

# Sieges-Garantie dank Atemweg

Handball Der HSC Suhr Aarau wandelt Tage vor dem Saisonstart auf ungewohntem Pfad

VON DEAN FUSS

«Hebt eure Arme in die Luft! Streckt euch! Und jetzt tief einatmen!» Lisbeth Bloch weiss ganz genau, was sie von Spielern und Staff des HSC Suhr Aarau will. Sie sollen sich auf sie und ihr Werk einlassen, sollen sich ganz bewusst auf ihre Atmung konzentrieren.

Nur wenige Tage vor dem Start in die neue Saison begibt sich das Team von Trainer Misha Kaufmann auf unbekanntes Terrain - auf den Atemweg im Waldgebiet der Gemeinden Oftringen, Safenwil, Uerkheim und Zofingen. Rund zweieinhalb Stunden lauschen Captain Patrick Romann und Co. den Ausführungen der Atemweg-Initiantin Lisbeth Bloch - und führen auf ihre Anweisung an jedem Posten verschiedenste Atemübungen aus.

Trainer Kaufmann sieht den Ausflug auf den Atemweg als weiteren Team-Event an. Der 33-Jährige legt viel Wert auf das Team-Building: «Wir hatten auf diese Saison hin doch einige Wechsel. Deshalb war es mir besonders wichtig, das Zusammenwachsen der Mannschaft zu fördern.» Das scheint gelungen zu sein, die Stimmung ist locker. Immer wieder werden Sprüche geklopft, immer wieder verändern sich die Gesprächs-Konstellationen während der Begehung des Atemwegs.

## Wynecenter neu Diamant-Partner

Dass der HSC Suhr Aarau ebendiesen Atemweg besucht, kommt aber nicht von ungefähr. Damit will sich der Klub auch bei Lisbeth Blochs Ehemann und Mitinitiant Walter Bloch bedanken. Der Rentner hatte als langjähriger ehemaliger Verkaufsleiter der Migros Aare wesentlichen Anteil daran, dass sich das Wynecenter Buchs als vormaliger Goldpartner ab der Saison 2017/18 neu als Diamantpartner in der höchsten Sponsorenkategorie des HSC Suhr Aarau engagiert.

Das erklärt auch, weshalb die diesjährige Team-Präsentation des HSC am Mittwochabend vor rund 60 geladenen Gästen im Buchser Einkaufszentrum stattfand. Neben der Präsentation des neuen Trikots gingen mehrere Akteure im Podiumsgespräch dabei auf die Ziele für die kommende Spiel-



Die HSC-Akteure Dario Ferrante (l.), Martin Prachar (3. v.l.) und Timothy Reichmuth (r.) befolgen die Anweisungen von Lisbeth Bloch, der Initiantin des Atemwegs im Waldgebiet der Gemeinden Oftringen, Safenwil, Uerkheim und Zofingen. DFS

## «An der Spitze wird es diese Saison einen Vierkampf geben – und wir sind dabei.»

Misha Kaufmann  
Trainer HSC Suhr Aarau

zeit ein. «Ich will Erster werden. Alles darunter ist eine Enttäuschung», sagt Trainer Kaufmann - im Wissen darum, dass der Meistertitel für den HSC nur im absoluten Ausnahmefall im Bereich des Möglichen liegen dürfte. «Man muss immer das Maximum erreichen wollen», präzisiert Kaufmann in der Folge und schiebt nach: «An der Spitze wird es diese Saison einen Vierkampf geben - und wir sind dabei.»

Captain Patrick Romann äussert sich derweil in Sachen Cup-Zielen etwas zurückhaltender: «Der Cup-Wettbewerb hat in dieser Saison sicher mehr Gewicht als im Vorjahr. Da wollen wir möglichst lange

dabei sein.» Einen ersten Schritt dazu kann der HSC bereits morgen (Anpfiff 15.30 Uhr) beim Zweitligisten Servette machen.

Zurück auf den Atemweg. «Wenn ihr das ab heute so anwendet, dann garantiere ich euch, dass ihr nur noch gewinnt», sagt Lisbeth Bloch nach einer weiteren Atemübung. Trainer Kaufmann lässt das nicht einfach so stehen und fragt: «Kann ich das unterschrieben haben?»



Wie das neue Dress des HSC Suhr Aarau aussieht, erfahren Sie in der Bildergalerie auf unserer Website.

NACHRICHTEN

## RAD Silvan Dillier wechselt von BMC zu AG2R

Der Aargauer Radprofi Silvan Dillier, die letzten vier Jahre im US-schweizerischen Team von BMC engagiert, wechselt auf die kommende Saison zur französischen Equipe AG2R. Dort wird er Teamkollege von Mathias Frank. Silvan Dillier, der aktuelle Schweizer Strassen-Meister, verpflichtete sich in der Mannschaft von AG2R für die nächsten drei Jahre. Im Mai hatte der 27-Jährige für den bisher wertvollsten Schweizer Sieg der Saison gesorgt. Dillier gewann in Terme Luigiane die 6. Etappe des Giro d'Italia. (SDA)

## FUSSBALL Hadergjonaj wechselt in die Premier League

Der Schweizer Florent Hadergjonaj wechselt wie erwartet vom FC Ingolstadt zum Premier-League-Aufsteiger Huddersfield Town. Seit dem Abstieg mit Ingolstadt in die 2. Bundesliga hatte der 23-Jährige auf einen Wechsel gedrängt. Nun wurde für den bei Ingolstadt zuletzt wegen seiner Wechselgelüste freigestellten Verteidiger ein neuer Verein gefunden. Hadergjonaj wird zunächst für eine Saison an Huddersfield ausgeliehen. Ende Saison können die Engländer den Kosovo-Schweizer dank einer Kaufoption definitiv übernehmen. Über die Details des Vertrages machten die beiden Klubs keine Angaben. (SDA)

## TENNIS Roger Federer als Nummer 3 gesetzt

DRoger Federer nimmt das US Open am Montag hinter Rafael Nadal und Andy Murray als Nummer 3 der Setzliste in Angriff. In New York wird jeweils streng nach Weltrangliste gesetzt. Der Deutsche Alexander Zverev profitiert vom Fehlen von Titelverteidiger Stan Wawrinka und Novak Djokovic und ist erstmals die Nummer 4 eines Grand-Slam-Turniers. Bei den Frauen findet sich in Abwesenheit der ebenfalls verletzten Timea Bacszinszky keine Schweizerin unter den Gesetzten. Die Auslosung findet am Freitag um 18 Uhr Schweizer Zeit statt. (SDA)

## SCHWINGEN Stucki gegen Bösch im Anschwingen

Zum Auftakt des Unspunnen-Schwingens in Interlaken kommt es am Sonntag zu einer Reihe von reizvollen Duellen. In einem davon wird sich Christian Stucki, der erfolgreichste Schwinger der laufenden Saison, mit Daniel Bösch messen, dem Sieger des letzten Unspunnenfests 2011. Die weiteren absoluten Spitzenpaarungen lauten Armon Orlik gegen Mathias Sempach, Samuel Giger gegen Marcel Mathis. Eine reizvolle Paarung zu Beginn ist auch jene zwischen Killian Wenger, dem Schwingerkönig 2010, und dem jungen Entlebucher Joel Wicki, dem dreifachen Saisonsieger, der für viele mehr als ein Geheimtipp ist. (SDA)

# GC entlässt Trainer Bernegger

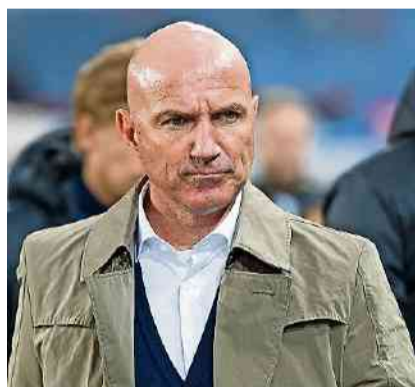
Fussball Fünf Spiele, vier Punkte: Die Grasshoppers trennen sich nach einem schlechten Saisonstart von Trainer Carlos Bernegger

Die Grasshoppers haben sich gemäss «Blick» per sofort von ihrem Trainer Carlos Bernegger getrennt. Dies, obwohl die Zürcher letzten Sonntag gegen St. Gallen (2:0) endlich ihren ersten Sieg in dieser Saison einfahren konnten.

Vonseiten der Grasshoppers wurde die auf «blick.ch» verbreitete Entlassungsmeldung weder bestätigt noch kommentiert. Aus dem Führungszirkel der Zürcher war niemand zu erreichen. Demzufolge ist auch noch nicht bekannt, wer Berneggers Nachfolge antreten wird und wer am Samstag im

Duell gegen das noch sieglose Schluslicht Lausanne an der Seitenlinie stehen wird.

Der 48-jährige Bernegger war erst im letzten März als Nachfolger des entlassenen Pierluigi Tami verpflichtet worden. Als Bernegger das Amt übernahm, hatten die Grasshoppers am Vorabend daheim gegen Vaduz 1:2 verloren. Die Reserve der Zürcher auf den Abstiegsplatz betrug zu dem Zeitpunkt nur drei Punkte. Dennoch schaffte der argentinisch-schweizerische Doppelbürger mit GC den Verbleib in der Super League vorzeitig.



Carlos Bernegger muss gehen. KEYSTONE

Auf die neue Saison hin bemängelte Carlos Bernegger offen die ungewöhnlich vielen Fluktuationen im Mannschaftskader, die es schwer machen würden, zum Beginn der neuen Meisterschaft eine eingespielte Mannschaft zu formen.

Diese Kritik an der Klubführung wurde Bernegger nun mutmasslich zum Verhängnis. Auf «blick.ch» machte Bernegger seinem Unmut deutlich Luft. Er verstehe die Welt nicht mehr. Vor allem, wenn man daran denke, was er alles für die Grasshoppers gemacht habe. (SDA)

## Yubeljahr

### Die Lokomotive rollt

Der YB-Meisterexpress mag im Moskauer Regen ein klein wenig ins Stocken geraten sein. Trotzdem liegen die weltberühmten Berner Young Boys in der Super-League-Tabelle noch immer vor dem FC Basel. Sehen wir vom kurzen Zwischenhoch des FCZ ab, sind wir beinahe schon davongezogen. Die gelbschwarze Lokomotive rollt unbeirrt dem Titel entgegen und soll am Sonntag in der St. Galler Arena, deren gegenwärtiger Name uns gerade entfallen ist, wieder volle Fahrt aufnehmen.

Dass wir es in dieser Saison noch nicht ganz in die Champions League geschafft

haben, hat manch ewigen Nörgler und Zweifler bereits zu pessimistischen Kommentaren verleitet. Schon vergessen



von Pedro Lenz

scheint bei manchen Schlechtrednern die Tatsache, dass YB auf dem Weg zum heimischen Meistertitel nebenbei Dynamo Kiew, den einstigen Titelhalter im Europacup der Cupsieger, vom Wankdorf-Kunstrasen geblasen hat.

Ja was glauben denn die YB-kritischen Stänkerer und Miesmacher? Haben sie den Eindruck, ein Schweizer Club könne nach Dynamo Kiew auch noch locker den russischen Armeesportverein ZSKA Moskau an die Wand spielen? Irgendwo hat alles seine Grenzen. Bei YB liegt diese Grenze, wie wir nun alle wissen, weit, weit im Osten Europas.

Und nun folgt also die Dienstreise in den Osten der Schweiz. In der Olma-Stadt gibt es ein geflügeltes Wort, das besagt, der FC St. Gallen sei zuhause eine Macht. Das mag sogar einmal zutreffen haben. Doch inzwischen ist die Geschichte von

Manchmal ist der Weg das Ziel. Die vier Berner Autoren Pedro Lenz, Bänz Friedli, Bernhard Giger und Klaus Zaugg begleiten YB auf dem Weg zum Meistertitel. Zumindest bis der Rückstand auf Basel 13 Punkte oder mehr beträgt.



der Heimstärke des FC SG so unfrisch wie ein abgestandenes, lauwarmes Schützengarten-Lager.

Zwar dürften die Young Boys noch leicht müde vom heroischen Kampf in Moskau nach St. Gallen reisen, aber allein die Vorfreude auf die Meisterfeier im Mai wird diese Müdigkeit in Energie umwandeln. Die Gelbschwarzen werden am Sonntag erhobenen Hauptes auftreten, getreu dem diesjährigen YB-Meisterschafts-Motto: «Ob Süde, Norde, Oschte, Weschte, d Young Boys blibe gäng di Beschte!»

@sport@azmedien.ch