

## Rahmani bereits im Formhoch

**Behindertensport** Abassia Rahmani befindet sich knapp zwei Monate vor den Paralympics in Paris offensichtlich in blendender Form. In einem im Rahmen der Schweizer Leichtathletik-Meisterschaften in Winterthur ausgetragenen Rennen gelang der beidseitig unterschenkelamputierten Wilemerin über 100 m in 13,33 Sekunden eine persönliche Bestleistung. Ihr alter Bestwert von 13,47 Sekunden stammte aus dem Jahr 2018. «Ich hätte in den letzten sechs Jahren so oft aufhören können, aber ich wusste, dass ich noch nicht einmal die Hälfte meines sportlichen Potenzials ausgeschöpft habe», schreibt die 32-Jährige auf Instagram. «Ich freue mich auf die Reise, die noch vor mir liegt. Hoffentlich wird sie über Paris führen.» Ob Rahmani für die Paralympics selektioniert wird, entscheidet sich am 19. Juli. (zo)

## Nachrichten

### Wetziker Profi zieht es zu Playoff-Finalisten

**Eishockey** Raphael Prassl wechselt innerhalb der National League von Davos nach Lausanne. Der 26-jährige Wetziker unterschrieb beim Playoff-Finalisten einen Zweijahresvertrag. Prassl wurde bei den ZSC Lions ausgebildet und holte mit den Zürchern 2018 den Titel. (zo)

### Effretikon empfängt die GC-Frauen

**Fussball** Den Zweitliga-Frauen des FC Effretikon war das Losglück hold: In der 1. Hauptrunde empfingen die Effretikerinnen den Grasshopper Club Zürich aus der Women's Super League. Die Partie findet am Samstag, 7. September statt. Wie in der letzten Saison, als die FCE-Frauen den FC St. Gallen empfingen, steht also erneut ein Cup-Duell mit einem nationalen Spitzenteam auf dem Programm. Für den Schweizer Cup hatten sich die Effretikerinnen dank der Finalteilnahme im FVRZ-Cup qualifiziert. (zo)

### Anja Weber wird Europacup-Zwölfte

**Triathlon** Beim Europacup in Holten (NED) schaffte es Anja Weber auf Platz 12. Die Hinwilerin vermochte dabei als zweitbeste Schweizerin hinter Nora Gmür (3. Rang) in einem starken Feld in allen Disziplinen zu überzeugen, und verlor auf die belgische Siegerin Jolien Vermeylen 2:22 Minuten. Die Fehrlatorferin Vanessa Possberg erreichte den 22. Platz. Bei den Männern war auch der Näniker Antoine L'Hôte im Einsatz, der das vom Einheimischen Mitch Kolkman gewonnene Rennen als 46. beendete. (zo)

### Oberländer holen zwei Meistertitel

**Trial** An den Schweizer Meisterschaften in Ropraz VD standen die Rüterin Shirin Sieber und der Wolfhauser Tim Frei zuoberst auf dem Podest. Sieber setzte sich bei den Elite-Frauen durch und gewann nach vier Bronzemedailen erstmals den Titel. Tim Frei, Siebers Klubkollege vom Velo Trial Club Stäfa, lieferte sich bei den Junioren mit dem Tessiner Zeno Pezzatti ein enges Duell. Am Ende teilten sich beide den Sieg. (zo)

# Sie fordern sich gegenseitig

**OL** Drei Orientierungsläuferinnen des sechsköpfigen Schweizer Teams an der Junioren-WM stammen aus der Region. Ein Zufall ist das nicht.

Jörg Greb

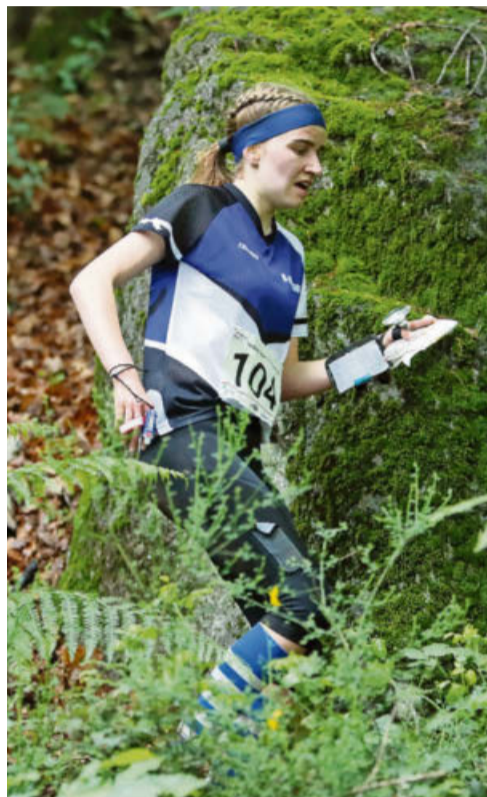
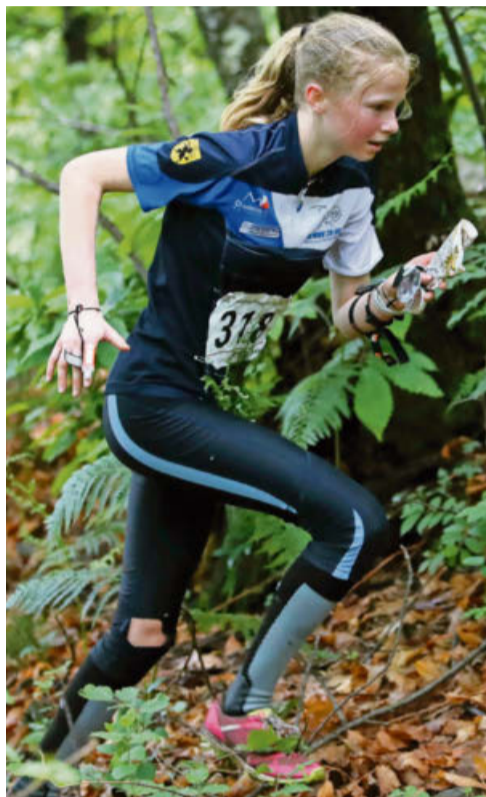
Es ist eine eindrückliche Zahl: Mit Anna Gasser (Esslingen), Seline Sannwald (Bubikon) und Coralie Waldner (Pfäffikon) stammen drei von sechs Schweizer Orientierungsläuferinnen an der derzeit stattfindenden Junioren-WM im tschechischen Pilsen aus der Region. Zählt man Henriette Radzikowski dazu, sind es sogar vier. Die letztjährige Junioren-Weltmeisterin wird vom Ustermer Marco Rancan gecoacht.

Fragt sich, wie diese überproportionale Oberländer Vertretung möglich ist. Sina Tommer, die persönliche Trainerin von OLG-Stäfa-Mitglied Sannwald, sagt: «In diesen Jahrgängen herrscht ein aussergewöhnlicher und ständiger Vergleich. Die jungen Frauen pushen sich.» Und angesprochen auf die Dynamik unter den Oberländer Nachwuchshoffnungen, ergänzt sie: «Sie sehen sich, stehen in Kontakt zueinander und tauschen sich aus, an Wettkämpfen wie im Training.» Diese Komponente ergänzt sich ideal mit dem Talent.

### Breite Kompetenz

Mit der OLG Pfäffikon, der O-Motion und der OLG Stäfa finden Talente der Region Unterschlupf in verschiedenen starken Vereinen. Hinzu kommt das Nationale Leistungszentrum Zürich (NLZ). Bei den rund drei NLZ-Trainingseinheiten pro Monat regelmässig dabei ist Anna Gasser – Seline Sannwald und Coralie Waldner schauen sporadisch herein. Und explizit auf ein zusätzliches, unübliches «Trainingsgefäss» weist Tommer hin: Forch OK.

Um einen offenen Klub für die Jungen von den Jungen handelt es sich. Vereinspräsident Laurin Maurer, 20, sagt: «Wir erkannten vor knapp drei Jahren, dass es in der Region Forch eine grosse Zahl von jungen OL-Talenten



Auch an der Junioren-WM schnell unterwegs: Selina Sannwald, Coralie Waldner und Anna Gasser (von links). Foto: swiss-image.ch

gibt. Durch gemeinsames Training, Teambildung und besondere Reize wollen wir das Niveau zusätzlich heben.» Als Plattform für den alters-, vereins- und kaderübergreifenden Austausch sieht sich Forch OK. Trainingsweekends oder -lager ergänzen so die Aktivitäten der etablierten regionalen Vereine.

Trotz allem: OL-spezifisch arbeiten die Talente primär allein und mit ihren persönlichen Trainern. Mit einer Ausnahme: Im Mittwoch-Lauftraining des LC Uster setzen sie regelmässig in der Gruppe von Marco Rancan einen Akzent. Dort zeigt sich das läuferische Kräftevermögen im Eins-zu-eins-Vergleich. Rancan sagt: «Alle sind schnell, und alle spornen sich an, um noch mehr aus sich herauszuholen.»

Der Auftakt dieser Junioren-WM glückte gerade aus Oberlän-

der Sicht. In der Mixed-Staffel holte sich Schweiz II mit Seline Sannwald die Silbermedaille. Die Oberländer Schlussläuferin besiegelte den Erfolg nicht nur, sie machte auf ihrem Abschnitt noch einen Platz gut: «Ich hatte von allem Anfang an das richtige Mindset und fokussierte mich aufs OL-Machen und nicht auf den Rang», sagte die 19-Jährige von der OLG Stäfa.

### Fast zu Einzel-Bronze

Im Einzelsprint hätte Sannwald schier erneut gejubelt. Nach einem schnellen Start – sie lag zur Rennhälfte in Führung – fehlten am Schluss zwei Sekunden zu Bronze. Teamkollegin Henriette Radzikowski stand ihr am Schluss vor der Sonne. «Der Anfang war nicht grandios, aber ab Posten 4 kam ich in einen guten Flow und konnte gut pushen»,

sagte die 18-Jährige, die letztes Jahr als Junioren-Weltmeisterin glänzte und in den Kreis für den Sporthilfe-Nachwuchspreis aufgenommen worden war. Sie schob am zweiten Renntag ihr Malheur vom Vortag beiseite: Weil sie ihren Zeitmess-Badge nicht eingeschaltet hatte, profitierte sie nicht von der Si-Air-Funktion und verlor beim Quitieren an jedem Kontrollposten wichtige Sekunden.

Sannwald ihrerseits gab eine weitere Visitenkarte ihres Könnens ab. Sie startete schnell, lag bis knapp zur Rennhälfte in Führung. Am Ende büsste sie einige Sekunden ein und verpasste das Podest mit Rang 4 letztlich um zwei Sekunden.

Überhaupt trat die Bubikerin von den Schweizerinnen bis anhin am konstantesten auf und wurde auch am Mittwoch über

die Langdistanz gute Fünfte, währenddessen sich Radzikowski für einmal mit Platz 19 begnügen musste.

Pech hatte die jüngste Oberländerin im Team, Coralie Waldner. Die Jugend-Läuferin machte einen Misstritt. Im Sprint wie über die Langdistanz musste sie deshalb passen. Bis jetzt solide lief WM-Newcomerin Anna Gasser.

Und mit einer Beobachtung von Trainer Marco Rancan kann man gespannt auf die nächsten Entscheidungen blicken: «Seline Sannwald ist bei uns auf der Leichtathletik-Bahn nicht die Schnellste.» Auf das bekannte Phänomen der Sportart spielt der Vater von Elite-WM-Teilnehmer Riccardo Rancan an: «Das Laufen ist wichtig, aber entscheidend sind schliesslich der Kopf und die richtigen Entscheide.»

## Hiseni will an jenen Kampf anknüpfen, in dem er aus der Rolle fiel

**Boxen** Der Volketswiler Profiboxer Ramadan Hiseni hat sich kürzlich bei seiner Premiere auf internationaler Bühne viel Selbstvertrauen verschafft. Nun soll ihn ein Sieg in Uster weiter nach oben bringen.

Aussergewöhnlich ist die Anzahl zwar nicht, wenn auch eher an der oberen Grenze. Am Samstag steht für Ramadan Hiseni der bereits vierte Kampf des Jahres auf dem Programm. Im Stadthofsaal in Uster trifft der Volketswiler Profiboxer auf Victor Ionascu, einen in Deutschland lebenden Moldawier. Hiseni hat sich selbstverständlich über den Gegner kundig gemacht. Das gehört zu seinem Beruf dazu. Er hat dabei realisiert: Ionascu pflegt eine unorthodoxe Art. Was das für Hisenis Taktik heisst? «Ich darf mich nicht auf sein Spiel einlassen, sondern muss ihm meinen Stil aufzwingen.»

Der 27-jährige Mittelgewichtler ist guter Dinge, dass er dazu in der Lage ist und seinen Rekord von 18 Siegen in 21 Profikämpfen weiter ausbauen kann. Hiseni fühlt sich topfit, obwohl sein letzter Kampf nur gerade einen Monat zurückliegt. Der relativ kurze Abstand zwischen den zwei

Kämpfen sei für einmal kein Problem, findet Hiseni. Das wird es jeweils erst, wenn er sich in einem Duell Verletzungen zuzieht, die einige Zeit brauchen, um zu heilen. Einen Cut beispielsweise. Das war zuletzt allerdings nicht der Fall. «Ich hatte Verspannungen», blickt Hiseni zurück und sagt: «Die Vorbereitung wurde dadurch nicht beeinträchtigt.»

### Verpflichtet, um zu verlieren

Es hätte auch anders herauskommen können. Denn Hiseni war Anfang Juni bei seinem lang erhofften Auftritt auf internationaler Bühne klarer Aussenseiter. Er war von den Veranstaltern im kanadischen Montreal als Gegner von Shamil Khataev eingeladen worden. Der Russe verweist gerne auf seine eindrückliche Statistik, laut der er 290 seiner 300 Amateurlämpfe gewonnen hat. Zum Vergleich: Hiseni selber bestreift nur deren 14, ehe er Profi wurde.

An seinen Kanada-Abstecher und den bisher wichtigsten Kampf der Karriere erinnert sich Hiseni gerne zurück. Auch wenn er im Cabaret du Casino auf der Île Notre-Dame, wo jeweils das Formel-1-Rennen stattfindet, die ihm zugedachte Rolle verweigerte. «Man hatte mich geholt, um zu verlieren», ist sich der Volketswiler bewusst. Die Veranstalter dürften damit gerechnet haben, dass Hiseni nach fünf oder sechs Runden zu Boden geht.

Diesen Gefallen machte er ihnen aber nicht. Er liess sich vom Gegner nicht beeindrucken, war gut vorbereitet und packte mit einer starken Leistung die Gelegenheit beim Schopf, sich ausserhalb der Schweiz präsentieren zu können. Letztlich wertete man den Kampf als Remis. Es ist ein Remis, mit dem aus Hisenis Sicht vor allem der Gegner zufrieden sein muss. Er sagt, ohne dies als Vorwurf platziert haben zu wollen: «Vom Gefühl her habe ich ge-

wonnen.» Viele Experten und auch ein Grossteil des Publikums hätten das ebenso gesehen, sagt Hiseni. Er ist sich aber auch im Klaren: «Auswärts muss man halt noch mehr überzeugen oder dann durch K. o. gewinnen.»

### Er hofft auf ein Wiedersehen

Der gelungene Auftritt in Nordamerika hat Hiseni in der für ihn relevanten Boxrec-Rangliste zwischenzeitlich in die Top 100 gebracht. Er hat ihm zudem Selbstvertrauen, vor allem aber die Hoffnung auf ein erneutes Duell gegen Shamil Khataev verschafft. «So können sie das nicht stehen lassen», sagt Hiseni über die Veranstalter. Er ist überzeugt, dass sie ihm gegen Ende Jahr einen Rückkampf anbieten und er erneut nach Kanada reisen wird. Der 27-Jährige schwärmt vom ganzen Drum und Dran im Cabaret du Casino. Was er dazu zählt? Beispielsweise die Infrastruktur, die Interviews nach

dem Wägen und eine Liveübertragung der Veranstaltung, die sechs Kämpfe umfasste. «Das war alles sehr professionell.»

Eine Nummer kleiner geht es am Samstag im Stadthofsaal zu und her. 600 bis 700 Fans erwartet Hiseni. Und von sich selber einen Sieg gegen Victor Ionascu. Ein solcher würde ihm um 20 Plätze in der Boxrec-Rangliste nach vorne bringen. In dieser liegt der Moldawier weit hinter Hiseni. Ionascu ist aber durchaus ein renommierter Boxer, auch wenn der 29-Jährige von den letzten fünf Kämpfen vier verloren hat. Unterschätzen wird Hiseni den Gegner auf keinen Fall. Und was plant er für die zweite Hälfte des Jahrs? «Ich lasse mich etwas leiten», sagt der Volketswiler, ehe er ein mögliches Szenario mit zwei Kämpfen skizziert. Einen im September, den anderen dann Ende Jahr – vorzugsweise in Montreal.

Oliver Meile