interessiert. «Den Umgang mit dem Töten von Tieren kann man nicht lernen», sagt er, «entweder man kann es oder eben nicht.» Ungefährlich ist der Job nicht. Vor rund einem Jahr schnitt sich Zaugg derart stark in den linken Mittelfinger, dass Sehnen und Nerven durchtrennt wurden. Drei Monate war er krankgeschrieben, gar vier Monate durfte er nicht schwingen. Seither hat Zaugg kein Gefühl mehr im Finger, was ihn beim Schwingen aber nicht stört.

Das Umfeld:
Der Chef ist manchmal Gegner

Um 7 Uhr beginnt Zaugg mit der Arbeit, nach Feierabend geht er ins Training. Es gibt in seinem Leben neben dem Schwingen und der Arbeit nicht viel Platz. Und trotzdem ist er zufrieden. Sein Pensum jedenfalls will er vorerst nicht reduzieren. «Das Arbeiten tut mir gut, ich kann dabei vom Schwingen abschalten, das ist aktive Erholung», sagt er. Bis vor dieser Saison kümmer-



Es läuft: Lars Zaugg ist 2026 der Aufsteiger in der Berner Schwinger-Mannschaft. Foto: Gian Ehrenzeller (Keystone)

te er sich kaum um die Sponsorenakquise. Mittlerweile hat er mit Gérard Scheidegger einen Manager engagiert. Der frühere Geschäftsführer des HC Davos, EHC Biel und der SCL Tigers betreut unter anderen auch die Brüder Matthieu und Etienne Burger.

Zauggs Vorteil ist, dass sein Chef viel Verständnis fürs Schwingen aufbringt. Am Montag nach einem Schwingfest darf

er auch mal freimachen, für Physiotermine darf er früher gehen. Aber die Nächstenliebe hat Grenzen. Denn: Lengacher ist technischer Leiter der Oberländer, an Gauverbandsfesten setzt er sich ausschliesslich für ihre Belange ein, das liess er den Emmentaler auch wissen. «Er sagte einmal: «Du hast selbst einen technischen Leiter in der Einteilung», sagt Zaugg lachend.

Das Athletiktraining absolviert der 190 cm grosse Zaugg wie Matthias Aeschbacher im Campus in Langnau unter dem ehemaligen Skirennfahrer Pascal Oesch.

Der Anfang:
Aus Zufall zurück ins Sägemehl

Lars Zaugg und Schwingen – es ist Liebe auf den zweiten Blick. Als Sechsjähriger kämpfte er erstmals im Sägemehl; als er

«Früher verdrückte ich zwischen Arbeit und Training drei, vier Cervelats mit Brot. Heute setze ich auf einen Protein-Shake.»

Lars Zaugg

alt genug war, um sein erstes Fest bei den Jungschwängern zu bestreiten, bekam er von Trainern und Kollegen zu hören, dass es sehr schwierig sei, nur schon einen Zweig zu gewinnen. Sie wollten den Buben auf eine allfällige Enttäuschung vorbereiten.

Doch als dieser beim zweiten Wettkampf schon den Zweig mit nach Hause nahm, hatte er genug. «Ich hatte dieses scheinbar so schwierig zu erreichende Ziel erreicht. Darum suchte ich mir ein neues Hobby.»

Fortan spielte er Unihockey, sehr zum Bedauern des Jungschwinger-Leiters im SK Siehen, der ihn zum Bleiben überreden wollte. Aber bis er 14 war, setzte Zaugg nie mehr einen Fuss ins Sägemehl.

Zurück fand er, nun ja, aus Faulheit: Mit seinem Jugendfreund Dominik Gasser, seit 2022 eidgenössischer Kranzschwinger, spielte er in Eggwil an einem Mittwochnachmittag Fussball, doch die Goaliehandschuhe blieben auf dem Schulhausplatz liegen. Zaugg mochte sie nicht holen, und so sagte Gasser, er werde das für ihn erledigen – aber nur, wenn er dafür wieder mal mit ins Schwingtraining komme. Der Rest? Eine rasante Erfolgsgeschichte.

Mitte 2016 nahm Zaugg wieder an Festen teil, im Jahr darauf gewann er zwei Wettkämpfe, 2018 war er fast schon unschlagbar im Nachwuchs. Es muss deprimierend gewesen sein für die Konkurrenten, weil da einer kam, der jahrelang nichts mit Schwingen am Hut und an und für sich gewaltigen technischen Rückstand hatte. «Ich hatte das Glück,

gross zu sein, und bin mit einer natürlichen Rohkraft gesegnet», sagt Zaugg dazu nur.

Der Rückschlag:
Der verflixte Viertelpunkt

Nach dem Eidgenössischen vor Jahresfrist in Mollis sei es ihm zwei, drei Tage sehr schlecht gegangen, sagt Zaugg, der sich damals daheim verkroch. Den Kranzgewinn hatte er um einen läppischen Viertelpunkt verpasst, die Note 9 statt 8.75 im letzten Gang für den Gestellten gegen den Innerschweizer Marcel Bieri hätte gereicht. Bitterer ging es kaum, doch sein Chef Jonas Lengacher konnte ihn trösten: Er hatte 2019 in Zug das gleiche Szenario erleben müssen.

Aber dann kniff sich Zaugg in den Hintern. «Ich sagte mir: Was solls? Als Eidgenosse hätte ich nur einen Stern mehr hinter meinem Namen gehabt. Aber gut schwingen kann ich auch so.»

Gesagt, getan. Am Bernisch-Kantonalen im Wankdorf (Rang 5) habe es Klick gemacht, «da spürte ich, dass ich in Form bin». Seinen Leistungssprung vermag er nicht schlüssig zu erklären, zumal er seit einem Jahr nicht einmal mehr Mentaltraining absolviert. «Ich habe es vergessen, einen Termin zu vereinbaren», sagt der 31-fache Kranzgewinner schmunzelnd.

Die Aussage passt ganz gut zu Zaugg, der gerade völlig unbeschwert schwingt. Im Winter verbrachte er acht Wochen in Magglingen, er profitierte vom Gefäss der Spitzensportförderung der Schweizer Armee und konnte wie etwa auch Staudenmann, Aeschbacher, Adrian Walther oder Michael Moser seinen WK hoch über Biel absolvieren. Zaugg hat auch seine Ernährung etwas angepasst, wobei er nach wie vor primär isst, worauf er Lust hat. «Aber früher verdrückte ich in der Zeit zwischen Arbeit und Training drei, vier Cervelats mit Brot. Heute setze ich auf einen Protein-Shake.»

Lars Zauggs mittelfristiges Ziel sind der erste Kranzfestsieg und der eidgenössische Kranzgewinn 2028 in Thun. Und am 5. September wird er am Kilchberger Schwinget in die Zwilchhosen steigen, wie Jugendfreund Dominik Gasser.

Dank ihr gelang der Befreiungsschlag – die Berner Ambitionen sind zurück

Stephanie Waeber Die Leaderin der YB-Frauen meldet sich beim Sieg gegen Servette eindrucksvoll auf der grossen Bühne zurück.

Nach dem missratenen Saisonstart gelang es den YB-Frauen am letzten Freitag, ein wichtiges Zeichen zu setzen. Im Nachtragspiel gegen Servette Chênois gewannen die Bernerinnen zu Hause im Wankdorf souverän 3:2 – ausgerechnet gegen jene Gegnerinnen also, gegen die sie im Playoff- und im Cupfinal der vergangenen Saison den Kürzeren gezogen hatten. Einen entscheidenden Anteil am Sieg hatte Rückkehrerin Stephanie Waeber.

Die 25-jährige Leaderin, die ihrem Team nach einem Kreuzbandriss im letzten Sommer fast ein Jahr lang schmerzlich fehlte, stand erstmals in der Meister-

schaft wieder von Beginn weg auf dem Platz. Und Waeber lieferte: Kurz nach der Pause köpfelte sie zum 2:1 ein, ehe sie in der 62. Minute mit einem direkt verwandelten Freistoss zum 3:2 nachlegte. Und damit zur Matchwinnerin wurde.

Waeber will endlich wieder ihrem Knie vertrauen

«Ich hätte es mir nicht besser erträumen können, als so ein Comeback im Wankdorf feiern zu dürfen», sagt Waeber. Ganz zurück auf ihrem früheren Niveau sieht sie sich trotz des persönlichen Erfolgs aber noch nicht. «Ein bisschen braucht es schon noch, bis ich wieder auf 100 Pro-

zent bin. Ich merke, wie intensiv diese Partien sind.» Gerade die Belastung für ihr Knie sei dabei eine Herausforderung. Deshalb geht es für sie momentan weiter darum, erst mal wieder mehr Vertrauen zu fassen.

Druck, bei ihrer Rückkehr sofort wieder voll liefern zu müssen, habe sie sich indes nie gemacht. Auch nicht, als sie unmittelbar nach ihrem Comeback wieder die Captainbinde übernahm. Ihre Bedeutung für das Team hatte sie auch während ihrer Verletzungspause nicht verloren. Zum Saisonauftakt zeigt sie nun, weshalb sie für die YB-Frauen noch immer eine der wichtigsten Leaderinnen ist.

Dass ihr vor dem zwischenzeitlichen 2:2 ein kapitaler Fehlpass unterlief und sie damit am Gegentor beteiligt war, trübt die Freude zwar ein wenig. Mit ihrem Auftritt darf sie dennoch sehr zufrieden sein.



Fulminante Rückkehr: YB-Captain Stephanie Waeber. Foto: Freshfocus

Der Sieg war für YB schliesslich besonders wertvoll. Zuvor hatten die Bernerinnen sowohl das Qualifikationsturnier für die Champions League verloren als auch zum Meisterschaftsauftritt gegen Basel eine Niederlage einstecken müssen. «Nach dem schlechten Saisonstart haben wir uns besonders viel vorgenommen», sagt Waeber. Gegen Servette habe das Team den Matchplan konsequent umgesetzt, Vollgas gegeben, die Zweikämpfe angenommen und verhältnismässig viele zweite Bälle gewonnen.

YB kann jetzt auf ein breites Kader zurückgreifen. Das Team ist besonders gut aufgestellt – gerechnet hatte der Verein näm-

lich mit mehreren englischen Wochen. Weil die europäischen Wettbewerbe jedoch ausfallen, bleibt nun immerhin mehr Zeit für Regeneration und Training. Und für den Fokus auf die Meisterschaft.

Und das braucht es, denn die Ambitionen bleiben hoch. «Auch die nächsten Spiele wollen wir unbedingt gewinnen», sagt Waeber. Gelegenheit dafür bietet sich schon am Samstag gegen Rapperswil. Da wird das Siegen wieder zur Pflichtaufgabe, wenn die YB-Frauen ihren kürzlich bezwungenen Erzrivalinnen den Titel streitig machen wollen.

Nicolas Kaiser