

## Europacup-Final erneut in Flums

**Faustball.** – Wie schon im Sommer 2006 findet auch in diesem Jahr, am 2. und 3. Juli, in Flums der Europacup der Landesmeister auf dem Sportplatz Kirchbunte in Flums statt. Nach längerer, vergeblicher Suche nach einem Veranstalter wurde das Faustballteam Flums vom Schweizer Verband kontaktiert und für die Organisation angefragt. Der junge, aber bereits erfahrene Verein hat sich durch die Zusage seines «Gast»-OK-Chefs, Kurt Giger, entschieden, den prestigeträchtigsten Wettkampf der Vereinsmannschaften erneut durchzuführen. An zwei Tagen kämpfen vier Teams um den Titel. (ff)

## Kunstrasen-Cup des Teams SGO

**Am Sonntag geniesst das Team St. Galler Oberland (SGO) Gastrecht auf der Rheinau in Balzers. Dort gelangt auf dem Kunstrasen der Bank-Linth-Kunstrasen-Cup 2011 für D-Junioren zur Austragung.**

**Fussball.** – Die besten D-Junioren aller zwölf Fussballvereine aus dem Werdenberg und dem Sarganserland werden ihr Können einem hoffentlich grossen Publikum zeigen. Die Jugendförderung St. Galler Oberland bietet den Fussballtalenten der Region eine ideale Plattform, sich auf Kunstrasen zu messen und sich auch für höhere Aufgaben zu empfehlen.

### Von 9 bis 17 Uhr im Einsatz

Auf dem Fussballplatz Rheinau in Balzers stehen ab 9 Uhr die Vorrundenpartien der Klubs vom Taminatal über Bad Ragaz, Mels und Walenstadt sowie von Trübbach über Buchs bis nach Gams und Haag auf dem Programm. Ab 13.10 Uhr wird in der Zwischenrunde um die besten Finalrundenplätze gekämpft, und ab 15.20 stehen die Platzierungsspiele an. Um 17 Uhr wird das Finalspiel ausgetragen.

Der Spielplan kann auf der SGO-Homepage [www.teamsgo.ch](http://www.teamsgo.ch) eingesehen oder heruntergeladen werden. Für die Besucher steht neben attraktiven Spielen auch eine Festwirtschaft zur Verfügung. (pd)

### AUF EINEN BLICK

#### Mountainbike-Weekend in Schaan

<b>Samstag, 26. März</b>	
10.30 Uhr	Kids Kat. Soft
11.00 Uhr	Kids Kat. Cross
12.30 Uhr	Kids Kat. Rock
13.30 Uhr	Kids Kat. Mega
14.45 Uhr	Kids Kat. Hard
16.00 Uhr	Hobbysportler (Fun Kategorien)

<b>Sonntag, 27. März</b>	
09.30 Uhr	Junioren
09.35 Uhr	Amateure+Masters
12.00 Uhr	Elite Frauen
12.35 Uhr	Junioren
14.00 Uhr	Elite Männer

#### Racer Bikes Cup 2011

<b>26./27.03.</b>	<b>Schaan (FL)</b>
Samstag:	Kids/Fun
Sonntag:	Lizenz (Class 1)
<b>09./10.04.</b>	<b>Lugano/Tesserete (TI)</b>
Samstag:	Lizenz (Class 2)
Sonntag:	Kids/Fun
<b>07./08.05.</b>	<b>Solothurn (SO)</b>
Samstag:	Lizenz (Class 2)
Sonntag:	Kids/Fun
<b>04./05.06.</b>	<b>Gränichen (AG)</b>
Samstag:	Kids/Fun
Sonntag:	Lizenz (Class 1)
<b>11./12.06.</b>	<b>Engelberg (OW)</b>
Samstag:	Kids/Fun
Sonntag:	Lizenz (Class 2)
<b>25./26.06.</b>	<b>Chur (GR)</b>
Samstag:	Kids/Fun
Sonntag:	Lizenz (Class 2)
<b>16./17.07.</b>	<b>Plaffeien (FR)</b>
Samstag:	Kids/Fun
Sonntag:	Lizenz (Schweizer Meisterschaft)
<b>27./28.08.</b>	<b>MuttENZ/Basel (BL) (Final)</b>
Samstag:	Kids/Fun
Sonntag:	Lizenz (Class 1)

# Aufgebot ins Nationalkader als Motivation für «Lernsaison»

**Der 14-jährige Mike Hermann hat es geschafft: In die neue Saison geht der Mountainbiker aus Bad Ragaz als neues Mitglied des Schweizer U17-Nationalkaders. Unter anderem die Sportschule Bad Ragaz hat dem äusserst willigen Sportler den Weg dorthin geebnet.**

Von Andreas Hörner

**Mountainbike.** – Wenn am kommenden Wochenende die Saison in Schaan eröffnet wird, steigt Mike Hermann mit einer zusätzlichen Motivation ins erste Rennen. Das Aufgebot ins U17-Nationalkader hat den jungen Bad Ragazer für seinen Ehrgeiz belohnt und zusätzliche Kräfte freigemacht. Praktisch im Alleingang absolviert er jeweils seine Trainings, ohne elterliches Drängen.

Doch gerade seine Eltern Fränzi und Lieni waren es einst, die Mike zum Mountainbike-Sport gebracht haben. «Ich begleitete meine Eltern ab und zu auf Biketouren und nahm 2005 in Küblis ohne irgendwelche Vorkenntnisse an einem Rennen teil», erinnert sich Mike Hermann, denn damals hat er das Ziel gleich als Erster erreicht. Doch ein Jahr später kam die Blamage in Schaan, eine schlechte Erinnerung. «Ich kam mit der Schlussgruppe ins Ziel, es war damals alles dumm gelaufen», so Mike.

Nun, fünf Jahre später, kehrt der Sportschüler nach Schaan zurück. Diesmal aber nicht ohne Erfahrung, sondern als ambitionierter und zuletzt erfolgreicher junger Biker. Hatte doch Mike Hermann die letzte Saison als Fünftbester seines Jahrgangs (1996) abgeschlossen. Ein klarer Fortschritt.

### Mehrfach überzeugt

Dieser Fortschritt ist auch den Verantwortlichen des Nationalkaders nicht entgangen. Mike Hermann durfte noch im letzten Oktober am Nationalen Sichtungstag, dem Selektionstreffen für die nationalen Rad-Nachwuchskader, sein Talent erneut unter Beweis stellen. Und dort hat er wieder überzeugt.

Doch auf den Bescheid, dass es ihm ins Kader gereicht hatte, musste Mike



Ein ganz spezieller Aufstieg: Der junge Bad Ragazer ist im Schweizer U17-Nationalkader angelangt.

Bild Andreas Hörner

Hermann lange warten. Schliesslich kam das Aufgebot Anfang Jahr. «Ein Aufsteller für mich. Die Zeit des Wartens habe ich mit positiven Gedanken überbrückt.» Nun also wird Hermann zusätzliche Zusätze mit den unterschiedlichen Nachwuchskadern (auf Strasse, Bahn und Quer) absolvieren. Diese finden auch im weit entfernten Aigle, dem Trainingszentrum des Welt-Radverbandes UCI, statt.

### Eine Lernsaison

Weiterhin wird Mike Hermann aber auch die Trainings selber gestalten. Aber auch zusammen mit seinem Kollegen Dario Thoma (13) aus Walenstadt und dem RSV Pizol wird er Kilometer im Gelände absputzen. Während der Wintermonate hat Hermann oft zuhause im Keller auf der Rolle

trainiert. Dazu kamen Joggen, Schwimmen, Skifahren und Krafttraining im Medizinischen Zentrum.

Wie weit er sich im Wintertraining verbessern konnte, wird sich nun im ersten Rennen von morgen Samstag in Schaan zeigen. Die Erwartungen halten sich aber in Grenzen, müssen sich in Grenzen halten. Denn im Gegensatz zum letzten Jahr muss Hermann in der neuen Saison in der Kategorie Hard, also zusammen mit dem Jahrgang 1995, in die Rennen steigen. «Hier werde ich einer der jüngeren Fahrer sein. Damit betrachte ich die kommenden Wettkämpfe als eigentliche Lernsaison.»

Doch Mike Hermann wäre nicht Mike Hermann, wenn er nicht doch noch einen grossen Traum hätte. «Die kommende Jugend-Olympiade Ende

Juli in der Türkei», beschreibt Hermann diesen. Als Saisonhöhepunkt sieht er die Schweizer Meisterschaft Mitte Juli in Plaffeien. Und dann gibt es noch das Fernziel in seinem Kopf: «Ein internationaler Titelkampf in den nächsten Jahren.»

Dass Mike Hermann diese Träume und Ziele verwirklichen kann, dafür kann er auf grosse Unterstützung aus seinem Umfeld zählen: Seinen Betreuer und Mechaniker Lieni und seine Mentaltrainerin, Masseurin und Köchin Fränzi – das Familienteam Hermann spannt in allen Belangen zusammen. Und es kommt noch ein wichtiger Aspekt dazu: «Die Sportschule und deren Sportkoordinator Hubert Schwitzer, die mich in meiner sportlichen Laufbahn grossartig unterstützen.»

## Vor der ersten Standortbestimmung

**Nach 2007 und 2009 findet zum dritten Mal der Saisonauftakt der Mountainbiker in Schaan statt. Dabei will die Sarganserin Sarah Koba unter die Top Ten fahren. Von seiner guten Seite zeigen möchte sich auch der Sarganserländer Nachwuchs am Samstag.**

Von Christian Weder

**Mountainbike.** – Die hochkarätig besetzte Rennserie Racer Bikes Cup besteht wiederum aus acht Rennen, die über alle Regionen der Schweiz verteilt sind. Zu den bewährten Veranstaltern wie Schaan, Gränichen, MuttENZ Lugano, Engelberg und Plaffeien, kommt in diesem Jahr neu die Alpenstadt Chur dazu, wo vor zwei Jahren die Schweizer Meisterschaften stattgefunden haben.

Solothurn findet wieder im Rahmen der äusserst erfolgreichen Bike Days statt und verspricht wiederum ein Velo-Festival besonderer Art zu werden vor einer grossen Zuschauer-

kulisse. In Plaffeien findet in diesem Jahr die Schweizer Meisterschaft statt und MuttENZ ist eine Woche vor den Weltmeisterschaften in Champéry die WM-Hauptprobe.

«Von unserem Konzept, einer qualitativ hochstehenden, innovativen und weitsichtigen Rennserie, werden wir auch in dieser Saison nicht abweichen. Der Weltverband UCI hat den Status des Racer Bikes Cups weiter aufgewertet, dadurch werden die Rennen für Topfahrer und somit auch für Medien und Zuschauer noch interessanter», so Organisator Andi Seeli.

### Koba bekommt harte Konkurrenz

Das Rennen in der Frauenkategorie wird von der Besetzung und daher auch von der Spannung her kaum zu übertreffen sein: Olympiasiegerin Sabine Spitz, Elisabeth Osl – Erstplatzierte der Austragung 2009 –, deren Teamkollegin und amtierende Europameisterin Katrin Leumann und die zweifache Weltmeisterin Irina Kalenteva aus Russland – über sie wird wohl der Weg auf das Siegerpodest führen. «Schaan ist das erste bedeutende Rennen in Mitteleuropa und ist

mit der sehr guten Besetzung eine erste Standortbestimmung», schreibt Sabine Spitz auf ihrer Homepage.

Für die Sarganserin Sarah Koba ist es ein Heimrennen. Im vergangenen Winter hat sie gut trainiert und sieht mit Spannung auf den Sonntag: «Traditionell trifft hier die Weltelite erstmals aufeinander. Alle sind motiviert und wollen bereits zu Beginn aufzeigen, wie es um die Form steht.» Sie strebe einen Top-Ten-Platz an, sagt Koba, die im letzten Jahr in der Cup-Gesamtwertung den vierten Platz belegte. Die 26-Jährige ist seit nunmehr 14 Jahren im Rennzirkus mit dabei.

«Der Cup hat zwar mehrmals den Namen gewechselt, geblieben ist aber immer die enorme Dichte. Und das ist der Grund, warum das Niveau bei den Schweizerinnen so hoch ist», betont die ehemalige U23-Europameisterin.

### Spannende Rennen angesagt

Die hoffentlich wie vor zwei Jahren zahlreich aufmarschierenden Zuschauer – erwartet werden am Rennwochenende 9000 Besucher – werden auf der attraktiven, anspruchsvollen und schnellen Rundstrecke rund um

das Gemeindezentrum Schaan, in den Genuss packender Rennen kommen.

«Vom Start weg muss man vorne mit dabei sein und sich das Rennen sehr gut einteilen. Ansonsten hat man kaum eine Chance auf ein Spitzenresultat», beschreibt Streckenbauer Jan Aliche die besondere Herausforderung mit dem Sprung im Zielgelände, der viel Mut erfordert.»

### Nino Schurter und Gusti Wildhaber

Der amtierende Schweizer Meister und Weltcupsieger Nino Schurter kennt die Strecke von 2009, als der Racer Bikes Cup Premiere feierte. Damals wurde er als U23-Fahrer ausgezeichnet. «Ich habe eine sehr gute Erinnerung daran zusammen mit den vielen Zuschauern», so Schurter, der sich auf das Rennen freut.

Bei den Amateuren/Masters wird der Walenstädter Gustav Wildhaber an den Start gehen und versuchen sich soweit als möglich vorne einzureihen. Vor einem Jahr beim Saisonauftakt in Buchs wurde er Fünfter. Ebenfalls am Start werden einige weitere, junge Sarganserländer Biker sein.