

*Anja Jimenez trainiert jede Woche ehrenamtlich Kinder im Basketball*

## Im Spiel den Alltag vergessen lassen

VON *Stefan Müller*

IM GLEICHSCHRITT prellen die Kinder ihren Ball über das rote Basketballfeld. Die Trainerin in weisser Sporthose und schwarzem Shirt dirigiert mit kräftiger Stimme die zehn Spielerinnen und Spieler wie ein Ballettensemble über den Platz, begleitet vom dumpfen Geräusch der aufschlagenden Bälle. „Nach links, nach rechts, rückwärts, vorwärts!“ Die Gesichter sind inzwischen gerötet, der Schweiss tropft. Die Aufwärmübung hat ihr Ziel erreicht. Erwartungsvoll setzen sich die Kinder nun auf den Boden und horchen Anja Jimenez' Worten.

Das Basketballtraining der U13 des Kantonsschulsportclubs (KSC) Wiedikon findet auf dem Sportplatz des Aemtlers-Schulhauses in Zürich-Wiedikon statt. Zweimal pro Woche leitet Anja zusammen mit einer Kollegin in ihrer Freizeit das Training. Rund 15 Mädchen und Buben zwischen 11 und 13 Jahren nehmen teil. Alle sind begeistert von Basketball, und wer es noch nicht wäre, würde von Anja angesteckt. Die 37-Jährige spielt seit mehr als 25 Jahren leidenschaftlich Basketball, seit drei Jahren trainiert sie ehrenamtlich Kinder im KSC Wiedikon.



Was reizt sie an der Arbeit als Coach? „Die Kinder sind unbekümmert – und genau das fehlt im Alltag“, sagt Anja. Sie will die jungen Spielerinnen und Spieler deshalb eventuelle Sorgen oder Druck vergessen lassen – und sieht sich bestätigt, wenn sie in deren strahlende Augen blickt. „Spas steht im Vordergrund, nicht Leistung“, hält Anja fest. Dennoch freue sie sich über jede Aufwärtentwicklung der Kinder. Man benötige viel Fingerspit-

verschiedenen Positionen müssen die Kinder den Korb treffen. Das Team, das zuerst zwölf Treffer macht, gewinnt. „Go“, ruft Anja. In rascher Folge fliegen die Bälle unter den aufmerksamen Augen der Trainerin.

Federnden Schrittes geht Anja in der Mitte des Feldes auf und ab. Wiederholt greift sie korrigierend ein: „Philipp, du bist falsch gestanden, der Wurf zählt nicht.“ Oder lobt: „Schöner Wurf, Andreu!“ Die Kinder zählen



Trainerin Anja in ihrem Element: beim Basketballspiel mit den Kindern der U13

## DAS TRAINING SOLL NEBEN FREUDE AM SPORT AUCH WERTE UND RESPEKT VERMITTELN

zengefühl, um allen gerecht zu werden und zugleich zu verhindern, dass die Schere zwischen Anfängern und Fortgeschrittenen zu gross werde.

Anjas Worte sprudeln nur so aus ihr heraus, die Begeisterung ist spürbar. Doch die Trainerin möchte nicht nur Freude am Basketball und am Sport generell vermitteln, sondern auch Werte und Respekt. Beleidigungen unter den Spielern toleriert sie nicht, und ihre Anweisungen als Trainerin sind ebenso zu befolgen wie Schiedsrichterentscheide.

Nachdem die Kinder schnaufend eine Übung beendet haben, stellen sie sich – ein Team auf jeder Spielfeldseite – in Einerkolonnen am jeweiligen Halbkreis vor dem Korb auf. Jetzt wird Wurftechnik geübt. Anja, deren Vater aus El Salvador stammt, erklärt das Spiel „Around the World“: Aus

die getroffenen Körbe laut mit, stets kritisch beäugt von der gegnerischen Mannschaft. Die Spannung steigt. Wer macht das Rennen? Anja verkündet: „Die blaue Mannschaft hat gewonnen!“ Jubel von der Siegerseite.

Basketball erfreut sich ständig wachsender Beliebtheit. Das spürt auch der KSC Wiedikon. „Die Sportart erlebt besonders in der Deutschschweiz einen Boom, unsere lange Warteliste zeugt davon“, sagt der Leiter der Basketballabteilung Adrian Kunz. Inzwischen gibt es acht Basketballteams für 8- bis 20-Jährige.

Im Club genießt Anja den Ruf der „Mami für alles“. Acht bis zehn Stunden bringt die junge Frau wöchentlich für ihr Engagement auf. Deshalb muss sogar die energiegeladene Frohnatur gelegentlich schauen, dass es ihr nicht zu viel wird. Sie spielt selbst

zwei Mal pro Woche Basketball in der zweiten Liga, nimmt am Wochenende an Turnieren teil und arbeitet Vollzeit bei einem Rückversicherer. „Mein Herz schlägt für den Sport – nicht nur für Basketball, sondern auch für den FCZ“, sagt sie und lacht spitzbübisch.

Als Coach sollte man laut Adrian Kunz Freude am Basketball mitbringen. Eigene Erfahrungen in diesem Sport und in der Arbeit mit Kindern sind nicht zwingend, aber hilfreich. Natürlich gehören neben Offenheit und Respekt auch gute Deutsch- oder Englischkenntnisse dazu.

Für die U13 heisst es nun: Verteidigung üben. Ein Spieler greift an, der andere verteidigt. Anja erklärt kurz, ein Blick in die Runde – und los geht's. Paarweise jagen die Kinder übers Feld, begleitet von Anjas

Kommentaren: „Pablo, konzentriere dich!“ „Valentina, wo ist dein Ziel? Schau auf den Korb!“ – Die Spielerin blickt wie geheissen auf. „Sehr gut!“

Das eineinhalbstündige Training neigt sich dem Ende zu, die Konzentration der Mädchen und Buben lässt nach. Sie treffen seltener den Korb, machen häufiger Fehler. Anja greift nicht mehr ein, sondern schaut nur zu, während sie einen Ball wie eine Zirkusartistin auf einem Finger balanciert. Sie weiss, dass sie am Abend und Ende der Woche nicht mehr zu viel von den Kindern verlangen kann.

Als das Training vorbei ist, verabschieden sich die Kinder mit ihrem Ritual: im Kreis, die Arme um die Schultern geschlungen, tippen sie sich in der Mitte mit den Füßen an. Erschöpft, aber ausgelassen geht es zurück in den Alltag. ◆