

«Männer würden uns umrennen»

Freienbach: Die 16-jährige Freienbächlerin Martina Pfund spielt im ersten Frauenteam der Schweiz American Football

American Football ist in der Schweiz am Aufkommen, dies jedoch nur bei den Männern. Das ältere von zwei Frauenteam der Schweiz, die Lightnings aus Zürich, sucht Mitspielerinnen. Die 16-jährige Martina Pfund aus Freienbach ist seit zwei Jahren dabei.

CORINNE STÖCKLI

Grosse, kräftige Männer mit breiten Schultern, Helmen, schwarzen Strichen unter den Augen und natürlich Cheerleader in kurzen Röcken am Rand des Spielfeldes, so stellen sich die meisten Leute American Football vor. Bei einigen Spielen von Schweizer Männermannschaften sieht es auch wie geschildert aus, wobei schwarze Striche wohl eher selten zu sehen sind. Es gibt über zehn Männerteams in der Schweiz. American Football spielen zum Beispiel die Winterthur Warriors, die St. Gallen Vipers oder die Renegades aus Zürich, welche sich am vergangenen Wochenende in der Swiss Bowl den vierten Schweizer-Meister-Titel in fünf Jahren sicherten. Diese Teams spielen das Tackle-Football, also das Football, welches man aus Sportsendungen kennt. Bei diesen Spielen geht es hart zu und her, und alle Spieler müssen Schutzkleidung tragen.

Ball über die Touchdown-Linie

«Ziel im American Football ist es, den eierförmigen Ball über die Touchdown-Linie in der gegnerischen Spielfeldhälfte zu bringen», erklärt Martina Pfund, Spielerin des ersten Damenfootball-Teams Lightnings aus Zürich. Eine Mannschaft im Tackle-Football besteht aus elf Offense- (Angriff) und elf Defense-Spielern (Verteidigung). Pro Mannschaft sind elf Spieler auf dem Platz. Die Offense versucht in maximal vier Spielzügen, den Ball über die Mittellinie zu bringen, danach wiederum in vier Spielzügen über die Touchdown-Linie. Ein Spielzug kann unterbrochen werden, indem die gegnerische Mannschaft, bei welcher die Defense-Spieler im Einsatz sind, einen ballhaltenden Spieler zu Boden bringt. Dann beginnt der nächste Spielzug für die angreifende Mannschaft an diesem Ort. Ein Touchdown ergibt sechs Punkte; es können aber auch Zusatzpunkte geholt werden. Die Mannschaft mit den meisten Punkten gewinnt das Spiel.

Vor dem ersten Spielzug versammelt sich die Mannschaft, um den folgenden Angriff zu besprechen. American Football wird auch als «Rasenschach» mit lebenden Figuren bezeichnet.

Sanftere Variante: Flag-Football

Da beim Tackle-Football Spieler auf den Boden gebracht werden müssen, um einen Spielzug der gegnerischen Mannschaft zu stoppen, müssen die Spieler Schutzkleidung tragen, um sich vor Verletzungen zu schützen. Die sanftere Variante von American Football ist das Flag-Football. Hier kann der Spielzug gestoppt werden, indem beim angreifenden Spieler einer der beiden Bänder, befestigt auf der Seite der Hose, weggerissen wird. Körperkontakt ist bei dieser Variante verboten, eine Schutzausrüstung wird nicht gebraucht. Ansonsten sind die Regeln dieselben, eine Mannschaft benötigt jedoch nur fünf Spieler auf dem Feld.

Lightnings, erstes Frauenteam

Die Lightnings spielen an Wettkämpfen Flag-Football. Die Quarterback-Spielerin Martina Pfund aus Freienbach erklärt: «Wir sind momentan nur neun Frauen in unserem Team, darum spielen wir Flag-Foot-



Martina Pfund spielt seit zwei Jahren bei den Zürcher «Lightnings», welche auf der Suche nach neuen Spielerinnen sind. cst

ball. Im Tackle hätten wir noch weniger Chancen, denn die Männer würden uns umrennen.» Ziel des Teams ist für uns jeweils, in jedem Spiel einige Touchdowns zu schaffen, denn gegen Männermannschaften haben sie meistens keine Chance. Trotzdem gefällt Martina Pfund die Atmosphäre bei Spielen: «Man kennt die Leute, und die Männer geben uns gute Tipps, wie wir unser Spiel verbessern können.» Sie fügt an: «Es wäre aber besser, wenn wir öfters gegen Frauen spielen könnten, um einen Vergleich zu haben. In den Nachbarländern gibt es mehr Frauenmannschaften.»

Suche nach neuen Mitspielerinnen

Das Damen-Football-Team ist ständig auf der Suche nach neuen Mitspielerinnen. Monika Pfund, die Mutter von Martina Pfund, erzählt: «Wir machen viel Werbung und verteilen an verschiedenen Anlässen in der Football-Ausrüstung Flyers. Viele Frauen fürchten sich vor der Sportart. Einige werden auch von ihren Freunden am Spielen gehindert, da Football nicht eine typische Frauensportart ist.»

Die jüngste Spielerin der Lightnings ist 15 Jahre alt, die älteste über 30. «Der Grossteil wohnt in Zürich; jemand ist aus Horgen, und ich bin von Freienbach», sagt Martina Pfund. Sie spielt schon die zweite Saison bei den Lightnings. «Ich wollte immer etwas machen, was andere nicht machen. Football hat mich fasziniert, da ich immer Football-Filme geschaut habe. Im Internet habe ich dann nach einem Frauen-Football-Team gesucht und ein Probetraining in Zürich besucht», erzählt Martina Pfund. Ihre Mutter Monika ist Schiedsrichterin im American Football. Sie erklärt: «Die Lightnings brauchen einen Schiedsrichter, damit sie an Spielen teilnehmen konnten. Da ich sowieso immer dabei war, meldete ich mich und besuchte Kurse.»

Trainings auch mit Männern

Die Lightnings trainieren im Sommer jeden Samstag von 12 bis 15 Uhr in Zürich beim Zoo. «Am Mittwochabend können wir ab sieben Uhr in Zug mit den Männern der Zuger Dolphins trainieren. Diese Mannschaft ist sehr aktiv und stellt an Schul-

sporttagen das Flag-Football Jugendlichen vor, um neue Spieler zu finden», sagt Martina Pfund, welche im Sommer in Altendorf die Lehre als Coiffeuse beginnen wird.

Nach dem Aufwärmen wird im Training an der Kondition und an der Fang- und Wurftechnik gearbeitet. Verschiedene Spielzüge werden unter der Leitung von Coach Gaby Baumann eingeübt. Im Winter trainiert das Team jeden Samstag im KV in Zürich beim Escher-Wyss-Platz. «Wir verbessern unsere Kondition und üben Spielstrategien», erzählt Martina Pfund. Für sie ist jedoch ein anderes Training das Highlight:

«Ich wollte immer etwas machen, was andere nicht machen. Football hat mich fasziniert»

«Einmal im Jahr haben wir ein Tackle-Training mit den Winterthurer Warriors. Da trainieren wir in voller Ausrüstung an sechs oder sieben Posten.» Ziel der angehenden Coiffeuse ist es, mit den Lightnings gegen andere Frauen Tackle-Football zu spielen. Doch auch im Flag-Football hat das Team hohe Ziele. Martina Pfund erklärt: «Wir wollen an die Weltmeisterschaften im Flag-Football nach Amerika.»

Weitere Informationen auf der Homepage www.lightnings.ch

«Das Schlimmste haben wir hinter uns»

Feusisberg/Sexten: Auf die Fahrerinnen und Fahrer der Transalp-Challenge wartete gestern eine harte vierte Etappe von Lienz nach Sexten. Nur 70 Kilometer, aber 3650 Höhenmeter forderten die Bikerinnen und Biker. Nach rund fünfeinhalb Stunden kamen Dolores Mächler-Rupp und Severin Rupp ins Ziel, sie haben die Hälfte der Transalp-Challenge hinter sich gebracht und liegen auf dem vierten Rang in der Kategorie Mixed. «Wenn nichts schief geht, kämpfen wir um den dritten oder vierten Rang. Bisher hatten wir noch keine Panne», freut sich Rupp.

«Wir haben grossen Respekt vor schwächeren Fahrerinnen und Fahrern, sie brauchen für die Strecke bis zu elf Stunden, kommen um 19 Uhr ins Ziel, da bleibt kaum mehr Zeit für Erholung», erzählt Rupp. Im Moment schmerzen Dolores Mächler und Severin Rupp sämtliche Körperteile, auf dem Velo sei es fast am angenehmsten, sagt Rupp. «Dolores hat einen Husten eingefangen, und ich habe die Füsse voller Blasen. Heute mussten wir zwischendurch immer wieder das Velo schieben.» (cst)

Mehr über den Rennverlauf von Dolores Mächler-Rupp und Severin Rupp in der morgigen Ausgabe. Weitere Infos und Zwischenresultate zur Transalp-Challenge unter www.transalp-challenge.ch