Offene Rechnung zum Rückrundenstart

FUSSBALL, 1. LIGA
SAMSTAG, 16 UHR
Schötz – Zug 94

Nach dem Derby, welches die Schötzer gegen Sursee knapp mit 3:2 für sich entschieden haben, empfängt das Team von René Erlachner zum Rückrundenstart Zug 94. Im letzten Spiel des Jahres wollen die Schötzer zum ersten Mal in dieser Saison zwei Partien in Folge für sich entscheiden.

Die Schötzer (hier Ante Pekas im Derby gegen Sursee) wollen sich morgen für die unglückliche Auftaktniederlage gegen Zug 94 revanchieren und das Jahr 2016 erfolgreich abschliessen. Foto **Mathias Bühler**

Das Team von René Erlachner und André Grüter befindet sich aktuell auf Platz sieben. Das Ziel, in der oberen Tabellenhälfte zu überwintern, ist in Reichweite. Um diesen Platz zu halten, brauchen die Schötzer im letzten Spiel des Jahres morgen Samstag zu Hause gegen Zug 94 einen Sieg. Denn: Der FC Black Stars und der SC Buochs lauern mit nur einem Punkt Rückstand auf den folgenden Plätzen. In Bezug auf das Hinspiel gegen die Zuger haben die Schötzer eine offene Rechnung. Sie waren in Zug über weite Strecken das bessere Team, mussten aber aufgrund eines Gegentreffers in der 93. Minute durch den Ex-Internationalen Daniel Gygax als Verlierer vom Platz. Für die Schötzer geht es morgen deshalb in erster Linie um drei Punkte, aber sicher auch ein bisschen darum, diese offene Rechnung zu begleichen.

Zug steckt mitten im Abstiegskampf

Die Zuger liegen mit zwölf Punkten auf Rang elf und haben nur zwei Punkte Reserve auf einen Abstiegsplatz. Bisher mussten sie zwar einen Gegentreffer weniger (29) hinnehmen als die Schötzer. Im Gegensatz zum FC Schötz erzielte das Team von Mark Adams und Enzo Puntillo jedoch deutlich weniger Tore. Zum Vergleich: Allein die beiden Schötzer Edi Nikmengjai (9) und Claudio Zenger (7) erzielten in dieser Spielzeit gleich viele Tore wie das gesamte Zuger Team.

Am letzten Wochenende war Zug 94 gegen den Tabellendritten Münsingen allerdings nahe am Sieg. Den Gegentreffer zum Ausgleich handelten sich die Zuger erst in der 86. Minute ein.

Saliu fehlt gesperrt

Die Schötzer blieben in dieser Saison von Verletzungen bisher weitgehend verschont. Dies gilt auch für das erste Spiel der Rückrunde. Mit Ausnahme von Demerali Saliu, der nach der vierten Gelben Karte gesperrt ist, stehen morgen sämtliche Akteure zur Verfügung.

Die Schötzer wollen sich mit einem Dreier vom heimischen Publikum in die Winterpause verabschieden. Eine solide Defensivleistung wird auch in diesem Spiel ein entscheidender Faktor sein. **jaf.**

Weitere Spiele vom Wochenende. 1. Liga, Gruppe 2: Bassecourt – Solothurn (Sa, 15 Uhr). Wangen b. O. – Baden (Sa, 16 Uhr). Buochs – Thun U21 (Sa, 17 Uhr). Muri – Black Stars. Delémont – Sursee. Münsingen – Luzern U21 (alle So, 14.30 Uhr). – **Rangliste (alle 13 Spiele):** 1. Luzern U21 32 Punkte. 2. Baden 27. 3. Münsingen 25. 4. Solothurn 24. 5. Thun U21 21. 6. Delémont 18. 7. Schötz 18. 8. Black Stars 17. 9. Buochs 17. 10. Muri 14. 11. Zug 94 12. 12. Bassecourt 11. 13. Wangen b. O. 10. 14. Sursee 7.

Knapp an Edelmetall vorbei

SCHIESSEN Der PSB Reiden belegte am Final der Schweizer Sektionsmeisterschaft 25 Meter in Thun den undankbaren vierten Rang. Ein schlechtes Einzelresultat kostete den Reidern eine Medaille, ja vielleicht sogar den Titel.

Die Schweizer Sektionsmeisterschaft gibt, wie kein anderer Mannschaftswettkampf im Schiesssport, Auskunft über die Leistungsdichte in einem Verein. Nicht wie sonst üblich die Resultate von vier, sondern von acht Schützinnen und Schützen werden bei der Sektionsmeisterschaft zusammengezählt. Die geschlossenste Mannschaftsleistung am diesjährigen Final zeigten die Schützen Malters mit Hannelore und Andreas Schweizer aus Dagmersellen in ihren Reihen. Sie holten zum dritten Mal in Serie die Goldmedaille (der WB berichtete).

Corinne Birrers schwarzer Tag

Mit 1164 Punkten siegte Malters klar vor Suhr (1152) und Lausanne (1146). Auf dem undankbaren vierten Rang folgte der PSB Reiden mit 1144 Punkten. Was für die Wiggertaler in diesem Wettkampf möglich gewesen wäre, verdeutlicht ein Blick auf die Einzelresultate: Alle Schützen erzielten mindestens 142 Punkte (bei einem Maximum von 150). Alle ausser Corinne Birrer. Die 28-jährige Reidermooserin erlebte in Thun einen unerklärlichen Einbruch und totalisierte lediglich 122 Punkte. Dass es der PSB Reiden trotz dieses einen sehr tiefen Resultats beinahe zur Bronzemedaille gereicht hätte, zeugt von der sehr starken Leistung der übrigen sieben Schützen. Und es zeigt eindrücklich, wie wenig im Schiesssport im Allgemeinen und bei der Schweizer Sektionsmeisterschaft im Speziellen zwischen Erfolg und Misserfolg liegt. **pbi**

Schweizer Sektionsmeisterschaft. Pistole 25 Meter. Rangliste: 1. Schützen Malters 1164 Punkte. 2. Pistolensektion Suhr 1152. 3. Société de tir Les Carabiniers Lausanne 1146. 4. Pistolenschützenbund Reiden 1144 (Thomas Schmitz 149, Pirmin Birrer und Sergio Michelin, je 147, Peter Kreienbühl und Urs Stocker, je 146, Kurt Aregger 145, Urs Haller 142, Corinne Birrer 122). 5. Pistolensektion Grosswangen und Umgebung 1123.

Am Ende blieb den Reider Pistolenschützen «nur» der vierte Rang. Hinten, von links: Trainer Markus Birrer, Corinne Birrer, Urs Stocker, Peter Kreienbühl, Sergio Michelin, Urs Haller. Vorne, von links: Pirmin Birrer, Kurt Aregger, Thomas Schmitz. Foto **zvg**

Die Vereinsältesten übertrafen im Glücksstich alle: Josef Lingg (links) und Hans Schwegler teilten sich den Sieg mit Martin Roos. Foto **zvg**

Zwei treffsichere Routiniers

SCHIESSEN Mit dem Absendet des Herbstschiessens am vergangenen Freitag haben die Fischbacher Sportschützen die Winterpause eingeläutet. Den Teilnehmern winkten attraktive Preise.

Poulets, Fleisch, Zopf, Wein und Bargeld: Den Teilnehmern des diesjährigen Herbstschiessens der Sportschützen Fischbach winkten tolle Preise.

Beim Fleisch-/Pouletstich wurden die zehn besten Schüsse auf die 100er-Scheibe gewertet. Melanie Distel aus Grossdietwil siegte mit 966 Punkten vor Hans Koller und Josef Lustenberger jun.

Dreifachsieg beim Glücksstich

Gleich drei Sieger brachte der Glücksstich hervor: Bei einer Zielvorgabe von 200 Punkten belegten Martin Roos sowie die beiden Vereinsältesten, Hans Schwegler und Josef Lingg, mit je einem Differenzpunkt, gemeinsam Rang 1.

Beim Sie+Er-Stich sicherte sich das Geschwisterduo Conny Mühlemann und Josef Lustenberger jun. mit 115 Zählern den 1. Platz. Dicht dahinter folgten Präsidentin Margrit Häfliger und ihr Gatte Walter.

Die Teilnehmer des Absendet wurden von Urs und Jonathan Huber aus Grossdietwil mit einem Pouletschmaus kulinarisch verwöhnt, ehe der gemütliche Abend bei Kaffee und Kuchen seinen Ausklang fand. Die Fischbacher Sportschützen danken allen Teilnehmern fürs Mitmachen am Herbstschiessen und freuen sich bereits auf die Ausgabe im Jahr 2017. **nh**

Herbstschiessen der Sportschützen Fischbach. Auszug aus den Ranglisten. Fleisch-/Pouletstich: 1. Melanie Distel (Grossdietwil) 966 Punkte. 2. Hans Koller (Grossdietwil) 964. 3. Josef Lustenberger (Hofstatt) 960. 4. Jonny Bösiger (Derendingen) 960. 5. Cornelia Mühlemann (Willisau) 956. 6. Remo Hecht (Zell) 953. 7. Margrit Häfliger (Ettiswil) 953. 8. Anton Huber (Luthern Bad) 953. 9. Markus Eiholzer (Grossdietwil) 952. 10. Toni Lingg (Zell) 945. – **Sie+Er-Stich:** 1. Cornelia Mühlemann und Josef Lustenberger 115 Punkte. 2. Margrit und Walter Häfliger 114. 3. Nadja Häfliger (Daiwil) und Jonny Bösiger 112. – **Glücksstich:** 1. Josef Lingg (St. Urban), Hans Schwegler (Nebikon) und Martin Roos (Luthern Bad), je 1 Differenzpunkt. 4. Margrit Häfliger. 5. Markus Eiholzer. 6. Annelies Lustenberger (Luthern Bad). 7. Erika Grossmann (Zell). 8. Arthur Bürli (Grossdietwil) und Josef Lustenberger. 10. Edwin Huber (Luthern) und Ivo Distel (Grossdietwil).

Isabell Grossmann
31, Thaiboxerin, Luzern/Zell

«Kühlen Kopf bewahren»

Die 31-jährige Isabell Grossmann, Zell, hat sich mit Leib und Seele dem Thaiboxen verschrieben. Die studierte Betriebsökonomin, welche heute in Luzern wohnt, kam erst vor wenigen Jahren und eher zufällig zu diesem Kampfsport. Vor drei Wochen absolvierte sie in Luzern ihren zweiten Kampf und besiegte die Italienerin Isabella Ratti. Im Interview spricht sie über die Faszination dieser Sportart, bei der die Gegnerinnen mit Faustschlägen, Ellbogen- und Kniestössen traktiert werden und über die Wichtigkeit mentaler Stärke.

NACHGEFRAGT

Isabell Grossmann, Thaiboxen wird von vielen Leuten als brutale Sportart wahrgenommen. Täuscht dieser Eindruck?
Es ist beim Thaiboxen wie bei jeder anderen Kampfsportart. Im Ring muss man sich schlagen, um zu gewinnen. Es gibt aber klare Regeln, an welche sich die meisten Athletinnen auch halten. Deshalb laufen die meisten Kämpfe sehr fair ab.

Was ist beim Thaiboxen besonders wichtig?
Entscheidend ist die Kondition. Ein Kampf dauert zwar «bloss» dreimal zwei Minuten. In dieser Zeit muss man aber sehr fokussiert sein und darf sich durch nichts ablenken lassen. Ein einziger Schlag, den man einstecken muss, kann schon das Ende des Kampfs bedeuten.

Sie sind zu 100 Prozent berufstätig. Wie viel Zeit bleibt Ihnen daneben fürs Training?
In der Vorbereitungsphase auf einen Wettkampf sind es sechs bis acht Stunden pro Woche. Einen Tag pro Woche mache ich immer Pause, damit der Körper genügend Zeit zur Regeneration hat. Das ist sehr wichtig.

Wie bereiten Sie sich mental auf einen Kampf vor?
Ich visualisiere verschiedene Kampfsituationen und stelle mir vor, wie ich auf bestimmte Angriffe meiner Gegnerin reagieren kann. Ich habe noch nicht allzu grosse Erfahrungen mit mentalem Training. Aber ich habe bereits festgestellt: Mentale Stärke ist besonders wichtig, wenn man unter Druck ist.

Hilft Ihnen das Thaiboxen auch im täglichen Leben?
Auf jeden Fall. Ich habe dank diesem Sport gelernt, auch in fordernden Situationen im Alltag einen kühlen Kopf zu bewahren.

Wie geht es bei Ihnen in sportlicher Hinsicht weiter?
Am 10. Dezember 2016 bestreite ich in Dietikon/ZH meinen nächsten Kampf. Ich will solange mit Thaiboxen weitermachen, wie ich Spass daran habe, unverletzt bin und mir genügend Zeit für das Training bleibt. Daneben ist auch die Unterstützung des Arbeitgebers und meines Umfelds sehr wichtig. Grosse Pläne zu meiner sportlichen Zukunft mache ich nicht. Ich lasse mich überraschen. Interview **Richard Estermann**

www.estermann-consulting.ch