

# Übergewichtig sollten sie sein

**Bewegung** Die Bienna Jets sind auf der Suche nach Junioren. Speziell: Der American-Football-Verein versucht, übergewichtige Jugendliche zu rekrutieren. Damit sich diese sportlich betätigen – aber auch, weil ihre Masse auf dem Spielfeld äusserst gefragt ist.

Die Juniorenabteilung der Bienna Jets wächst rasant. Spielten im Februar 2014 gerade einmal 16 Jugendliche mit Lizenz für den Bieler American-Football-Verein, sind es ein Jahr später bereits 48. Und es sollen noch mehr werden. Am Samstag findet in der Esplanade-Halle ein Probetraining für interessierte Jungs zwischen 14 und 19 Jahren statt. Mitmachen können alle – besonders gesucht sind aber Übergewichtige.

Was im ersten Moment wie eine schöne Geste wirkt, Unsportliche zur gesunden Bewegung zu animieren, ist in Wahrheit kein selbstloser Akt. Beim American Football braucht es athletische Typen, die schnell, wendig und sprungstark sind. Es braucht solche, die viel Ballgeschick an den Tag legen und ein Auge haben für den Mitspieler. Und es braucht jene, die vor allem eines können müssen: sich in den Weg stellen. Den Spielführer, den Quarterback, mit dem Körper schützen. Je schwerer und kräftiger ein Spieler ist, umso schwieriger wird es, ihn in der Sportart mit viel Körperkontakt aus dem Weg zu räumen. Es braucht keine Sprints, der Bewegungsradius auf dem Spielfeld, er beträgt zehn, fünfzehn Meter. Nur – solche «Spezialisten» mit vielen Kilos auf den Rippen gibt es im Bieler Verein noch viel zu wenige.

## Vom Dropout profitieren

Die Bienna Jets führen mehrmals jährlich Probetrainings durch, um auf die in der Schweiz nach wie vor wenig bekannte Sportart American Football aufmerksam zu machen. Diesmal allerdings hat der Aufruf mehr Aufmerksamkeit erlangt, als sich die Verantwortlichen erträumt haben. Die Jets suchen übergewichtige Jugendliche für ihre Nachwuchsteams, nicht in erster Linie, um sie beim Abnehmen zu unterstützen, sondern weil sie auf ihr Kampfgewicht angewiesen sind. «Wir brauchen Dicke», sagt Mario Tedeschi, der Cheftrainer bei den Junioren, unumwunden. Dabei müssen die Jugendlichen keinerlei Vorkenntnisse mitbringen. Einen Meisterschaftsbetrieb im American Football gibt es in der Schweiz erst für Jungs im Teenageralter.

Ein Vorteil für die Verantwortlichen der Bienna Jets. Während viele Vereine mit dem sogenannten Dropout zu kämpfen haben, profitieren die Footballer davon. Der Dropout ist die Abkehr von Jugendlichen vom Sport im Teenageralter. Ein Phänomen, das auf 30 Prozent der sporttreibenden Jugendlichen zutrifft. Die Bienna Jets bieten eine Alternative, etwas Neues, etwas Unbekanntes. Nicht wenige der aktiven Junioren sind Überläufer, sie haben zuvor während vielen Jahren Handball oder Fussball gespielt. American Foot-



**Hier kommst du nicht einfach so vorbei:** Nachwuchsspieler der Bienna Jets beim Training auf dem Mettmoos (Symbolbild). Übergewichtige sind beim American Football äusserst gefragt.

zvg

ball als Wiedereinstieg in den Sport also. «Die Jugendlichen befinden sich in einer Phase, in der sie stark den Zusammenhalt suchen. Diesen können wir ihnen beim American Football bieten», sagt Gérald Koehn, seit einem Jahr zuständig für die Rekrutierung bei den Jets.

Die aktuelle Rekrutierungsaktion der Bienna Jets wirkt bizarr, macht aber durchaus Sinn. Übergewichtige Jugendliche haben es im Sport nicht einfach, in den meisten Sportarten sind sie benachteiligt, innerhalb von Teams ungeliebt, schwerfällig, unbeweglich, verängstigt. Sie tragen nicht gerade zum Erfolg der Mannschaft bei, sondern sind ein Klotz am Bein, werden von den Teamkameraden als Ärgernis gesehen. Bei den Jets hingegen wurden die Vereinsverantwortlichen aufgefordert, sich aktiv auf die Suche nach ihnen zu begeben – und zwar von den Nachwuchsspielern, die sich be-

wusst sind, dass sie zu wenig Gewicht in der Mannschaft haben. «Übergewichtige getrauen sich aufgrund ihrer körperlichen Voraussetzungen nicht, sich in Teamsportarten zu engagieren», glaubt Tedeschi zu wissen, deshalb sei es nur logisch, ihnen aufzuzeigen, dass sie gefragt sind. Koehn sagt, er habe sich mit Ärzten abgesprochen, ob eine solche Rekrutierung unproblematisch sei und er habe grünes Licht erhalten. Seinen Aufruf hat er vor allem auch bei Ernährungsberatern hinterlegt – «sie können an uns vermitteln, damit ist allen geholfen».

## Sich kompetent fühlen

Angela Batschelet, Leiterin Jugend- und Erwachsenensport beim kantonalen Sportamt Zürich, ist überrascht von der Aktion der Bienna Jets, findet sie aber gut. Das Sportamt führt jedes Jahr mehrere Sportcamps für übergewichtige Jugendli-

che durch, versucht, ihnen das Engagement in einem Verein schmackhaft zu machen. «In Sportvereinen wird das Leistungsprinzip hochgeschrieben», sagt Batschelet. «Übergewichtige finden sich auf der Ersatzbank wieder, sie bewegen sich nicht gerne in der Umkleidekabine, haben Angst, ausgelacht zu werden.» Die traurige Konsequenz: Die meisten verzichten auf ein Vereinsengagement, obwohl es doch gerade sie sind, die regelmässige Bewegung dringend nötig hätten.

Es sei deshalb wichtig, dass man den Übergewichtigen Sportarten zeige, in denen sie sich selber als kompetent erleben, Erfolgserlebnisse feiern können, sagt Batschelet. Sie erlebe oft, dass sich Übergewichtige für Basketball interessieren, eine Sportart mit viel Körperkontakt. American Football hingegen, das müsse sie zugeben, habe sie bislang noch nicht empfohlen, könne sich aber durch-

aus vorstellen, dies in Zukunft zu tun.

Bei den Bienna Jets ist man gespannt, wie die Rekrutierungsaktion ankommt. Der Aufwand ist gross, auch während der Bieler Fasnacht waren die Spieler in ihren grünen Leibchen auf der Strasse, verteilten Flyer, sprachen junge Männer an (nicht nur übergewichtige). Er habe keine Ahnung, wie viele Jugendliche dem Aufruf folgen und beim Probetraining erscheinen werden, sagt Koehn. «Aber jeder, der kommt und in Erwägung zieht zu bleiben, ist ein Erfolg.»

Lösungen für Gewichtsprobleme werden bei den Jets nicht gesucht. Aber es geht darum zu lernen, mit den körperlichen Voraussetzungen zu arbeiten, die Vorteile, die sich ergeben, bewusst einzusetzen. Laufschulung, Koordination, Kraft. Regelmässige gesunde Bewegung und ein neues körperliches Selbstwertgefühl. Lino Schaeren