

# Sportjournal



Manon Emmenegger hat mit 7 Jahren ihre Leidenschaft für das Fechten entdeckt.

Bild: Maria Schmidt (Zug, 31. März 2017)

## Die Leichtigkeit fusst auf harter Arbeit

**Degenfechten** Die Baarerin Manon Emmenegger steht derzeit an ihren letzten U20-Weltmeisterschaften in Bulgarien im Einsatz. Sie sollen ein weiterer Schritt auf dem Weg zu einem grossen Ziel des Talents sein.

Michael Wyss  
sportjournal.ch

«Mein Grossmami ist mein grösster Fan», schildert Manon Emmenegger lachend und führt aus: «Sie unterstützt mich moralisch und will immer alles übers Degenfechten wissen. Wie es im Training war und wann ich den nächsten Wettkampf habe.» Doch die 75-jährige Margerite Leuenberger ist nicht die einzige Person, die im Leben der 20-jährigen Degenfechterin eine wichtige Rolle spielt. Die sympathische Baarerin wird bei der Ausübung ihrer ganz grossen Leidenschaft von allen ihren Lieben unterstützt. «Meine ganze Familie ist eine grosse Stütze für mich. Meine Eltern greifen mir auch finanziell unter die Arme. Der Fechtsport ist leider immer noch eine Randspartart und kämpft in der Öffentlichkeit um Akzeptanz. Sponsoren zu finden, ist schwierig.» Finanzielle Unterstützung erhält Emmenegger, die an der ETH Zürich Gesundheitswissenschaften und Technologie studiert, von der Sporthilfe und vom Parathlon-Club Zug.

Gegenwärtig ist Emmenegger an den U20-Weltmeisterschaften im Einsatz. In Plovdiv (Bulgarien) ficht sie im Einzel- und im Teamwettbewerb. Mit welchen Zielen? «Es ist mein letzter grosser Wettkampf in der U20. Es wäre schön, wenn ich im Einzel- und im Teamwettbewerb eine gute Platzierung erreichen könnte», gibt sie sich unerbittlich. Ab der nächsten Saison startet Emmenegger bei den

Alternen (Seniors). Die Erinnerungen an Plovdiv sind wenig verheissungsvoll. Vor drei Wochen erreichte die Baarerin an gleicher Wirkungsstätte an der U20-Europameisterschaft nur den 53. Rang im Einzel und den 13. Rang im Team. «Das war meine schlechteste Platzierung und eine grosse Enttäuschung für mich. Es kann nur besser kommen», sagt sie schmunzelnd und doppelt nach: «Ein konkretes Ziel habe ich mir nicht gesetzt. Ich will meine beste Leistung abgeben und versuche das Gelernte umzusetzen, dann stimmt auch die Rangierung.»

### Zum Fechten dank dem Ferienpass

Die Freude am Fechtsport entdeckte die Baarerin im Alter von 7 Jahren. «Ich besuchte in den Sommerferien den Ferienpass in Zug. Dort wurde Fechten angeboten, was mir sofort gefiel und mich faszinierte. Anschliessend besuchte ich einen Anfängerkurs beim Zuger Fechtclub – da hat es mich definitiv gepackt.» Bei diesem Verein ist sie bis heute geblieben. «Fechten ist ein wichtiger Lebensinhalt, es bedeutet mir sehr viel», sagt sie. Sie zählt in der Schweiz zu den Besten ihres Alters und gehört folglich dem Nationalkader an.

Nicht nur national, sondern auch international konnte sie schon viel an Erfahrung sammeln: Sie nahm an vier Europameisterschaften und nun zwei Weltmeisterschaften in der Kategorie U20 teil. Auch an einem Elite-Weltcup in Italien konnte sie starten. Emmen-

«Ich bin noch immer im Reifeprozess.»

egger: «Für mich ist jeder internationale Wettkampf wichtig für meine persönliche Weiterentwicklung. Die Erfahrung zählt, und dass ich Fortschritte mache.» Deshalb sei nicht allein die Rangierung wichtig. «Ich nehme Schritt für Schritt. Klar träume ich bei jedem Wettkampf von einer Medaille, dieses ehrgeizige Ziel muss auch vorhanden sein. Wenn es klappt, ist es schön, dann wird man für das harte Training entschädigt. Wenn nicht, geht die Welt auch nicht unter. Wichtig ist, dass ich die richtigen Lehren daraus ziehe. Ich bin noch immer im Reifeprozess», sagt die sehr reflektierte Sportlerin.

### Grosser Aufwand für ein grosses Ziel

Emmeneggers Fernziel ist, den 750 Gramm schweren und 110 Zentimeter langen Degen an den Olympischen Spielen 2024, die in Paris oder Los Angeles stattfinden werden, zu führen. «Das wäre ein Traum», sagt sie. Wer weiss, vielleicht erfüllt sich das ja. Momentan scheut die Baarerin jedenfalls keinen Aufwand, um diesem Ziel einen grossen Schritt näherzukommen. Sie trainiert bis vier Mal wöchentlich. Neben Einzelkämpfen in Zug reist sie auch nach Biel und Bern, um die Kadertrainings der Nationalmannschaft zu besuchen. «Dazu kommen noch viele Stunden im Fitnessstudio», führt sie auf. Fechten ist ein vielseitiger Sport: Kondition, Schnelligkeit, Kraft und mentale Stärke sind gefragt, wie Emmenegger betont.

Aufgewachsen ist die Fechterin in einer musischen Familie. «Musik und Sport sind bei uns täglich ein Thema», sagt die Studentin, die zwei Geschwister hat: Solange (22) ist Trainerin im Zuger Fechtclub und Gilles (16) spielt Handball bei den Mythen-Shooters und darüber hinaus Waldhorn. Mutter Nathalie ist im Zuger Fechtclub Vorstandsmitglied (Juniorenbetreuung/ J+S-Coach). Und Vater Urs spielt bei der Feldmusik Baar tätig.

Apropos Musik: Auch im Leben von Manon Emmenegger spielt sie eine Rolle – in einer besonderen Form: «Ich tanze noch in der Trachtengruppe Baar mit. Das ist mir wichtig für den Ausgleich zum Alltag. Hier kann ich abschalten. Tanzen tut mir gut für Körper, Seele und Geist», sagt sie.

### Im Doppeleinsatz

**U20-WM** Manon Emmenegger startet dieser Tage an den U20-Weltmeisterschaften in Bulgarien. Das Turnier beginnt für die Baarerin morgen im Einzel und findet am Freitag und Samstag eine Fortsetzung im Team. Zum Schweizer Team gehören neben Emmenegger Demetra Solari (Fribourg), Auroro Favre (Sion) und Valentina Bos (Basel). Mehr Informationen zu den WM gibt es unter [www.fencinglozdn.com/world\\_wm17](http://www.fencinglozdn.com/world_wm17)

Manon Emmenegger  
Fechterin