

## Fussball: SC Cham

## Der erste Test steht bevor

red. Heute Samstag bestreitet das Team von Neo-Trainer Daniel Stadler das erste Testspiel der Saison 2009/10. Gespielt wird gegen die Nachwuchsmannschaft des aktuellen Schweizer Meisters FC Zürich. Anpfiff ist um 15 Uhr auf dem Chamer Eizmoos.

Nach zwei intensiven Wochen der Vorbereitung ist das Team gespannt, wie es sich gegen die junge Zürcher Truppe um Trainer Urs Fischer schlagen wird. Neben den arrivierten Spielern werden auch die Neuzuzüge Davide Palatucci (Zug 94), Dragoljub Salatic (Zug 94), Stefan Blunschli (reaktiviert) und Philipp Bowald (Torhüter SC Kriens) versuchen, sich so gut wie möglich in Szene zu setzen.

## HINWEIS

► SC Cham - FC Zürich U 21: Heute Samstag, 15 Uhr, Eizmoos, Cham. ◀

## Gigathlon

## Korner/Evans bestes Zuger Duo

red. Andreas Korner (Cham) und Simone Evans (Hünenberg) sorgten für das beste Zuger Ergebnis am Gigathlon. Korner/Evans beendeten den Zweitages-Event in St. Gallen im Couple-Wettbewerb als 14. Einen Top-Ten-Platz in diesem stark besetzten Wettkampf verpasste das Duo nach über 19 Stunden lediglich um gut 18 Minuten. Bereits nach dem ersten Tag belegten Korner (Schwimmen, Rad, Bike) und Evans (Inline, Laufen) Platz 13 und konnten diesen am Schlussstag beinahe konsolidieren.

## EVZ

## Weltweit virtuell auf NHL spielbar

red. Neu sind alle NLA-Mannschaften der Schweiz auf sämtlichen NHL-10-Games von EA Sports vertreten. So kann mit dem EVZ weltweit virtuell gespielt werden. Das Game (ab 16 Jahren) wird es auch in einer limitierten Version mit einem exklusiven EVZ-Cover geben, welches Duri Camichel zeigt. Das Game kann für 109 Franken auf [www.evz.ch](http://www.evz.ch) vorbestellt werden (Fan-shop). Die National League A lanciert in diesem Zusammenhang eine virtuelle Meisterschaft. Es werden 5 Events in der Schweiz stattfinden, davon einer, am 12. Dezember, in Zug. Der EVZ wird für diese Events ein virtuelles Meisterschaftsteam stellen.

## Freestyle-Night

## Spektakel der Skiakrobaten

red. Die modernste Wasserschanze Europas in Mettmensetten wird wieder zum Schauplatz von spektakulären Wettkämpfen in den Disziplinen Aerials (Skiakrobatik), Freeski, Snowboard und BMX. Dabei springen auf fünf Schanzen Schweizer und einige ausländische Topathleten um den Titel der Freestyle-Night.

## HINWEIS

► Mettmensetten, 18. Juli, 21.30 bis 22.30 Uhr Nachtfinale, vorher Konzert von Snitch, nachher Party. Infos: [www.freestyle-night.ch](http://www.freestyle-night.ch) ◀

## Universiade

## Ein grosses Ziel vor Augen

An der Universiade in Belgrad wurden dem Baarer Judoka Michael Iten seine Grenzen aufgezeigt. Nun läuft der Countdown für die Olympiade 2012.

VON MARCEL STADELMANN

Die Universiade – die Weltsportspiele der Studenten – ist nach den Olympischen Sommerspielen gemessen an der Teilnehmerzahl der zweitgrösste Multi-sportevent und findet im Zweijahresrhythmus statt. In diesem Jahr ist Belgrad der Gastgeber der vom 1. bis morgen Sonntag dauernden 25. Sommer-Universiade. Mit seinen tollen Leistungen in diesem Frühjahr – unter anderem ein 2. Platz im Europacup in Sarajevo – konnte sich der Baarer Judoka und Nationalkadermitglied Michael Iten für diesen Grossanlass qualifizieren. Gestern war der Tag, an dem er alles daransetzen wollte, seine Gegner in der serbischen Hauptstadt auf die Matten zu befördern.

## Out im Viertelfinal

Dabei schien er es ziemlich eilig zu haben und legte los wie die Feuerwehr – nach bloss 14 Sekunden Kampfezeit war der Startgegner aus der Dominikanischen Republik durch Ippon (höchste Wertung) besiegt. Der zweite Kampf gestaltete sich um einiges taktischer, was den Fähigkeiten des 22-Jährigen

«Ich weiss, dass sogar noch ein bisschen mehr dringelegen wäre.»

MICHAEL ITEN

jedoch durchaus entgegenkam. Mit viel Geduld und taktischem Geschick konnte er eine frühe Führung über die Zeit retten und den Einzug in den Viertelfinal bejubeln. Dadurch hatte das Mitglied der JS Fuji-San Baar bereits einen Platz unter den ersten zehn auf sicher und damit sein Hauptziel erreicht.

Es folgte die Möglichkeit zur Kür, welche ihm an diesem Tag jedoch verwehrt bleiben sollte. Zunächst scheiterte er in der Runde der letzten acht am mühsamen Kampfstil eines usbekischen Medaillenanwärters. Im ersten Kampf der Trostrunde musste er nicht nur gegen den einheimischen Gegner, sondern auch gegen dessen Unterstützung durch das Publikum sowie die Schiedsrichter ankämpfen. «Dieser Kampf wäre absolut noch drin gewesen, deshalb bin ich ein wenig enttäuscht, dass ich diesen nicht packen konnte», meinte Iten nach dem Ausscheiden und dem 9. Schlussrang. Die anfängliche Enttäuschung wich jedoch bald der Genugtuung: «Ich habe das mir gesteckte Ziel erreicht. Ich weiss zwar, dass sogar noch ein bisschen mehr dringelegen wäre, aber erfreue mich jetzt an der guten Wettkampfleistung, die ich gezeigt habe.»

## Minutiöse Vorbereitung

Sofort richtet der Wirtschaftsstudent den Blick wieder nach vorne: «Ich habe auch heute wieder dazugelernt. Mit solchen «exotischen Landsmännern» kämpft man nicht alle Tage, also sollte man auch möglichst viel davon mitnehmen.» Sein Studiumspensum beläuft sich momentan auf 50 Prozent, daneben geniesst die Vorbereitung für sein grosses Ziel, die Teilnahme an den Olympischen Spielen 2012, höchste



Die Universiade in Belgrad ist für Michael Iten abgehakt – jetzt schaut er nach London.

BILD STEFAN KAISER

## MICHAEL ITEN

## Seine bisher grössten Erfolge

- Schweizer Meister Elite 2005/2007
- Schweizer Meister Junioren 2005
- Vize-Schweizer-Meister Elite 2006/2008
- 2. Rang Europacup Sarajevo 2009
- 5. Plätze Europacup: Swiss Open 2007/2009, Athen 2008
- Qualifikation zur Universiade 2007 und 2009
- Qualifikation zur U23 EM 2007 und 2008

ms

Priorität: «Ich trainiere auf dieses Ziel hin. Ob es klappt oder nicht, werden wir sehen, aber ich wäre unglücklich, hätte ich es nicht zumindest versucht. Ich denke, mit dem neuen Trainingsplan ist es möglich.» Dieser sieht seit zwei Monaten folgendermassen aus:

Zwei Einheiten Kraft, zwei Einheiten Kraftausdauer, zwei Einheiten Treppenlaufen und sieben Einheiten Judo – in der Woche, versteht sich.

## Gezielter Kraftaufbau

Zudem steht die nächsten vier Wochen ein gezielter Kraftaufbau an, der dem Leichtgewicht eine Basis für die kommenden drei Jahre legen soll. Dadurch sollen unter anderem Defizite in der Griffkraft ausgemerzt werden. Technisch zeigt er sich bereits als sehr vielseitiger Kämpfer, der auch mal zwischen links und rechts wechseln und auf beide Seiten angreifen kann. Dafür hat der aktuelle Vize-Schweizer-Meister bei den gestrigen Niederlagen taktischen Nachholbedarf erkannt: «Ich habe gesehen, dass ich mich mit ungewohnten Kampfstilen wie zum Beispiel des Usbeken auseinandersetzen und mir vor dem Kampf eine Taktik ausarbeiten muss, wie solche Gegner zu bezwingen sind.» Bis London 2012 bleibt dazu noch jede Menge Zeit.

## MELANIE SCHWEIGER

## Fehlstart im wahrsten Sinne

Pech für die 24-jährige Melanie Schweiger vom Schwimmverein Baar an der Universiade in Belgrad. Ihr erster Sprung ins Wasser der Langbahn erfolgte zu früh, und so wurde sie im Rennen über 50 Meter Delfin disqualifiziert. Dies ausgerechnet in jener Disziplin, in der sie seit letztem Dezember Schweizer Rekordhalterin ist – allerdings auf der Kurzbahn. Etwas mehr Geduld bewies sie in ihrem zweiten Rennen über 50 Meter Rücken. Allerdings fehlten ihr dadurch die entscheidenden Hundertstelsekunden, um erstmals die magische Grenze von 30 Sekunden zu unterbieten. Mit ihrer drittbesten je geschwommenen Zeit von 30.25 Sekunden landete sie dennoch auf dem ansprechenden 22. Rang.

ms

# RUHEZEIT

Was uns direkt angeht.