

Kindler Möbel auf 3 Etagen
Polstergruppen ab Ausstellung immer zu Tiefstpreisen
Schaffhauserstr. 238, 8222 Beringen-Engebrunnen
Tel 052 685 19 58 • www.kindlermuebel-hk.ch
Di. - Fr. 9.30 - 12 Uhr, 14 - 18 Uhr, Sa 9.30 - 16 Uhr

Ford
FORD FIESTA
AutomaxX AG
Mühlenstrasse 96, 8200 Schaffhausen, 052 644 01 01
info@automaxx.ch, www.automaxx.ch



Der Halbfinalkampf am Samstagabend wird zwischen den Kadetten und Wacker Thun kompromisslos geführt werden. Bilder: Marcel Tresch

Beim Cup-Turnier der besten vier nehmen die Kadetten den Spielbetrieb wieder auf

Schweizer Cup erkämpfen

HANDBALL – Die Wiederaufnahme des Spielbetriebes erfolgt für die Orangen mit einem Paukenschlag. Am Wochenende wollen sie in Olten den Cup-Titel verteidigen.

Marcel Tresch

Schaffhausen. Am kommenden Samstag und Sonntag, 4. und 5. Februar, werden in der Stadthalle Olten die Entscheidungen im Schweizer Cup ausgetragen. Während bei den Frauen die besten vier Teams der Meisterschaft um den zweitwichtigsten Titel des Landes kämpfen, träumen bei den Männern zwei Aussenseiter am so-



Kadetten-Trainer Lars Walther: «Mein Team wird den Kampf aufnehmen.»

nannten Final-Four von der ganz grossen Überraschung. Mit dabei sind die Kadetten Schaffhausen, die nach dem Kampf der besten vier erneut auf dem Siegerpodest stehen und damit den Pott nach Hause holen wollen. Für die Schaffhauser zählt nach dem Triple-Gewinn in der letzten Saison auf allen drei Handballhochzeiten nur die Titelverteidigung. Den Supercup 2016/17 haben sie bereits seit September in der Tasche. Nun soll der zweite Streich folgen.

Vorgezogener Final Kadetten gegen Thun

Allerdings ist der Weg zum prestigeträchtigen Gewinn des Schweizer Cups alles andere als einfach. «Egal gegen wen wir auch spielen», so Trainer Lars Walther, «der Cup kennt bekanntlich seine eigenen Gesetze, wir sind ohnehin die Gejagten und einen klaren Favoriten gibt es in diesem Wettbewerb nicht.» Damit spricht er zum einen die Partie gegen die Berner Oberländer an, die dank dem Los zu einem vorgezogenen Final wird. Zum andern aber auch die zweite Begegnung zwischen dem TV Endingen und GC

Amicitia Zürich, womit im Schweizer Cup bezüglich Finalteilnahme so oder so schon die erste Überraschung feststeht. Ein vergleichsweise grösserer Coup als den Limmatstädtern ist im ersten Halbfinal (ab 15 Uhr) den Aargauern zuzutrauen. Der NLB-Verein hat nämlich bislang eine äusserst überzeugende Saison hingelegt und verlor bisher lediglich eine Partie. Das Erreichen des Finals, um dann zuzusehen, was noch möglich ist, bleibt das erklärte Ziel der Endinger. Dennoch gelten die Zürcher als Favoriten, zumal sie die NLA-Finalrunde verpasst haben und somit der Cup zu ihrem Saisonrettungsanker werden könnte.

Zeitpunkt des Turniers durchaus fraglich

Beim zweiten Duell am Samstagabend in der Oltener Stadthalle (ab 19.15 Uhr) spricht wiederum einiges dafür, dass die Fans in den Genuss eines hochkarätigen Halbfinals kommen. Zum einen wird sich auf beiden Seiten erneut niemand etwas schenken. Zum andern sind die sehr hart umkämpften Finalspiele aus der vergangenen Saison noch in bester Erinnerung. Dass das Turnier der letzten vier

Fortsetzung auf Seite 10



Zur Kampfkunst Aikido gehört auch das Training mit dem Langstock. Bilder: Patrick Baljak.

Randsportarten in der Region – Teil 8: Aikido

Die harmonische Energie

KAMPFKUNST – In den Räumen des Judo-Clubs Sommerwies unterrichtet der Verein Aikido Schaffhausen seit 1991 einen japanischen Kampfsport, der keiner sein will.

Patrick Baljak

Schaffhausen. «Angriff ist die beste Verteidigung», sagt eine bekannte Redensart. Nicht so beim Aikido, das als Sportart eine ganz andere Philosophie verfolgt. Aikido bedeutet nämlich übersetzt so viel wie «Der Weg der harmonischen Energie». Die japanische Kampfkunst versteht sich als reine Selbstverteidigung und verfügt über keine offensiven Bewegungen. Vielmehr soll es den Körper und den Geist in Einklang bringen. Deshalb verzichtet der Defensivsport auch auf Wettkämpfe und verschwendet keinen Gedanken an Sieg oder Niederlage. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde Aikido vom Japaner Morihei Ueshiba entwickelt. Ziel ist die sanfte und verletzungsfreie Abwehr bewaffneter und unbewaffneter Angriffe. Mit den kreisrunden und spiralförmigen Bewegungen wird versucht, die gegnerische Angriffskraft zu nutzen, um sie verstärkt auf die angreifende Person zurückzuführen. Ebenso gehören verschiedene Waffen wie Langstöcke, Holzscheren und Holzmesser zur Kampfkunst des Aikido. Aber auch hier wird sehr darauf geachtet, dass niemand ernsthaft zu Schaden kommt. «Wir lehren unsere Aikidokas, dass in erster Linie nicht die Selbstverteidigung Vorrang hat, sondern die angreifende Person in Konflikt-

situationen in einen Ruhezustand versetzt wird, in dem sie ihre Grundeinstellung überdenken kann», erklärt der Schaffhauser Aikido-Lehrer Valentino Wenner.

Anstand, Respekt und Disziplin

Durch die sehr intensive Schulung von Körper und Geist findet die japanische Kampfkunst viele Anwendungsmöglichkeiten im Alltag. Ob bei der Arbeit, in der Beziehung oder unter Freundinnen und Freunden können Aikidokas in schwierigen Lebenssituationen auf die harmonische Philosophie zurückgreifen und somit in Stresssituationen die Ruhe bewahren. Nicht zuletzt profitieren auch Kinder und Jugendliche von einer ausgeglichenen Balance, denn im Aikido-Unterricht sind Worte und Belehrungen auf ein Minimum reduziert. Somit werden mehr die persönlichen Erfahrungen und Erlebnisse gefördert, was wiederum einen positiven Einfluss auf die Sozialkompetenz, die mentale Reife und somit auch auf das Leben hat. Sobald das Training des Vereins Aikido im Judo-Dojo Sommerwies beginnt, ist es

Fortsetzung auf Seite 10



Die Meditation ist beim Aikido ein Teil des Weges der harmonischen Energie.

WANN IMMER SIE DARAUFBOCK HABEN.

Bock
www.bockonline.ch

Fortsetzung von Seite 9

Aikido: Die harmonische Energie



Aikido-Lehrer Valentino Wenner zeigt einer Schülerin eine effektive Übung. Bilder: Patrick Bajlak.

muckmäuschenstill. Die Ruhe hat während der Trainings ihren festen Platz. Vor jeder Übung nehmen die Aikidokas auf

den Fersen hockend Platz und lauschen den Anweisungen des Meisters.

Als Übungsschwerpunkte werden von Valentino Wenner das Rollen und Fallen beschrieben. Deshalb startet auch jedes Training damit, dass sich alle von einer Seite der Matte zur anderen rollend bewegen. Die Anweisungen gibt der Aikido-Lehrer, der seine Schülerinnen und Schüler leise, aber präzise führt. Im Unterricht wechseln sich die Aikidokas in Angriff und Verteidigung ab. Es wird ohne viele Worte und damit praktisch in voller Stille geübt. «Das Schöne an unserer Kampfkunst ist, dass wir nicht gegeneinander, sondern miteinander agieren», meint Valentino Wenner. Zur Trainingsergänzung wird auch auf gewisse Gepflogenheiten geachtet. Dazu hat der Schaffhauser Aikido-Verein, der 1991 gegründet wurde, eigens eine kleine Wegleitung geschrieben. So verneigen sich alle aus Respekt zu Beginn und am Ende jeder Übung voreinander, achten auf Sauberkeit und Sicherheit. Ebenso werden das Dojo

und alle, die sich darin befinden, begrüsst. Der Tenor ist bei den meisten Schaffhauser Aikidokas der gleiche: Durch Aikido können die Frauen, Männer, Kinder und Jugendlichen ihren Körper sehr viel besser kennenlernen und im Training Lebensenergie für den Alltag tanken.



Stefan Kollischan (50), Dübendorf: «Diese Sportart hilft mir, mein Zentrum zu finden und meine Konflikte nicht nach aussen zu tragen. Den langen Trainingsweg nehme ich gerne auf mich, da ich die Leute hier sehr schätze.»



Norik Lörlri (14), Hemmental: «Seit einem Jahr praktiziere ich Aikido. Ich bin hellauf begeistert. Am meisten Spass machen mir die Übungen mit Waffen und ich merke, wie ich von Training zu Training immer selbstbewusster werde.»



Livia Werner (19), Schleithelm: «Seit etwa neun Jahren betreiben mein Vater und ich Aikido. Durch das Training habe ich gelernt, wie Angriffe umgelenkt werden. So konnte ich oft auch in heiklen Alltagssituationen die Ruhe bewahren.»

Fortsetzung von Seite 9

Kadetten: Schweizer Cup



Die Partien in Olten dürften erneut von den Torhütern geprägt sein.

Bilder: Marcel Tresch.

bereits zum jetzigen Zeitpunkt und nicht wie bisher erst im Frühjahr ausgetragen wird, ist nicht ganz unumstritten. Die einen bemängeln nicht zu Unrecht, dass die teilnehmenden Mannschaften nach der Feiertags- und Januarpause nicht voll auf der Höhe des möglichen Leistungsniveaus sind. Die anderen wiederum, dass in der diese Woche abgeschlossenen Vorbereitung nicht alle Leute zur Verfügung standen, da die Leistungsträger mit ihren Nationalmannschaften im Einsatz standen.

Mit zwei Siegen das Ziel erreichen

So gesehen könnte den Kadetten bezüglich Austragungszeitpunkt ein Nachteil entstanden sein, da sie erst sechs Wochen als komplette Mannschaft trainieren können. Wie für die Orangen die Titelverteidigung, ist für Wacker Thun der Titelgewinn das erklärte Ziel. Dass der Cup-Sieg, den sie zuletzt im 2013 ergatterten, der einfachere Weg sein könnte, ist unbestritten. Die Berner Oberländer sind dafür bekannt, dass sie sich leistungsmässig bei einem Duell besser auf den Punkt genau steigern können als bei einer Finalserie scheint auf der Hand zu liegen. Entsprechend müssen die Munotstädter von Anfang an auf der Hut sein, um gegen die Grün-Schwarzen nicht früh in Rückstand zu geraten, damit diese sich nicht in einen Spielrausch steigern. «Nachdem bis auf die Verletzten Christoffer Brännberger, Nik Tominec und Michal Szyba in dieser

Woche alle wieder dabei sind, müssen wir unsere Form innerhalb von fünf Tagen wiederfinden», sagt Lars Walther, der in den Absenzen der diversen Nationalspieler ebenfalls einen möglichen Nachteil sieht. Wacker Thun hat diesbezüglich einen Vorteil. Der Kadetten-Trainer sieht in dieser Konstellation aber auch die grosse Herausforderung für sich und seine Spieler. «Wir haben das Ziel, den Titel zu verteidigen, entsprechend werden wir am Wochenende auftreten. Wir wollen den Cup nach Schaffhausen holen», so der Mann an der Seitenlinie siegesicher. Die Partie gegen Wacker Thun dürfte auch seiner Meinung nach verdammt hart werden. Das erklärte Ziel ist es, von Anfang an zu 100 Prozent parat zu sein und den Kampf konsequent aufzunehmen. Eine Resultatprognose mag Lars Walther dennoch nicht abgeben: «Ich bin mit zwei Siegen für das Erreichen unseres Ziels zufrieden. Die Resultate spielen dabei keine Rolle.»



Lars Walther hofft in Olten auf zahlreiche Unterstützung der Kadetten-Fans.

Die Kadetten Schaffhausen bereiten bereits ihre Zukunft vor

Der Meister setzt weiterhin auf die eigenen Jungen



Kreisläufer Lucas Meister hat einen Vertrag bis Ende der Saison 2019/20. Bilder: Marcel Tresch.

HANDBALL – Wenige Tage vor der Wiederaufnahme des Spielbetriebes warten die Kadetten mit zahlreichen Neuigkeiten in Bezug auf die Spielerpersönlichkeiten auf.

Marcel Tresch

Schaffhausen. Der amtierende Schweizermeister, Schweizer Cupsieger und Schweizer Supercupsieger hat in den ersten vier Monaten der aktuellen Saison in der Meisterschaft, im Cup und in der Champions League nicht weniger als 29 Pflichtspiele absolviert. Für die meisten Spieler kamen noch diverse Einsätze mit ihren jeweiligen Nationalmannschaften hinzu. Die Verletztenliste, das Risiko weiterer Handicaps infolge hoher Belastung und andere unerwartete Umstände haben in den

letzten Wochen Trainer und Verantwortliche stark gefordert. Entsprechend haben die Orangen auf verschiedenen Ebenen in Bezug auf die Situation reagiert. Das grosse Kader der Kadetten lässt zwar dem Trainer Lars Walther einigen Spielraum, doch gerade auf der Torwartposition sind Ausfälle schwer zu verkraften. So kam es für den amtierenden Meister in der NLA



Rechtsausen Zoran Markovic spielt die nächsten drei Jahre beim Schweizermeister.

zu einer ebenso unerwarteten wie ungewöhnlichen Situation, dass ein Feldspieler das Tor der Schaffhauser hüten musste. Entsprechend haben sich die Kadetten dazu entschlossen, den Schweizer Nationaltorhüter Simon Kindle zu verpflichten, der auch in der Champions League eingesetzt werden kann.

Vertragsverlängerungen und Rückkehr

Im Weiteren haben die beiden Eigenen Lucas Meister und Zoran Markovic, ebenfalls zwei junge Schweizer Nationalspieler, ihre laufenden Kontrakte bis Ende der Saison 2019/20 verlängert. «Mit diesen Vertragsverlängerungen setzen die Kadetten ihr Konzept, junge Schweizer Nationalspieler mit wenigen, ausländischen Topspielern zu kombinieren, konsequent um», sagt die Kadetten-Mediensprecherin Barbara Imobersteg. Die Youngsters holten sich ihr Rüstzeug bei den Espoirs und haben den Sprung ins NLA-Team der Kadetten geschafft. Der 20-jährige Kreisläufer Lucas Meister übernahm in dieser Saison im Team bereits viel Verantwortung und ist sowohl in der Verteidigung wie auch im Angriff eine wichtige Stütze. Zusammen mit dem Rückraumspieler Zoran Markovic überzeugte er beim letzten Yellow Cup im neu formierten Schweizer Nationalteam.

Zudem kehrt auf die kommende Saison hin Nikola Cvijetic vom RTV Basel zu den Orangen zurück. Der 27-Jährige durchläuft alle Stufen der Kadetten-Nachwuchsförderung und gewann mit den Schaffhausern mehrere Titel. Der Rechtsausen erhält einen Halbjahresvertrag, der ihm eine Teilzeittätigkeit im Beruf sowie die Weiterbildung seiner Zusatzausbildung zum Technischen Kaufmann ermöglicht.

SPORT IN KÜRZE

Fussball. Der Grasshopper Club Zürich und der FC Schaffhausen haben Ende des letzten Jahres eine enge, sportliche Zusammenarbeit im Profibereich definiert, die ab der Rückrunde der Saison 2016/17 in Kraft treten wird. Durch die Zusammenarbeit entstehen für GC Zürich sowie für den FCS interessante, sportliche Möglichkeiten. Potenzielle künftige Spieler der ersten Mannschaft von GC können Erfahrungen sowie Spielpraxis in der Challenge League sammeln. Gleichzeitig wird der FC Schaffhausen punktuell durch talentierte GC-Spieler verstärkt. Ausserdem können diese definitiv übernommen werden, falls der Sprung in die erste Mannschaft des Grasshopper Clubs Zürich nicht gelingen sollte. GC-CEO Manuel Huber: «Mit der Zusammenarbeit zwischen uns und dem FCS entstehen sehr interessante Perspektiven. Alle Beteiligten können davon profitieren. Ich bin zuversichtlich, dass sich die Zusammenarbeit für beide Parteien als sinnvoll erweisen wird.» FCS-Geschäftsführer Marco Truckenbrod Fontana: «Die Zusammenarbeit ist eine Win-win-Situation für beide Parteien. Der Grasshopper Club Zürich kann junge, talentierte Spieler in der Challenge League reifen lassen, während der FCS von der guten Ausbildung der GC-Nachwuchsabteilung profitiert.» Der FC Schaffhausen freut sich auf die künftige Zusammenarbeit

mit dem Grasshopper Club Zürich. Aufgrund der Zusammenarbeit freut sich der FC Schaffhausen auch schon darüber, die zwei ersten Neuzugänge von GC vermelden zu dürfen. Jean Pierre Rhyner und Mateo Matic werden für die Rückrunde den FCS verstärken. Rhyner ist ein Verteidiger, der die Position als Innenverteidiger wie auch als Aussenverteidiger spielen kann. Matic ist ein Goalie, der zum Kader des U21-Nationalteams der Schweiz gehört. (sb.)

Rudern. In Zug haben sich die ambitioniertesten Ruderinnen und Ruderer der Schweiz ein Stelldichein gegeben, um sich für das Nationalkader zu empfehlen. Ohne Boot, nur mit dem Ergometer, spulten sie die Wettkampfstrecke von 2000 und 1500 Metern ab. Die Schaffhauser Delegation war aufgrund krankheitsbedingter Ausfälle dezimiert. Umso mehr fühlten sich die anderen angespornt, gute Resultate zu erzielen. Markus Kesslers seriöse Vorbereitung wurde in der offenen Kategorie der Männer mit einer Silbermedaille belohnt. Die anderen Schaffhauserinnen und Schaffhauser erzielten gute Achtungserfolge. Das Wintertraining geht drinnen und draussen weiter. Auf dem Rhein herrschen für die Ruderer aufgrund der Temperaturen um den Nullpunkt, der schwachen Strömung und der fehlenden Freizeitkapitäne sehr gute Verhältnisse. (sb.)