

«Karate ist eine Lebensschule»

Karate **Nina Radjenovic**, Amélie und Florence Vögelin nehmen an der Junioren-WM in Teneriffa teil. Vor der Abreise sprechen die drei über ihre Ziele, Chancen und die Unterstützung der Eltern.

Sinja Gräppi

«Wir wollen am Schluss sagen können, dass wir alles gegeben haben. Die schönste Belohnung dafür wäre eine Medaille.» Bei der Zielsetzung für die Junioren-WM in Teneriffa vom 26. bis am 29. Oktober sind sich die drei Selektionierten des Dojo Lyss/Aarberg einig.

Nina Radjenovic konnte bereits einige Erfolge auf internationaler Ebene feiern. Für die Zwillinge Amélie und Florence Vögelin ist es die erste Teilnahme an einer WM. Ihr Debüt an einer Junioren-EM feierten sie im Februar in Bulgarien. Amélie schaffte es dabei auf den guten fünften Platz. Für Florence lief es nicht so gut. «Ich konnte nur einen Kampf gewinnen. Ich habe aber aus meinen Fehlern gelernt und versuche, mich stetig zu verbessern.»

Nina Radjenovic konnte mit ihren 19 Jahren bereits viele Erfahrungen sammeln. Sie war schon bei zwei Weltmeisterschaften und vier Europameisterschaften dabei. An Letzteren feierte sie drei Podestplätze. Die beste Rangierung war ein zweiter Platz in Zürich 2015. Ein Jahr zuvor in Portugal und ein Jahr später in Zypern gewann sie die Bronzemedaille.

Die Chancen auf die erste WM-Medaille stünden bei allen drei nicht schlecht, sagt der Trainer Rudi Seiler. Es müsse jedoch alles stimmen. «Es hängt nicht nur vom Können ab, sondern auch vom Losglück. Am Schluss entscheiden viele verschiedene Faktoren darüber, wie weit man kommt», erklärt **Nina Radjenovic**.

Viele Trainings für den Erfolg

Die drei Karateka sind zwar nicht gleich alt, gehen aber trotzdem im Gleichschritt. Vor vier Jahren wurde **Nina Radjenovic** das erste Mal für eine Junioren-WM selektioniert. Sie war bei ihrer ersten Teilnahme gleich alt, wie die Zwillinge heute. Vielleicht ist genau das der Grund, weshalb **Nina Radjenovic** das grosse Vorbild der Vögelins ist. «Wir können viel von ihr lernen. Wie sie sich vorbereitet und immer alles gibt, fasziniert mich», sagt Amélie Vögelin. Die Lysserin selber ist sich gar nicht



Bereit für die WM: **Nina Radjenovic**, Amélie und Florence Vögelin (v.r.) kämpfen nächste Woche an der Junioren-WM um eine Medaille. Tanja Lander

wirklich bewusst, dass sie eine Art Vorbildfunktion hat. «Die beiden haben einen grossen Willen und sind bereits sehr gut. Der einzige Punkt, bei dem ich ihnen aus meiner Sicht helfen kann, sind die vier Jahre mehr Erfahrung.»

Der Wille zeigt sich auch, wenn man die Trainingszeiten der Juniorinnen betrachtet. **Nina Radjenovic** trainiert zurzeit etwa 18 Stunden in der Woche. Acht davon im Dojo in Lyss, der Rest zuhause oder im Fitnesscenter. Die Trainings beinhalten Karateübungen, Ausdauer und Kraft. Bei den Zwillingen sind es 12 bis 14 Stunden. Mitgezählt ist das separate Mentaltraining. Amélie und Florence Vögelin haben zurzeit nicht die Kapazität, um mehr zu trainieren. Sie sind in der 9. Klasse und können nicht einfach in der Schule fehlen. «Nächstes Sommer wollen wir das Sport-KV über vier Jahre beginnen. Dies

ermöglicht uns, eine Ausbildung zu absolvieren und gleichzeitig genug zu trainieren und uns auf die Wettkämpfe vorzubereiten», meint Amélie Vögelin.

Der Wettkampftag der drei Karateka

Sa, 28. Oktober

12.00 bis 13.30 Uhr: Vorausscheidung -47 kg und -54 kg

15.00 bis 16.30 Uhr: Vorausscheidung U21, -61kg

15.00 Uhr: Trostrunden für alle

18.30 Uhr: Final -47 kg und -4kg

19.20 Uhr: Final U21

Die Medaillenübergabe findet direkt nach dem jeweiligen Finale statt.

Die selektionierten Seeländer

Nina Radjenovic U21, -61 kg

Florence Vögelin U16, -54 kg

Amélie Vögelin U16, -47 kg
sgm

Nina Radjenovic macht zurzeit genau das, einfach auf schulischer Basis. Sie absolviert die Sporthandelschule. Am Anfang hatte die 19-Jährige zwei Jahre halbtags Schule. Die restliche Zeit stand zum Trainieren zur Verfügung. Jetzt macht sie ein Praktikum. Dort arbeitet sie nur 60 Prozent und kann für Wettkämpfe freinehmen. Diese Unterstützung des Betriebs sei entscheidend. «Mir war es wichtig, eine Ausbildung zu machen, damit ich am Schluss etwas Richtiges habe. Vom Karate kann man nicht leben, zudem kann man nicht ewig an Wettkämpfen teilnehmen», so **Nina Radjenovic**.

Unterstützung ist zentral

Unterstützung erfährt die 19-Jährige nicht nur von ihrem Arbeitgeber, sondern auch von den Eltern, dem Trainerpaar Barbara und Rudi Seiler und dem ganzen Verein. Die Eltern reisen mit zu

jedem Turnier und helfen auch sonst viel. Die Zwillinge werden gleichermaßen unterstützt. Sie heben dabei neben dem Trainerpaar Seiler besonders ihre Eltern hervor. Da sie in Alfermée wohnen, muss das tägliche Training gut organisiert werden. «Sie helfen uns nicht nur im Sport, sondern auch im Schulalltag», so Florence Vögelin.

Karate ist allen drei sehr wichtig. Das merkt man besonders, wenn man sie fragt, wieso sie Karate machen. «Karate ist eine Lebensschule, es ist nicht nur der Wettkampf. Man lernt etwas, das man auch sonst brauchen kann», sagt **Nina Radjenovic**. Amélie Vögelin pflichtet ihr bei: «Karate beinhaltet alles: Konzentration, Beweglichkeit und Ausdauer.» Auch Florence Vögelin ist dieser Meinung: «Karate ist das Spiegelbild des Lebens. Man verliert nie, man gewinnt oder lernt etwas.»

Nachrichten

Fussball

Constantins Angebot

Bei einem Treffen mit der «Aargauer Zeitung» hat Sions von der Liga für 14 Monate suspendierter Klubchef Christian Constantin in der «Causa Fringer» versöhnliche Töne angeschlagen. «Warum setzen wir uns nicht an einen Tisch und suchen eine Lösung?» Ihm schwebte vor, ein Fussball-Camp für Flüchtlinge durchzuführen – unter der Leitung Fringers. Über den Schatten springen müsse aber Fringer: «Schliesslich hat er die Sache aufgelöst.» sda

Fussball

Putins Einladung

Sepp Blatter besucht im kommenden Sommer die WM-Endrunde – als Ehrengast. Der von der Fifa global gesperrte Ex-Präsident hat vom russischen Staatspräsidenten Wladimir Putin eine Einladung erhalten. sda

Fussball

Super League

Heute spielen:					
Basel - Thun					19.00
Zürich - Grasshoppers					19.00
Morgen spielen:					
Luzern - Young Boys					16.00
Sion - Lugano					16.00
St. Gallen - Lausanne					16.00
1. Young Boys	11	7	2	26:10	23
2. Zürich	11	5	5	15:6	20
3. Basel	11	5	3	18:11	18
4. St. Gallen	11	5	3	17:18	18
5. Grasshoppers	11	3	5	3:16:17	14
6. Lausanne-Sport	11	3	4	17:22	13
7. Sion	11	3	3	10:14	12
8. Thun	11	3	2	6:18:22	11
9. Luzern	11	2	5	4:14:19	11
10. Lugano	11	2	2	7:9:21	8

Challenge League

Gestern spielten:					
Vaduz - Neuchâtel Xamax					0:5
Heute spielen:					
Chiasso - Schaffhausen					19.00
Servette - Rapperswil-Jona					19.00
Morgen spielen:					
Wohlen - Wil					16.00
Am Montag spielen:					
Aarau - Winterthur					20.00
1. Xamax	12	10	0	2:25:9	30
2. Schaffhausen	11	9	0	2:27:14	27
3. Servette	11	8	2	1:24:10	26
4. Rapperswil	11	4	3	4:14:15	15
5. Vaduz	12	3	4	5:11:19	13
6. Aarau	11	3	3	5:12:14	12
7. Wohlen	11	3	1	7:15:25	10
8. Chiasso	11	3	3	5:11:15	9
9. Winterthur	11	1	3	7:10:19	6
10. Wil	11	1	3	7:8:17	6

Vaduz - Xamax 0:5 (0:2). 1551 Zuschauer. - SR Dudid. Tore: 33. Nuzzolo 0:1. 41. Nuzzolo 0:2. 53. Tréand 0:3. 62. Nuzzolo 0:4. 72. Ramizi 0:5. Bemerkung: 83. Postenschuss Turkes (Vaduz).

Ein Superstar, ein Versprechen – und ein Abschied?

Tennis Roger Federer ist ab Montag einmal mehr der Superstar an den Swiss Indoors in Basel – nach dem Forfait von Rafael Nadal umso mehr.

Im Zentrum des Interesses in der St. Jakobshalle steht einmal mehr Roger Federer. Im letzten Jahr hatte der berühmteste Sohn der Stadt nach dem Abbruch der Saison erstmals seit elf Jahren wieder auf die Teilnahme an seinem Heimturnier verzichtet müssen. Nun kehrt er zurück, nach einer grandiosen Saison, an eine solche im letzten Winter wohl auch die grössten Optimisten kaum geglaubt hätten.

Erstmals seit acht Jahren gewann Federer 2017 wieder zwei Grand-Slam-Turniere in einem Jahr, hinzu kamen die drei Masters-1000-Titel in Indian Wells, Miami und Schanghai sowie der Sieg in Halle. Erst vier Niederla-

gen stehen für den 36-Jährigen 2017 auf der Tour zu Buche, nur eine davon gegen einen Top-Ten-Spieler (Alexander Zverev im Final in Montreal).

Und sollte sich die Knieverletzung von der Weltnummer 1, Rafael Nadal, als schlimmer als erwartet herausstellen und Federer seine in Schanghai gezeigte Topform konservieren, ist nicht auszuschliessen, dass der 19-fache Grand-Slam-Sieger am Ende der Saison trotz derzeit knapp 2000 Punkten Rückstand im Ranking die Spitze erklimmen wird – als ältester Spieler der Geschichte.

Einige Herausforderer

Sportlich enttäuschte Federer die Tennis-Fans in seiner Geburtsstadt seit 2003 und der Niederlage in der 2. Runde gegen seinen heutigen Coach Ivan Ljubicic nie mehr. Sieben Turniersiege und drei weitere Finalteilnahmen lautet seither die eindruckliche Bilanz. Auch in diesem Jahr startet Federer als grosser Favorit in das

mit fast 2,3 Millionen Euro dotierte 500er-Turnier.

Erster Herausforderer von Federer ist der Kroatier Marin Cilic. Die Nummer 4 der Welt tritt als Titelverteidiger an, nachdem er sich im letztjährigen Final in zwei Sätzen gegen den Japaner Kei Nishikori durchsetzte. Seinen grössten Erfolg 2017 feierte Cilic in Wimbledon, wo er erstmals den Final erreichte, dort aber gehandicapt durch Blasen in den Füßen gegen Federer chancenlos blieb. Der dritte Top-Ten-Spieler ist der Belgier David Goffin (ATP 10), der 2015 in Basel den Final erreichte und dort Federer unterlag.

Zu den Attraktionen des Turniers gehört der Argentinier Juan Martin Del Potro (ATP 19). Der US-Open-Sieger von 2009 hat nach jahrelangen gesundheitlichen Problemen zwar noch nicht wieder zu seiner früheren Konstanz gefunden, wie spektakulär er an guten Tagen spielen kann, stellt er aber immer wieder unter Beweis, zuletzt am US Open, als er auf

dem Weg in den Halbfinal Federer in vier Sätzen eliminierte.

Emotionaler Auftritt

Gespannt dürfen die Fans auf den Auftritt von Denis Shapovalov sein. Der 18-Jährige in Tel Aviv geborene und in Nassau wohnhafte Kanadier ist einer der Aufsteiger der Saison. Als Nummer 250 startete er ins Jahr, dank seiner Halbfinal-Qualifikation in Montreal und dem Einzug in den US-Open-Achtelfinal kletterte er erstmals in die Top 50. Zusammen mit Borna Coric, der für Nick Kyrgios, der die Saison abgebrochen hat, nachgerutscht ist, gehört Shapovalov zu den talentiertesten Spielern der neuen Generation, die Federer und Co. je länger je mehr bedrängen könnte.

Neben Federer stehen mit Henri Laaksonen (ATP 96) und Marco Chiudinelli (ATP 353) zwei weitere Schweizer im Hauptfeld. Beide erhielten von der Turnierleitung eine Wildcard. Für Laaksonen, der drauf und dran ist, sich

in den Top 100 festzusetzen, ist es der fünfte Auftritt im Basler Haupttableau, noch vermochte er aber keine Partie zu gewinnen.

Deutlich emotionaler als für Laaksonen wird der Auftritt für Marco Chiudinelli. Der 36-jährige Basler könnte nach dem Turnier womöglich seine Karriere beenden. In seiner Heimat feierte der langjährige Davis-Cup-Spieler einen seinen grössten Erfolge, als er 2009 den Halbfinal erreichte und dort seinem Jugendfreund Roger Federer unterlag. sda

Basel, Swiss Indoors (23. bis 29. Oktober). ATP-500-Turnier (2 291 860 Euro/Halle). Das bisherige Teilnehmerfeld: Roger Federer (SUI/ATP 2), Marin Cilic (CRO/4), David Goffin (BEL/10), Juan Martin Del Potro (ARG/19), Jack Sock (USA/21), Roberto Bautista Agut (ESP/22), Adrian Mannarino (FRA/29), Mi-scha Zverev (GER/30), Alexander Dolgopopolow (UKR/36), Yuichi Sugita (JPN/37), Damir Dzumhur (BIH/38), Benoît Paire (FRA/39), Paolo Lorenzi (ITA/40), Steve Johnson (USA/42), Fernando Verdasco (ESP/43), Robin Haase (NED/44), Ryan Harrison (USA/45), Aljaz Bedene (GBR/47), Jan-Lennard Struff (GER/49), Denis Shapovalov (CAN/50), Leonardo Mayer (ARG/53), Chung Hyeon (KOR/54), Borna Coric (CRO/56), Henri Laaksonen (SUI/96), Marco Chiudinelli (SUI/353). - Komplettiert wird das Feld mit einer weiteren Wildcard und Qualifikanten.

Sport am TV

Samstag, 21. Oktober

SRF zwei

20.00	Sportflash
22.25	Sportaktuell
22.55	Automobil: Formel-1-WM, GP USA, Qualifying

ARD

18.00 Sportschau

ZDF

23.00 Das aktuelle Sportstudio

Sonntag, 22. Oktober

SRF zwei

05.05	Motorrad: Strassen-WM, GP Japan, Moto2
06.50	Motorrad: Strassen-WM, GP Japan, MotoGP
15.45	Fussball: Sion - Lugano
18.00	Super League - Gool
18.30	Sportpanorama
20.30	Automobil: Formel-1-WM, GP USA

ARD

18.00 Sportschau