

Entweder Oder



Benjamin Jud
Flames-Stürmer
– kämpft in der
NLB mit Jona-
Uznach um den
Playoff-Einzug

«Glücklich zu sein ist mir wichtiger»

Seedamm oder Fähre?

Benjamin Jud: Über den Damm kann man immer fahren, das ist unkomplizierter. Auf der Fähre überquerte ich den See noch nie.

Meer oder Berge?

In den Bergen ist es ruhiger und sie bedeuten für mich Heimat.

Stadt oder Land?

Weil ich auf dem Land – in Weesen – aufgewachsen bin, fühle ich mich da auch wohler.

Bratwurst oder Cervelat?

Als St. Galler ziehe ich natürlich die Bratwurst vor, aber mit Senf.

GC oder FCZ?

Dem FCZ drückte ich schon als Bub die Daumen, auch wenn GC damals noch besser war.

Herz oder Kopf?

Herz. Beim Treffen von Entscheidungen sollte man eher darauf hören.

«Eine Katze gibt weniger zu tun, sofern sie vierbeinig ist.»

Benjamin Jud

Auto oder ÖV?

Der Zug ist für mich viel zu unflexibel. Als Elektroinstallateur brauche ich das Auto auch beruflich oft.

Angriff oder Verteidigung?

Ersteres, denn ich schiesse lieber ein Tor, als eines zu verhindern.

Zeitung oder Internet?

Ich schätze das Zeitungsangebot und lese jeden Morgen mehrere.

Geld oder Glück?

Glücklich zu sein ist mir wichtiger, als viel Geld zu haben.

Street-Parade oder Dorffest?

Elektronische Musik gefällt mir sehr, so steht die Street-Parade jedes Jahr fix in meiner Agenda.

«Bachelor» oder «Rundschau»?

Ich bevorzuge die «Rundschau». Aktuelle Ereignisse interessieren mich mehr als gespielte Ferien.

Hund oder Katze?

Eine Katze gibt weniger zu tun, sofern sie vierbeinig ist. (lacht)

Wein oder Bier?

Als Bier-Fan entscheide ich mich fürs kühle Blonde. Wein trinke ich nur ab und zu mal zum Essen. *ddu*

Sieg ist für die Flames Pflicht

UNIHOCKEY Heute Samstag stehen die Jona-Uznach Flames zu Hause dem NLB-Schlusslicht Ticino gegenüber. Dass die Tessiner nicht zu unterschätzen sind, zeigt ihr Punktgewinn vom letzten Wochenende gegen das fünftplatzierte Sarganserland. Nichtsdestotrotz haben die Gäste erst zwei Punkte ergattern können.

Will Jona-Uznach seine Playoff-Chancen wahren, gilt es den Pflichtsieg gegen den Tabellenletzten einzufahren. «Trotz den beiden Siegen am letzten Wochenende gilt weiterhin: Verlieren verboten», weiss auch Flames-Goalie Philipp Kägi. Das Hinspiel gewannen die Joner auswärts 4:2. Seitdem haben die Tessiner aufgerüstet und zwei weitere schwedische Verstärkungsspieler engagiert. Ticino wird deshalb sicherlich mehr Qualität auf den Platz bringen als in der Vorrunde. *bem*

«Der Knoten wird platzen»

SNOWBOARD Obwohl die Resultate in den ersten drei Weltcup-Rennen der Saison eher mässig ausfielen, zeigt sich Nicole Baumgartner gelassen. Die 22-jährige Alpinfahlerin aus Uznach weiss: Sie kann deutlich mehr.

Das Saisonziel ist klar und laut: Den nächsten Schritt machen. Konkret bedeutet dies für Nicole Baumgartner, sich im Weltcup regelmässig für die Finalläufe zu qualifizieren. In 22 Einsätzen auf der höchsten Stufe ist es der A-Kader-Fahlerin bisher noch nie gelungen, in die K.-o.-Phase und somit Top 16 vorzustoßen. Als Bestresultat steht Platz 17 zu Buche.

Diese Klassierung erreichte die Uznernerin vor knapp einem Jahr im Parallelschlalom im slowenischen Rogla – und auch im ersten Rennen der laufenden Saison Mitte Dezember im italienischen Carezza, in derselben Disziplin. Der Winter lief also nicht schlecht an. Dies gilt umso mehr, wenn man bedenkt, dass Baumgartner noch während der letzten Phase der Saisonvorbereitung in Nordamerika mit starken Rückenschmerzen zu kämpfen hatte und deshalb kaum je vernünftig trainieren konnte.

«Das war natürlich bitter», blickt die Profiathletin zurück. Woher die Probleme rührten, weiss sie nicht. «Wären die Schmerzen geblieben, hätte ich dies nach der Rückkehr in die Schweiz sicher abklären lassen. Doch zum Glück waren sie bis da verschwunden», zeigt sich die 22-Jährige erleichtert.

Zu viele Fehler gemacht

Obwohl inzwischen wieder hundertprozentig fit, setzte es für Baumgartner in den folgenden zwei Weltcup-Rennen Enttäuschungen ab. Der Parallelschlalom im italienischen Cortina d'Ampezzo endete bereits nach vier Toren («Das ist mir zuvor noch nie passiert!»). In jenem im österreichischen Bad Gastein vor Wochenfrist schaffte sie es im ersten Qualifikationslauf zwar bis ins Ziel, brachte sich mit einem groben Schnitzer jedoch bezüglich

Finallauf-Einzug derart in Rücklage, dass sie sich genötigt sah, im zweiten Run die Brechstange auszuwerfen. Baumgartner fuhr absolute Kampflinie, wurde so allerdings in weitere Fehler getrieben – weshalb sie letztlich sogar langsamer war als im Lauf zuvor und sich mit Schlussrang 24 zufriedengeben musste.

Um vorne dabei zu sein, müsse man riskieren. «Aber das war kopflos», zeigt sich Baumgartner selbstkritisch. Es gelte nun, die richtige Balance zu finden. «In den Trainings gelingt mir dies sehr gut. Da fahre ich seit einigen Wochen regelmässig Bestzeiten. Doch Wettkämpfe sind halt schon ein anderes Paar Schuhe.» Diesbezüglich würde sich die Uznernerin wünschen, öfters im Parallel-Format üben zu können. Dafür braucht es jedoch viel Platz, was mehr Aufwand zur Folge hat und mehr kostet, speziell in einem schneearmen Winter wie diesem.

Jenny als gutes Vorbild

Ein Grund, den Kopf in den Sand zu stecken, ist dies für Baum-

gartner nicht. Im Gegenteil. «Ich weiss, was ich kann, und bin überzeugt, dass der Knoten irgendwann platzen wird», begründet die Uznernerin ihre Zuversicht. «Und was dann möglich ist, hat ja Ladina (Jenny) eindrücklich gezeigt.»

In der Tat. Nachdem sie zuvor in 34 Weltcup-Starts nur zweimal die Qualifikation überstanden hat (Schlussränge 6 und 4), nimmt die gleichaltrige und ebenfalls aus Uznach stammende Teamkollegin Baumgartners diese Hürde in diesem Winter plötzlich mit Leichtigkeit. Im ersten Rennen schaffte es Jenny als Dritte sogar erstmals aufs Podest, es folgten die Ränge 8 und 13. «Der Podestplatz hat Ladina einen riesigen Schub gegeben. Jetzt ist es an mir, ihrem Beispiel zu folgen», sagt Nicole Baumgartner. Noch vier Chancen bieten sich ihr in diesem Winter auf Stufe Weltcup, die nächste am 23. Januar in Rogla – einem Ort, mit dem sie gute Erinnerungen verbindet. Ein Grund mehr, dem weiteren Saisonverlauf optimistisch entgegenzublicken. *Silvano Umberg*



Im Training läuft es Nicole Baumgartner mittlerweile ausgezeichnet, nun gilt es, das Potenzial auch im Rennen auszuschöpfen.

Silvano Umberg

Zürisee muss Punkte holen

UNIHOCKEY Mit vier Punkten Rückstand auf die NLB-Playoffplätze muss Zürisee heute bei Olten-Zofingen unbedingt punkten. Nach drei Niederlagen im Januar beträgt der Rückstand der Zürcher auf das achtplatzierte Schüpbach vier Punkte, wobei der Direktvergleich gegen den Playoffkonkurrenten noch aussteht.

«Der Plan sieht so aus, dass wir nun zuerst Olten-Zofingen schlagen und dann Schüpbach bezwingen», erklärt Scharfschütze Manuel Hartmann. «Wir haben mehr als genug Erfahrung im Team, sodass wir wissen, wann wir einen Gang hochschalten müssen», ergänzt er. Zurück ins Team kehrt nach Ferienaufenthalt Spielmacher Jonas Racine, dafür muss Headcoach Patrick Pulfer wieder auf den robusten Simon Eggenberger verzichten, der aufgrund einer Rippenprellung ausfällt. *raj*

Lakers sind auf Revanche aus

EISHOCKEY Heute gastieren die SCRJ Lakers beim Tabellenletzten der NLB. Das weckt Erinnerungen an die erste Auswärtspartie in Winterthur, welche 4:6 verloren ging.

Zwei von drei Spielen gegen den NLB-Aufsteiger konnte Rapperswil-Jona für sich entscheiden. Das letzte hatte der Absteiger im Dezember vor eigenem Publikum diskussionslos (3:0) gewonnen. Im November hatten sich die Lakers allerdings erst in der Verlängerung mit 4:3 durchsetzen können. Und in Winterthur waren sie gar als Verlierer vom Eis gegangen. Michael Tobler stand damals bei den Rosenstädtern im Tor und hütet dieses auch heute wieder. «Wir machten damals nicht unser bestes Spiel», erinnert sich der 30-Jährige an die 4:6-Niederlage vom 3. Oktober 2015. Die Lakers hatten sich

den ersten Ausrutscher der Saison gegen ein schwächeres Team geleistet. «Umso motivierter sind wir, uns dafür zu revanchieren», betont der Goalie.

Der Gegner dürfe aber nicht unterschätzt werden. «Vor allem daheim spielt Winti immer rela-

tiv gut», mahnt Tobler. Sein Team müsse der Partie darum von Beginn weg den Stempel aufdrücken. «Unnötige Strafen und Scheibenverluste müssen wir vermeiden, um dem Gastgeber wenig gefährliche Chancen zu ermöglichen.»

Gegner hat viele Verletzte

Winterthur seinerseits will auf die jüngste 3:5-Heimniederlage vom Dienstag gegen Red Ice Martigny reagieren. Die Aussichten auf einen erneuten Erfolg im vierten Vergleich mit den Lakers sind jedoch nicht rosig. Denn EHCW-Trainer Markus Studer muss voraussichtlich auf fünf Spieler verzichten. Unter anderem fehlt ihm mit Luca Homberger ein starker Stürmer, der nur einen Skorerpunkt weniger als Goalgetter Gian-Andrea Thöny aufweist. Doch die Einheimischen wollen die Ausfälle mit ihrem unermüdlichen Kampfgeist wettmachen. *ddu*



Lakers-Goalie Michael Tobler will in Winterthur einen Sieg. *Heinz Diener*

Rochaix zum FCRJ

FUSSBALL Ihre Fussballschuhe hängt Fabienne Rochaix doch nicht an den Nagel. Nach einhalb Jahren College-Soccer mit den Blue Raiders aus Columbia, Kentucky, kehrte die ehemalige U19-Nationalspielerin im Dezember nach Stäfa zurück. Die berufliche Ausbildung solle nun Priorität geniessen, erklärte die 21-Jährige gegenüber der SZS. Die KV-Absolventin nahm die Berufsmittelschule in Angriff.

Auf den Zeitungsartikel hin wurde Guy Perdrizat aktiv. Der Teamchef der Frauen des FC Rapperswil-Jona kontaktierte Rochaix, die am Montag im Grünfeld das Training aufnahm. «Von GC, ihrem letzten Verein in der Schweiz, haben wir das Okay erhalten. Jetzt muss nur noch der Papierkram erledigt werden», erklärt Perdrizat, der von Rochaix im Kampf um den Verbleib in der NLB viel erwartet. *db*

Jona glaubt an Playoff-Chance

VOLLEYBALL Das Joner NLA-Team empfängt heute mit Schönenwerd einen direkten Konkurrenten um die Playoff-Teilnahme im Grünfeld. Vor Weihnachten konnten sich Schönenwerd und Einsiedeln etwas vom Trio Genf, Luzern und Jona absetzen. Der Kampf um die Plätze 5 und 6, welche für die Playoffs berechtigen, ist aber noch nicht entschieden.

Um die fünf Punkte aufzuholen, muss Jona nun die direkten Duelle mit diesen Teams für sich entscheiden. Die Gastgeber glauben an ihre Chance und wollen sich heute zurückmelden. Im Hinspiel mussten sie eine knappe Auswärtsniederlage hinnehmen. Schmerzhaft war, dass Jona den Start nach einer 16:9-Führung noch abgab. Wenn das junge Team an die zuletzt in Näfels gezeigte Leistung anknüpfen kann, liegt ein Heimsieg gegen die Solothurner drin. *roj*

Sport Agenda

BASKETBALL	
NATIONALLIGA B	
BCKE Wallabies – Fribourg U21	Allmendli, Erlenbach Sa, 20.00 Uhr
FRAUEN, NLB, ZWISCHENRUNDE	
DEL Basket – BCKE Wallabies	Omnisport, Lonay Sa, 17.00 Uhr
EISHOCKEY	
NATIONAL LEAGUE A	
ZSC Lions – Ambri-Plotta	Hallenstadion, Oerlikon So, 15.45 Uhr
NATIONAL LEAGUE B	
GCK Lions – Thurgau	KEK, Küssnacht Sa, 17.00 Uhr
Winterthur – Rapperswil-Jona	Deutweg Sa, 17.00 Uhr
2. LIGA, GRUPPE 1	
Küssnacht – Urdorf	KEK, Küssnacht Sa, 20.15 Uhr
2. LIGA, GRUPPE 2	
Rapperswil-Jona 2 – Wallisellen	Diners-Club-Arena Sa, 20.00 Uhr
UNIHOCKEY	
NATIONALLIGA B	
Olten-Zofingen – Zürisee	BBZ, Olten Sa, 16.00 Uhr
Jona-Uznach Flames – Ticino	Rain, Jona Sa, 19.30 Uhr
1. LIGA, GRUPPE 2	
Nesslau Sharks – Pfannenstiel Egg	Büelen So, 17.00 Uhr
VOLLEYBALL	
NATIONALLIGA A	
Jona – Schönenwerd	Grünfeld Sa, 18.00 Uhr