

Künftigen Champions ein ideales Umfeld bieten

Ramona Kupferschmied und Joel Gerber arbeiten beide bei armasuisse und holten dieses Jahr jeweils den Schweizermeistertitel in ihrer Sportart. Der Nährboden für diesen Erfolg ist neben der persönlichen Leistung auch ein entsprechendes Arbeitsumfeld. Ramona und Joel kommen bei armasuisse in Genuss der vierjährigen Ausbildung «Lehre und Sport». Die Talente geben im Interview Auskunft über diese Mehrfachbelastung und was sie dabei motiviert.



Quelle: zVg

Ramona Kupferschmied nach dem Sieg an der Schweizermeisterschaft.

Helen Schmid, Leiterin berufliche Grundbildung

Ramona und Joel, herzliche Gratulation zu eurem erfolgreichen Sportjahr, das ihr mit dem Schweizermeistertitel in euren Kategorien krönen konntet. Wie habt ihr den Titelgewinn erlebt?

Joel: Es war sehr emotional. Wir hatten das erste Auswärtsspiel der Serie in Lugano verloren. Letztlich haben wir aber die Chance im entscheidenden Spiel in der Resega gepackt und den Pokal in unsere Arme schliessen können. Wir drehten das Spiel nach einem 0:3 Rückstand noch zu einem 5:3 Sieg. Die Stimmung danach im Team und bei den Fans war fantastisch.

Ramona: Ich hatte wahnsinnige Freude und war voller Stolz. Ich hatte mir das Ziel, Schweizermeisterin zu werden, bereits ein Jahr zuvor gesetzt. Als es dann anfangs Saison nicht so gut lief, bekam ich Zweifel. Aber danach stimmte am Tag des Rennens einfach alles und es war ein

grossartiges Gefühl, Schweizermeisterin zu werden.

Was ist der Reiz an eurer Sportart?

Joel: Die Geschwindigkeit, denn man muss immer auf alles gefasst sein. Es kann aus einer Situation ebenso schnell ein Tor für uns fallen, wie daraus auch ein Gegenangriff werden kann. Man muss immer hochkonzentriert spielen und reaktionsschnell sein. Zudem mag ich die Härte des Spiels.

Ramona: Mir gefällt es, viel draussen in der Natur zu sein und die Herausforderungen beim Fahren im Gelände reizen mich. So braucht es manchmal bei Hindernissen oder Sprüngen viel Überwindung und es ist eine grosse Genugtuung, wenn

du das Hindernis oder den Sprung ohne Sturz geschafft hast. Wenn dann noch der Erfolg im Rennen dazukommt, ist das ein super Gefühl und es macht einfach viel Spass.

Seit wann betreibt Ihr euren Sport und wie hat alles angefangen?

Joel: Mein Vater spielte früher Eishockey und war danach Coach. So hat es sich ergeben, dass ich als Vierjähriger mit ihm auf die Eisbahn ging. Dann hat es mich einfach gepackt und ich bin bis heute beim Eishockey geblieben.

Ramona: Ich fahre noch nicht so lange Mountainbike. Es ist erst meine dritte Saison auf nationalem Niveau. Weil mein Vater und meine ältere Schwester bereits



Joel Gerber (eingekreist) feiert mit seinen Kollegen den Schweizermeistertitel.

Quelle: Marc Weber – SCBern



Quelle: Swiss Cycling

Steckbrief

Name:	Ramona Laura Kupferschmied
Sportart:	Mountainbike
Geburtstag:	12. Oktober 1998
Wohnort:	Spiez
Sportverein:	BCS Spiez
Grösste Erfolge:	Schweizermeisterin 2014, Europameisterin im Team 2014



Quelle: Mauricette Schnider

Steckbrief

Name:	Joel Gerber
Sportart:	Eishockey
Geburtstag:	09. April 1996
Wohnort:	Schwarzenburg
Sportverein:	SCB Future (seit 2007), HC Wisle Worb (2006–2007), EHC Schwarzenburg (2000–2006)
Grösste Erfolge:	Schweizermeister Saison 2013/2014

Mountainbike fahren, wollte ich immer etwas anderes, eigenes, machen. Ich habe deshalb Reiten, Laufen und Fussball ausprobiert. Letztlich zog es mich dann aber doch zum Biken, und inzwischen ist die ganze Familie vom Bike-Virus infiziert.

Ramona, du hast es innert kürzester Zeit an die nationale Spitze geschafft. Wie erklärst du dir das?

Ramona: Ich hatte das Glück, von Beginn an einen sehr guten Trainer zu haben. Zudem hat mein Ehrgeiz dazu beigetragen. Wenn ich etwas will, dann kämpfe ich dafür und mache fast alles, um es zu erreichen. Zudem ist es beim Biken nicht so wie bei anderen Sportarten wie zum Beispiel Ballett. Da musst du möglichst früh damit anfangen, damit sich dein Körper dem Sport anpassen kann. Man kann auch erst in den späten Jugendjahren mit Biken beginnen und immer noch gut werden.

Joel, du bist jetzt im dritten Lehrjahr. Wie erlebst du die Mehrfachbelastung Lehre und Spitzensport?

Joel: Am Anfang war es sehr ungewohnt. Vor allem, weil ich in mehrere verschiedene Klassen eingeteilt war, um das

Schulpensum mit meinem Trainings- und Arbeitspensum unter einen Hut zu kriegen. Da ich aber jederzeit den Support meines Lehrbetriebs hatte, konnte ich mich schnell einleben. Meine Vorgesetzten hatten viel Verständnis, wenn ich mal wegen eines Matches fehlte oder vom Abendspiel müde war. Für mich ist die Sportlerlehre bei armasuisse ein absoluter Glücksfall und ich könnte mir nichts Besseres vorstellen.

Ramona, du hast erst vergangenen Sommer die Lehre begonnen. Wie ist dein erster Eindruck von armasuisse?

Ramona: Ich bin froh, dass ich mich für armasuisse entschieden habe. Es gefällt mir sehr gut hier. Und obwohl es streng ist mit dem Training, der Arbeit und der Schule, kommt mir der Lehrbetrieb sehr entgegen. So konnte ich beispielsweise letzte Woche mal einen Nachmittag frei nehmen, weil ich noch lernen musste. Dieses Verständnis und die Flexibilität helfen sehr.

Bleibt neben der Lehre und dem Sport auch noch Freizeit übrig für anderes?

Joel: Zeit für anderes habe ich nur sehr

selten. Während der Saisonpause im Frühsommer ist es etwas ruhiger, und dann habe ich auch mal einen freien Samstagnachmittag. Freizeit ist insgesamt aber schon sehr begrenzt.

Ramona: Bei mir ist es dasselbe. Mein Tag beginnt frühmorgens mit Arbeit und endet spätabends nach Training und Hausaufgaben. Das Wochenende ist eigentlich immer voll ausgebucht, und wenn ich mal keinen Wettkampf habe, findet anstelle dessen ein Training statt. Ich kann mich zum Beispiel nicht einfach so mit jemandem verabreden, wie es Kollegen von mir machen können. Ich muss immer zuerst alle Sport-Termine berücksichtigen. Aber ich bike ja gerne, mache es freiwillig und nehme die knappe Freizeit deshalb gerne in Kauf.

Was sind im Gegensatz zur knappen Freizeit und der Mehrfachbelastung die positiven Aspekte einer Sportlerlehre bei armasuisse?

Joel: Für mich ist es super, dass es überhaupt möglich ist, den Sport mit einer Ausbildung zu kombinieren. Es ist ein grosser Vorteil, dass ich meine Sportlerkarriere verfolgen kann und es dane-

ben möglich ist, eine Lehre abzuschliessen und damit ein zweites Standbein aufzubauen.

Ramona: Auch ich finde es genial, dass es dieses Angebot überhaupt gibt. Zudem denke ich, dass der Lehrbetrieb eine grosse Rolle spielt, wie die Sportlerlehre abläuft. armasuisse ist für mich ein sehr grosszügiger Lehrbetrieb, der die Sportlerlernenden optimal unterstützt.

Mountainbike wie auch Eishockey gelten nicht gerade als ungefährliche Sportarten. Hattet Ihr auch schon grössere Verletzungen?

Joel: Ich hatte im vergangenen Sommer eine Hirnerschütterung. Das war die grösste Verletzung, die ich bisher im Eishockey hatte. Hingegen habe ich mir beim Velofahren oder beim Beachvolleyspielen schon schlimmere Verletzungen zugezogen. So gesehen ist es für mich gesünder, Eishockey zu spielen (schmunzelt).

Ramona: Ich hatte bisher Glück und noch keine grösseren Verletzungen vom Biken. Stürze mit Prellungen und Schürfungen kommen aber öfters mal vor. Zudem habe ich nicht mehr die schönsten Beine, da einige Narben zurückgeblieben sind. Aber in diesem Sport muss man halt damit rechnen. Dass beim Mountainbiken die Beine am meisten leiden, gehört zum Berufsrisiko.

Was sind eure sportlichen und beruflichen Ziele?

Ramona: Da ich gerade erst mit der Lehre begonnen habe, ist es noch schwierig, zu sagen, was ich später beruflich machen möchte. Wichtig ist mir, dass ich einen guten Abschluss der kaufmännischen Lehre mache. Beruflich wie auch sportlich ist es mein Anspruch, nicht nur durchschnittlich, sondern gut bis sehr gut zu sein. Im Mountainbike habe ich zudem ein ganz klares Ziel, das aber im Moment noch sehr weit weg ist. Ich möchte gerne so gut werden, dass ich einen Profivertrag erhalte und vom Sport leben kann. Es gibt in der Schweiz viele sehr gute Athleten, die einen Profivertrag haben und da-

neben in einem Teilzeitpensum arbeiten. Ich fände es ideal, neben dem Sport einer Arbeit nachzugehen und so einen guten Ausgleich zu haben.

Joel: Beruflich liegt die Priorität bei mir auf dem erfolgreichen Abschluss der kaufmännischen Lehre. Ich kann mir sehr gut vorstellen, danach auch im kaufmännischen Bereich zu arbeiten. Aus sportlicher Sicht ist es mein Ziel, zu einem Profivertrag in der Nationalliga A oder B zu kommen und in Zukunft vom Eishockey leben zu können.

Die meisten Fussballer träumen von einem Vertrag bei einem Klub wie Bayern München, Barcelona oder Real Madrid – was wäre dein Wunschverein?

Joel: Es wäre natürlich ein Traum, mal in Nordamerika zu spielen, zum Beispiel bei Chicago. Aber das ist sehr weit weg und davon wage ich zurzeit nicht einmal zu träumen. Bevor das Ausland infrage käme, müsste ich zuerst in der Schweiz den Durchbruch schaffen.



Ramona Kupferschmied mit voller Konzentration bei der Abfahrt.

Quelle: zVg

Welche Zeitungsschlagzeile würdet Ihr gerne einmal über euch lesen?

Ramona: Das ist eine schwierige Frage. «Aufsteigerin des Jahres» wäre natürlich cool.

Joel: «Geglückte Titelverteidigung» würde mir ganz gut passen.

Besten Dank für das Interview und weiterhin viel Erfolg im Sport sowie in der Lehre.

Lehre und Sport

armasuisse bietet talentierten Sportlerinnen und Sportlern die vierjährige Sportlerlehre zur Kauffrau oder zum Kaufmann an. Im Vergleich zur normalen Lehre dauert diese Ausbildung ein Jahr länger, dafür erhalten die jungen Talente die Möglichkeit, ihre Sportkarriere mit der Lehre zu kombinieren. Hierzu erstellt armasuisse einen spezifischen Wochenplan, in dem der Lehrbetrieb Zeitblöcke für die Arbeit, die Schule, Trainings, Reisen und Hausaufgaben reserviert.

Um eine Sportlerlehre absolvieren zu können, muss die fragliche Person im Besitz einer Swiss Olympic Talent Card und Mitglied eines regionalen oder nationalen Kaders sein.