

GLATTWEGS

VON OLIVIA MAURER

APFEL ODER BIRNE?

Ich, Anfang zwanzig, kann mich nicht entscheiden: Statt auf unbeschwerten Partys zu tanzen, starre ich lieber in ein Glas Rotwein und quäle mich mit Lebensfragen. Soll ich meine Zeit in die Karriere stecken? Halt. So weit bin ich noch gar nicht. Welche Karriere verfolge ich überhaupt? Lohnt es sich für die Bikini-Figur auf die Cremeschnitte zu verzichten? Schliesslich könnte jeden Augenblick ein Stückchen Pluto vom Himmel fallen und uns allesamt vernichten.

Mittlerweile ist sowohl mein Gemütszustand wie auch das Weinglas «halb leer» und es drängen sich Fragen der ganz üblen Sorte auf: Lebe ich wirklich jeden Tag als wäre es mein letzter? Seit wann freue ich mich mehr über eine Früchteschale als über das neue Album von Beyoncé? Kurz: Ich werde älter. Entscheidungen zu treffen wird mühsam. Ich könnte sie ja später bereuen oder gar etwas verpassen.

Ich stehe also am Scheideweg. Täglich. Ich erstelle Pro- und Kontra-Listen, dann ein Mindmap, hole mir verschiedenste Meinungen ein und zum Schluss frage ich sicherheitshalber auch noch Google. Es könnte ja ein sibirischer Zwergpudel schon einmal dieselbe Erfahrung gemacht haben und dies in ein Forum geschrieben haben. Wer weiss.

Dann bin ich verwirrt, weil die Resultate meiner Listen, Analysen, Auswertungen und Rückmeldungen nicht zueinander passen. Wie konnte ich mich als Kind so einfach zwischen Apfel und Birne entscheiden? Ich komme zum Schluss, dass ich es einfach getan habe. Ich habe mich quasi mit Links und Kopf voran ins Unglück oder eben ins Glück gestürzt. Ohne Liste, ohne Analyse und ohne die Meinung anderer. Ich habe mich fallen lassen – in ein Abenteuer nach dem anderen. Samt deren Konsequenzen. Und siehe da, es war nur halb so schlimm. Deshalb lege ich jetzt das Beyoncé-Album in den CD-Player, esse meine Cremeschnitte und ziehe mir das Glitzershirt für die nächste Party über. Hey, ihr Erwachsenen da draussen: Zieht die Schutzbrillen ab und rennt einfach mal los – Kopf voran. Und mit ein wenig Aspirin am Tag darauf ist es auch fast wie früher, versprochen!

WENN DIE UR-AGGR

SELBSTVERSUCH: «Glattaler»-Korrespondent Christoph Steinberger mochte American Football – als Fernsehreporter. Selber auf dem Platz erlebte er im Probetraining mit den Dübendorfer State Spartans die wohl härteste sportliche Herausforderung seines Lebens.

Bier, Chicken Wings und Chips: so sieht American Football für mich aus. Alljährlich sitze ich an einem Montagmorgen im Februar von halb Eins bis vier Uhr nachts traditionell mit meinem Bruder und einigen Kollegen auf der Couch und fachsime über die Spielzüge des NFL-Finals, des Super Bowls. «Wieso hat der Peyton den Ball jetzt geworfen? Ein Laufspielzug wäre viel sicherer gewesen», werfe ich jeweils nerviert in die Runde und ernte ahnungslose Blicke. Ich kenne mich für Schweizer Verhältnisse ziemlich gut aus, habe immerhin schon einige reguläre Saisons und Super Bowls mitverfolgt. Auf jeden Fall reicht mein Wissen aus, um zwischen zwei Schlücken Bier lauthals die Entscheidungen des millionenschweren Star-Quarterbacks zu hinterfragen. Die Geschwindigkeit und Härte des Sports faszinieren mich. Die über hundert Kilogramm schweren Spitzenathleten, die mit Höchstgeschwindigkeit frontal aufeinander prallen. Der muskulöse Running Back zum Beispiel – ein Spieler, der sich mit dem Ball ins Getümmel stürzt –, der wie ein nasser Sack zu Boden geht, wenn sich 500 Kilogramm Menschenmasse auf ihn schmeissen. Ich wundere mich jeweils, wie es mir ergehen würde, eingeklemmt zwischen Fleischbergen oder überfahren von einem Bus mit über 30 Stundenkilometern.

BRACHIALE GEWALT

Bis anhin war das bloss ein unrealistischer Tagtraum, beziehungsweise Tagalbtraum. Nun finde ich mich plötzlich mit mulmigem Gefühl und weichen Knien, eingepackt in Panzer und Helm bei 30 Grad und praller Sonne auf dem Kunstrasen der Sportanlage Dürrbach wieder. Die Ausreden, die ich mir tagsüber überlegt hatte, um das Training der Zurich State Spartans in letzter Sekunde abzusagen, waren nicht stichfest genug. Erschöpft



Mit aller Härte geführter Kampf ums Ei: Die Dübendorfer Footballer der «State Spar

und völlig verschwitzt vom Einlaufen, von den Kraftübungen und vom Fangtraining, das ich in der letzten halben Stunde mit den Offensivspielern und Quarterback Pablo absolviert habe, bereite ich mich auf den harten Teil des Trainings vor.

Der Schweiß brennt in den Augen. Vor mir steht der – von mir geschätzt – hundert Kilo schwere Linebacker Yannic, der mich in wenigen Sekunden von den Füissen holen wird. «Kopf in den Nacken legen, Arme breit vom Körper halten.» Irgend so etwas hat Coach Reto Winkler gesagt. Oder war es anders rum? Was passiert, wenn ich es verwechselt habe? Die zu kleinen Schulterpolster, die ich für das Training erhalten habe, stimmen mich nicht gerade zuversichtlich. Kann ich die Übung auslassen? Wenn ich doch nur nicht gefilmt würde. Wumms – schon liege ich auf dem Rücken. Es verschlägt mir kurz den Atem. «Nicht allzu heftig bei den ersten paar Tackles», war Retos Anweisung an Yannic. Mir schwant Übles. Ich versuche, etwas mehr dagegenzuhalten, lande aber auch bei den nächsten zehn Tackles auf dem Rücken – was ja schliesslich auch der Sinn der Übung ist.

Dann bin ich an der Reihe. Etwas zaghaft werfe ich mich ein erstes Mal in mein Gegenüber, mit gütiger Mithilfe und einer Art Schwalbe landet dieser tatsächlich neben mir auf dem Boden. Mit etwas mehr Mut und Kraft greife ich erneut an. Ich bin eigentlich ein friedfertiger Mensch, doch die brachiale Gewalt und die Kollision von zwei Körpern, die ungebremst aufeinander prallen, lösen in mir etwas aus. Eine jahrelang in meinem Stammhirn schlummernde maskuline Ur-Aggression erwacht allmählich. Die Zweifel schwinden, der Ehrgeiz wächst. Ich will nicht das Journalisten-Weichei sein. Die Übung «Machine Gun» wird ihrem Namen gerecht. Mit voller Wucht schleudere ich mich wieder und wieder Schulter an Schulter in den Gegner. Ich ignoriere die Schmerzen und habe auf eine leicht masochistische Art richtig Spass.

PULS KONSTANT ÜBER 180

Ich könnte ewig so weiter machen, bin aber nach einer halben Stunde komplett platt. Mein Körper sendet mir eindeutige Signale. Der Puls war schon lange nicht mehr unter 180, meine Sicht wird von einem leichten Nebel und vielen Schweißstropfen eingeschränkt,

SESSION ERWACHT



«Glattaler» beim Training. Bild: Nathalie Guinand

die Sonne brennt weiterhin unerbittlich auf meinen schwarzen Helm und meine Muskeln geben langsam nach. Ich bin es mir vom Fussball gewohnt, über 90 Minuten Leistung abzurufen, doch beim Football gibt es nur Maximalkraft. In jeder Aktion muss der Spieler in kurzen Intervallen all seine Kraft oder Schnelligkeit abrufen können und gleichzeitig Unmengen an Spielzügen präzise umsetzen.

Ich bin bereits mit den wenigen Formen aus dem einen Training überfordert. In der abschliessenden Spielform werde ich als Verteidiger eingesetzt. «DOWN – Green 92 – Green 92», schreit Quarterback Pablo. Reto entgegnet als Defense-Koordinator mit «Base Mike Will cross Cover Blue, ready Go.» Ich schaue ihn fragend an. «Renn einfach deinem Gegenspieler nach und schau, dass er den Pass nicht fangen kann.» Wie mir befohlen, fokussiere ich mich ganz auf meinen Mann. «Set – Hut», ich habe keine Ahnung, was auf dem Spielfeld sonst passiert. Das Ei fliegt irgendwo auf die gegenüberliegende Seite, die Offensive hat gut 40 Meter Boden gut gemacht. Immerhin war mein Mann gedeckt, ich habe meinen Job gemacht. Erneut treffen wir uns in der Mitte. «Roy irgendwas 95 sowieso blabla Panther», schreit Pablo, Reto entgegnet mit anderen englischen Wörtern. Planlos schlurfe ich erneut zu meinem Gegenüber. Zu meinem Glück, beziehungsweise zum Glück der gesamten Defensive, fliegt kein Pass auf meine Seite. Vermutlich bin ich zu furchteinflössend, die haben Angst in meine Richtung zu spielen. Oder sie wollen es nicht ausnützen, dass ein Neuling in der Defensive steht. Nach kurzem Überlegen erachte ich die zweite Variante als realistischer.

DAS HÄRTESTE TRAINING

Auf jeden Fall bin ich froh, dass ich zum Ende des wohl härtesten Trainings meines Lebens nicht mehr in die Vollen muss. Endlich kann ich den Helm vom Kopf nehmen und meinen völlig durchnässten Panzer

abstreifen. «Er hat sich gut geschlagen», sagt Reto in seiner abschliessenden Rede, die Spieler nicken zustimmend. «Danke» murmelte ich, immer noch etwas verwirrt und erschlagen, aber stolz. Gefallen hat mir das Training definitiv. Die Spieler und die beiden Trainer Reto

und Marco haben mir und auch anderen Neuen geduldig alles erklärt, uns Tipps gegeben und Rücksicht genommen. Die Anfrage, ob ich wieder einmal vorbeischauen will, lasse ich dennoch vorerst offen.

Christoph Steinberger

FOOTBALL IN SECHS SÄTZEN

Der Sport American Football wird, wie der Name schon sagt, hauptsächlich in den USA praktiziert. Ziel des Spiels ist es, den eiförmigen Ball über das 100 Meter lange und 50 Meter breite Spielfeld in die gegnerische Endzone zu bringen. Die beiden Teams haben typischerweise eine offensive und eine defensive Aufstellung mit je 11 Spielern. Im Zentrum der Offensive steht der Quarterback, der sein Team entweder mit einem Pass oder mit der Übergabe an einen Laufspieler in drei Versu-

chen zehn Meter weiter bringen muss. Erreicht ein Spieler mit dem Ball die Endzone, erhält das Team sechs Punkte. Zusätzlich gibt es einen Extrapunkt, wenn der Kicker es schafft, den Ball anschliessend durch die Torpfosten zu schiessen. Drei Punkte werden ausserdem gut geschrieben, wenn das Tor aus einer beliebigen Feldposition getroffen wird. Bei dem Kollisionssport ist beinahe jede Form von Checken oder Halten des Gegners erlaubt und wird nicht geahndet. (cs)

ZÜRICH STATE SPARTANS

Die Zurich State Spartans wurden im November 2016 von Reto Winkler und Marco Schmid gegründet. Beide haben zuvor in der Nationalliga A der Schweiz gespielt und haben sich dafür entschieden einen eigenen American Football Verein zu gründen. Mittlerweile zählt die acht Monate junge Mannschaft 34 Spieler, nur gerade sieben davon haben schon Erfahrung im Football. Vorerst ist deshalb noch keine Teilnahme an einem Ligabetrieb geplant. «Wir müssen zuerst an den

Basics arbeiten und die Spieler auf ein gewisses Level bringen», sagt Winkler. Dann sei nämlich auch das Verletzungsrisiko relativ gering. Das Ziel sei in naher Zukunft der Einstieg in die Liga. «Dafür könnten wir aber noch ein paar Spieler mehr brauchen», so der 21-Jährige. Die Spartans trainieren jeweils am Montag- und Mittwochabend von 20 bis 22 Uhr auf der Sportanlage Dürrbach in Wangen bei Dübendorf. (cs)

www.zurichstatespartans.com



«Glattaler»-Korrespondent Christoph Steinberger muss im Footballtraining untendurch. Doch am Ende gibt's Lob. Bilder: Nathalie Guinand