

Emotionaler Abschied für den FC Vaduz

Alexander Kern verlässt Vaduz nach vier Jahren und stellt sich mit den U-Mannschaften des FC Winterthur neuen Herausforderungen.

Marco Lampert

Für den Konditionstrainer Alexander Kern ist es kein Abschied, der leichtfällt. «Der FC Vaduz ist für mich: eine wunderbare Station in meinem Leben.» Mit dieser Einstellung kam Kern vor vier Jahren zum Hauptortverein aus Liechtenstein. Angekommen in der Gegenwart, kann er bereits, wie er es schon damals getan hat, bestätigen, dass sich an diesem Mantra nichts verändert hat. Ganz im Gegenteil: Der FC Vaduz hat dem 57-jährigen Schweizer Konditionstrainer gezeigt, wie wichtig der alltägliche, zwischenmenschliche Umgang mit Spielern und/oder Trainer des eigenen Vereins sein kann.

Kern, der bereits Vereine wie den FC Zürich, FC Lausanne-Sport oder GC Zürich trainiert hat, blickt auf eine erfolgreiche Zeit mit vielen Höhen, aber auch einigen Tiefen in Liechtenstein zurück. Als einer der grössten Erfolge gilt sicherlich der Aufstieg in die Super League aus der Saison 2020/21, auch trotz des direkten Wiederabstiegs in der darauffolgenden Saison.

Familiengefühl beim FC Vaduz gross

Profi-Fussballer verbringen ihren gesamten Tag zusammen. Sei dies nun bei einem gemeinsamen Frühstück, einem Mannschaftsausflug oder eben dem täglichen Training. Es ist unumgänglich, Zeit mit seiner



Alexander Kern (Mitte) freut sich über den Liechtensteiner Cup-Sieg 2023 mit dem FC Vaduz.

Bild: Michael Zanghellini (17.5.2023)

Mannschaft zu verbringen. Dies trägt dazu bei, dass sich Spieler, Trainer und der gesamte Staff besser kennenlernen und verstehen, mit den Stärken

und Schwächen der anderen umzugehen. Doch der Winterthurer hat die Sache mit dem Familiengefühl nochmal auf eine neue Stufe gehoben: Drei

Spieler des FC Vaduz, die nicht viel Einsatzzeit im Saisonverlauf erhalten haben, reisten während ihrer privaten Sommerferien in die Region Valen-

cia, wo der Athletiktrainer ein Haus mit einer kleinen Sportanlage besitzt. Dort verbrachten sie eine Woche zusammen. Quasi ein privates Trainingslager unter Teamkollegen. Die Thematik Teamzusammenhalt liegt dem Schweizer sowieso enorm am Herzen. Er beschreibt diese so: «Für mich stehen im Spitzensport die Menschen und ihre Art und Weise, mit Dingen umzugehen, im Vordergrund. Wir Trainer, die so einen zwischenmenschlichen Beruf ausüben dürfen, vergessen oft, dass man nicht mit Robotern zusammenarbeitet, sondern immer noch Menschen mit Emotionen und eigenen Gedanken betreut.»

Auf dem Niveau, auf dem sich Kern bereits seit mehreren Jahren befindet, ist die grösste Herausforderung, laut eigenen Aussagen, die Bewältigung von mentalen Rückschlägen. «Man darf nicht ausser Acht lassen, dass die Jungs tagein, tagaus für den Erfolg der Mannschaft trainieren. Da ist es nur menschlich, wenn Spieler nach einer Niederlage frustriert sind.»

Vorfrende auf Jungtalente

Wie bereits vor einigen Jahren, warten auf Alexander Kern in Winterthur mit den Auswahlmannschaften junge Talente, die gefördert werden wollen. «Ich freue mich unheimlich auf meine neue Funktion und die damit verbundenen Herausforderungen. Die Chance, junge talentierte Spieler formen und

fördern zu können und sie somit immer näher an das Profifussballgeschäft heranführen zu dürfen, erfüllt mich mit grossem Stolz. Meine bisherige Rolle beim FC Vaduz ist zwar kaum vergleichbar mit der neuen in Winterthur, jedoch bin ich guter Dinge.»

Jungen Spielern ermöglicht die Zusammenarbeit mit erfahrenen Fachkräften, wie es Kern nach mehreren Jahren im Fussballgeschäft definitiv ist, den nächsten grossen Schritt. Mario Frick meinte nicht ohne Grund bereits letztes Jahr, nach dem Sieg gegen Rapid Wien in den Play-offs der Europa Conference League, dass Alexander Kern zu den besten Athletiktrainern der Schweiz gehört.

Der Winterthurer weiss aber auch vorsichtig mit Erwartungen an Spieler und sich selbst zu sein. «Als ich mich etwas intensiver mit dem Thema Auswahlmannschaften beschäftigt habe, bemerkte ich, wie ich den Ehrgeiz aus dem Profifussball auf den Junioren-Spitzensport anwandte, welcher natürlich nicht vergleichbar ist.» Alleine diese kleinen Einblicke hinter die Kulissen des Konditionstrainers zeigen, wie Kern zu arbeiten pflegt. Wie er aber selbst sagt, ist es am wichtigsten, seiner eigenen Linie treu zu bleiben und keine Zweifel an sich selbst aufkommen zu lassen. Seine Laufbahn im Fussballgeschäft sollte Beweis genug dafür sein, dass sich diese Einstellung bereits mehrere Male bewährt hat.

Der Ruggeller Mathias Märk geht in Berlin auf Medaillenjagd

Die Liechtensteiner Special-Olympics-Delegation reist am 12. Juni an die World Games nach Berlin. Die Spiele starten am 17. Juni.

Mit einem breiten Grinsen und strahlenden Augen erzählt Mathias Märk von seinen bisherigen Erlebnissen an internationalen Wettbewerben. Der Special-Olympics-Athlet aus Ruggell kann bereits einige Orte von seiner Reiseliste abhaken: Er war 2003 an den Weltspielen in Irland dabei, reiste mit der Liechtensteiner Delegation 2011 nach Griechenland und schwamm 2019 auch in Abu Dhabi mit. Er ist also bestens vertraut mit den grossen Bühnen der World Games. Kaum überraschend, dass die Anspannung vor den World Games Mitte Juni in Berlin deutlich kleiner ist als die Vorfreude auf die Spiele. Für den Routinier ist aber kein Wettkampf wie der andere.

Vorbereitung bereits früh begonnen

Vor zwei Jahren haben die Vorbereitungen für den Schwimmer begonnen. «Um überhaupt an den Weltspielen teilnehmen zu dürfen, muss man sich zuerst an mehreren kleinen Schwimmveranstaltungen beweisen. Die Hauptprobe hat dann im Juni letzten Jahres in St. Gallen mit den Nationalen Spielen stattgefunden.» Dabei gilt es zu eruieren,



Mathias Märk in seinem Element: Auch an den Weltspielen in Berlin will er auf das Podest schwimmen.

Bild: zvg

ob die Sportler bereit sind für die Belastungen, die in den echten Wettkampfsituationen auf sie warten. An den insgesamt vier Tagen konnte Märk für sich herausfinden, ob er die Disziplinen 25m und 50m Freistil,

für die er sich an den Weltspielen 2023 angemeldet hat, bereits schon wettkampftauglich beherrscht. Die Leistungen, die der Ruggeller an den Nationalen Spielen 2022 dann abrufen konnte, liessen keine Zwei-

fel mehr offen – Mathias Märk ist bereit für die World Games 2023 in Berlin. «Wenn die Kandidaten feststehen, kann man eine Stufe weitergehen: medizinische Untersuchungen, Zusatztrainings sowie regionale

Schwimmwettkämpfe. Ebenso besucht man Kommunikationsworkshops, den Bretschalauflauf, den Städtlelauf und den LGT-Alpin-Marathon», informiert Matilda Wunderlin, Sportdirektorin von Special Olympics Liechtenstein.

Mit grossem Ziel zu den Weltspielen

Auf die Frage, was er für ein Ziel anvisiert, hatte Märk eine prompte Antwort parat. «Ich will auf den ersten Platz schwimmen. Es würde mich mit riesen Stolz erfüllen, wenn ich mit der goldigen Medaille zurück nach Liechtenstein kommen könnte.» Auf keinen Fall unrealistisch, wenn man sieht, an wie vielen Wettbewerben Märk schon mitgemacht hat und Erfahrungen und Podestplatzierungen erreichen konnte. Die Weltspiele in Berlin lassen aber auch den Routinier aus Ruggell nicht ganz kalt. «Im Training zu schwimmen, ist kein Problem für mich. Da schaut mir niemand zu und ich kann mich voll und ganz auf meinen Rhythmus, meine Bewegungsabläufe und die Sachen konzentrieren, die mir die Trainer mit auf den Weg gegeben haben», erzählt Märk und wei-

ter: «An Wettkämpfen ist das aber anders. Die Nervosität steigt, sobald ich vor Leuten meine Leistung abrufen muss.» Vielleicht führt aber genau diese Nervosität, gepaart mit dem Adrenalin, auch dazu, dass Märk zu neuer Topform aufläuft.

Ein Routinier kennt vieles – doch in Berlin wird einiges anders sein: Bis jetzt stand Märk jeweils über 25 Meter Freistil im Einsatz. In Berlin wird er zusätzlich auch über 50 Meter Freistil – und somit über zwei Längen – an den Start gehen.

Als wäre das nicht bereits genug Neuland für den Schwimmer, wird auch noch ein spezieller Gast in Berlin sein und den Ruggeller anfeuern: Der neue Vorsteher aus Ruggell, Christian Öhri, ein Jahrgänger von Märk, reist extra für die Weltspiele nach Berlin, um den Athleten live schwimmen und vielleicht auch triumphieren zu sehen. (mal)

Hinweis World Games Berlin

Die Liechtensteiner Delegation wird im Verlauf der weiteren Berichterstattung noch näher vorgestellt. Weitere Infos unter www.specialolympics.li.