

Schwitzen in Barcelona

Die zweite Mannschaft des FC Kirchberg bereite sich in Spanien auf kommende Grosstaten vor. Höhepunkt des Trainingslagers war der Besuch im Camp Nou.

Im Camp Nou
Das Highlight des ersten Tages stand uns jedoch noch bevor. Dick eingepackt und ausgerüstet mit diversen Fanartikel, bestaunt wird die Fussballkünste von Lionel Messi und Co. im Achtelfinale der Champions League gegen Manchester City. Am zweiten und dritten Tag standen weitere Trainingseinheiten auf dem Programm, während am Abend jeweils das gemütliche Beisammensitzen anstand.

Das Fazit des diesjährigen Trainingslagers fällt alles in allem sehr positiv aus. Die Mannschaft verfügt über einen ausgezeichneten Teamzusammenhalt, welcher für die kommende Rückrunde entscheidend sein wird. In den nächsten zwei bis drei Wochen möchte Trainer Roman Suter ausgiebig an der körperlichen Fitness arbeiten, damit das Team möglichst lange ungeschlagen bleibt und seine gute Ausgangslage



Höhepunkt des Trainingslagers war der Besuch im Camp Nou.

Bild: pd

nutzen kann. Die Einstellung stimmt, das «Zwä» ist heiss auf den Saisonstart am 22. April gegen Siraach. Sandro Weber, FC Kirchberg II

Zweiter Platz auf dem Monte Tamaro

Der milde Winter im Toggenburg war für die junge Cross-Country-Fahrerin Ramona Forchini aus Wattwil, die neu Mitglied des RMV Mosnang ist, ideal, um für die ersten Rennen in Form zu kommen.

die sie zu einem Zwischenstopp zwingen, warfen sie nicht zurück. Ganz an die Spitze reichte es leider nicht, dafür fuhr die Österreicherin Lisa Mitterbauer zu stark und bekundete auch keinen Defekt. In einer Stunde und 58 Minuten gewann die Landesmeisterin aus Österreich das Rennen der Damen. Mit sieben Minuten Rückstand folgte Ramona Forchini auf Platz 2. Sie liess neben Sarah Koba, Buchs, amtierende Schweizer Meisterin, auch alle Mannschaftskolleginnen ihrer Sportgruppe Strüby-BiXS Team hinter sich. Die bald 20-jährige Sportlerin bewies

im Elite Damen Rennen ihr grosses Potential und gilt zurecht als grosse Schweizer Hoffnung.

Weitere Einsätze

Das nächste Rennen findet bereits an diesem Wochenende statt. Der Auftakt der BMC Racing Cup Serie findet auch dieses Jahr in Buchs (SG) statt. Im Wochentag geht es weiter mit Rennseitsätzen in Montichiari (I) und Tesserete, alle im Cross-Country, bevor dann die ersten Rennen auf der Strasse stattfinden.

Ruedi Artho



Ramona Forchini auf dem 2. Platz auf dem Monte Tamaro.

Bild: pd

Bericht aus dem Trainingslager in Salou / Barcelona

Am Montag stand ein intensiver Trainingstag an: Heris Stefanachi wollte die körperliche Frische der Spieler zu Beginn des Trainingslagers ausnutzen und teilte nach einer Passformenübung die Mannschaft in zwei Gruppen auf, um das Abwehrverhalten und das Offensivspiel zu trainieren.

intensives Abschlusspiel. Anschließend spielten mehrere Spieler während einer 50-minütigen Sonderschicht verschiedene Standard-Varianten ein. Wurde den Varianten in der letzten Saison noch Übernamen wie «Costa Rica» gegeben (mit dem Hintergrund, damit den Gegner zu verwirren), so stehen den Freistos-Spezialisten nun namelose, aber nicht weniger überraschende Varianten aus der Trickkassette von Heris Stefanachi zur Verfügung.

Die angeschlagenen und verletzten Spieler Christoph Gebert, Ercan Atak, Jeremias Dölger und Dejan Baumann wurden am Dienstagmorgen mit einem katalanischen Triathlon bei Laune gehalten: 60-minütige Fitness-Einheit im nahegelegenen Studio, Verschiebung mit dem Velo unter der Obhut von Rico Fuchs, Torwarttrainer Michael Schlegel und Teamcoach Sven Baumann zur Schwimmeinheit in ein nahegelegenes Wellness- und Spa-Center. Neben Langstrecken-Schwimmen im Becken und Langstrecken-Sitzen im Jacuzzi rundeten ein Dampfbad und die Sauna einen gelungenen Nachmittag ab.

Die Begleitpersonen standen den Spielern punkto Abwechslung in nichts nach. Die Gebrüder Martin und Kari Stadler führten zusammen mit Ernst Scherrer und Kurt Bischoberger unseren Reiseleiter Rolf Leemann in ihre Geheimnisse der Schweizer Jassknete ein. Sportchef Hasä Stadler und Heinz Schrepfer genossen einen Nachmittag auf dem nahegelegenen Golfplatz und Silvio Suter widmete sich ausnahmsweise einmal seinem Laptop.

Am Dienstagabend spielte unsere Mannschaft gegen den FC Redis. Der klare Spitzenreiter der spani-



Das Spiel gegen den FC Redis endete 2:2. Für Bazenheid war es ein echter Gradmesser.

Bild: pd

Kräfte messen im Fitness-Studio, am Jassloch und auf dem Rasen

Aufgrund des bevorstehenden Freundschaftsspiels war am Dienstagmorgen ein Abschlusstraining geplant. Darin wurde die taktische Grundschulung in einer Spielform von 11:0 eingesetzt und verfeinert. Dazu kamen Schnelligkeitsübungen und ein kurzes,

chen 6. Liga (entspricht der 2. Liga in der Schweiz) dominierte die ersten 30 Minuten sowohl mit schnellem und technisch versiertem Passspiel, als auch mit intensivem und körperbetontem Zweikampffverhalten. Ein richtiger Härte test zweieinhalb Wochen vor dem Meisterschaftsstart. Durch den überraschend offensiven Start geriet der FC Bazenheid bereits nach 30 Minuten auf 0:2 in Rückstand. Heris Stefanachi wusste mit einer Umstellung das Spiel zur Wende zu bringen: Statt einer Doppelbelastung agierten die Toggenburger nun mit einer Doppelsechse. Diese Massnahme zeigte sofort Wirkung. Bazenheid konnte die Räume nun enger machen, stellte sich den Zweikämpfern und liess immer wieder sein spielerisches Potenzial aufblitzen. Die quirligen Aussenläufer Fabian Marjakaj und Stefano

Cristiani brachten die Spanier immer wieder in arge Bedrängnis und sorgten mit zwei schnellen Vorstössen noch vor der Pause für den Ausgleich. Dario Stadler und Stefano Cristiani schlossen die beiden Füllflügel erfolgreich ab.

In der zweiten Halbzeit knüpfte der FC Bazenheid trotz vieler Umstellungen an die Leistung der ersten Halbzeit an. Trotz zunehmender Müdigkeit konnte der FC Bazenheid das Unentschieden halten. Und hat mit zwei schnellen und gefährlichen Kontern sogar am Sieg gegeschneppert.

Nach dem Abendessen zogen sich die Spieler schon frühzeitig in ihre Bungalows zurück – um Kräfte zu tanken für den am Mittwoch geplanten Ausgung in Barcelona.

Sven Baumann / Silvio Seiler

In Kürze

Wettspieltabelle der Fussballer

Super League, 26. Runde, 22./23. März

Aarau – Sion	SA 19:45
St.Gallen – Thun	SA 19:45
Lausanne – Luzern	SO 13:45
Young Boys – Grasshoppers	SO 16:00
Zürich – Basel	SO 16:00

Tabelle Super League

1. Basel	25	12	1	48:24	48
2. Grasshoppers	25	12	7	43:28	43
3. Young Boys	25	12	5	43:33	41
4. Zürich	25	12	4	39:33	40
5. Luzern	25	11	6	34:35	39
6. Thun	25	9	8	40:37	35
7. St.Gallen	25	8	9	37:31	33
8. Aarau	25	6	4	37:52	28
9. Sion	25	6	5	26:37	23
10. Lausanne	25	4	2	19:34	14

Challenge League, 26. Runde, 22. bis 24. März

Lugano – Servette	2:0
Locarno – Biel	1:1
Vaduz – Wil	SA 17:00
Schaffhausen – Lugano	SO 15:00
Servette – Winterthur	SO 15:00
Chasso – Wohlen	MO 19:45

Tabelle Challenge-League

1. Vaduz	25	15	7	51:20	55
2. Wil	25	14	5	6:55:30	47
3. Schaffhausen	25	14	5	6:43:28	47
4. Servette	25	13	5	7:39:22	44
5. Winterthur	25	11	3	37:35	36
6. Lugano	25	10	6	9:36:38	36
7. Biel	25	7	7	11:38:46	28
8. Chasso	25	4	7	14:23:40	19
9. Wohlen	24	3	7	14:26:51	16
10. Locarno	24	3	6	15:17:48	15

Schweizer Cup (Halbfinals)

Basel – Luzern	MI 19:00
Zürich – Thun	MI 21:00

Champions League (Achtelfinals)

Atlético Madrid – Mian (1:0)	4:1
Bayern München – Arsenal (2:0)	1:1
Barcelona – Manchester City (2:0)	2:1
Paris – Leverkusen (4:0)	2:1
Real Madrid – Galatasaray (1:1)	2:0
Real Madrid – Schalke 04 (6:1)	3:1
Dortmund – St.Petersburg (4:2)	MI 20:45
Manchester United – Práso (0:2)	MI 20:45

Klammer = Hinspiele

Europa League (Achtelfinal)

Salzburg – Basel (0:0)	DO 21:00
------------------------	----------

Klammer = Hinspiel

Einladung zur Hauptversammlung

Fussball – Vor einem Jahr hat Benda Suter beim FC Büttschwil das Amt des Präsidenten von Adrian Gmür übernommen. Zwölf Monate später lädt er nun zu seiner ersten Hauptversammlung als Vorsitzender des Vorstandes. Die 14 Traktanden werden morgen Freitag ab 19:30 Uhr im Löwen in Ganterschwil behandelt. Der FC Büttschwil erwartet ein zahlreiches Erscheinen und heisst seine Mitglieder herzlich willkommen. (b)

Simon Ammann setzt seine Karriere fort

SK Nordisch – Simon Ammann fliegt auch im kommenden Winter über die Schanzen. Der vierfache Olympiasieger entschied sich gegen einen Rücktritt.

Skispringen sei seine grosse Leidenschaft. Er spüre, dass der Zeitpunkt für einen Rücktritt noch nicht gekommen sei, liess Ammann per Communiqué verlauten. Seiner persönlichen Entscheid teilte der Toggenburger am vergangenen Wochenende während der Skiflug-WM in Harrachov (Tsch) dem Team mit, nun wurde er publik. Ammanns Entschluss, die Skilatten nicht in die Ecke zu stellen, hatte sich in den letzten Wochen abgezeichnet. Noch unmittelbar nach der Enttäuschung von Sotschi war der Presserum im House of Switzerland zum Besten voll gewesen, weil einige Beobachter die Bekanntgabe des sofortigen Rücktritts vermutet hatten.

Der Toggenburger springt immer noch in der Weltspitze mit dem positiven Entscheid begünstigt. Vor dem Saisonfinale in Planica belegt der 32-jährige im Gesamtweltcup Rang 7. Seinen Top-Ten-Status hat er sich unter anderem mit fünf Podestplätzen in diesem Winter erarbeitet. (s)