

Gegen die Gefahr der grossen Leere

Das Karriereende ist für Profisportler oft sehr schwierig. Eine Gruppe um Gottérons Teamarzt Marc-Antoine Gamba und Mentalcoach Gérald Robin bietet in Freiburg mit der Organisation «Gate to Future» nun Hilfe an.

Matthias Fasel

FREIBURG «Viele Sportler sind am Ende der Karriere orientierungslos. Sie haben Mühe, sich ausserhalb der Sportwelt zu integrieren, soziale Normen zu erfüllen und den Mangel an Adrenalin zu ertragen. Es kann vorkommen, dass sie verloren und isoliert sind.» Gérald Robin weiss, wovon er spricht. Als Mentalcoach arbeitet er seit Jahren mit Profisportlern zusammen. Ähnliche Beobachtungen wie er macht regelmässig auch Marc-Antoine Gamba, der unter anderem der Teamarzt von Freiburg-Gottéron ist. Die Beiden stehen am Ursprung des Projekts «Gate to Future», das gestern in Freiburg den Medien vorgestellt wurde. Das Ziel: «Die Sportler in dieser wichtigen Übergangsphase nicht mehr allein zu lassen», wie Robin sagt.

Keine finanziellen Interessen

Dafür hat das Duo eine Struktur geschaffen, innerhalb welcher Spezialisten beratend zur Seite stehen. Um noch mehr Know-how in die Organisation zu bringen und das Projekt breiter abzustützen, holten sie zwei weitere Initianten mit ins Boot: Estelle Leyrolles, Vortesterin an der Berufsschule und ehemalige Spitzensportlerin sowie Stéphane Vuichard, Direktor einer Versicherung, der oft auch mit Sportlern zusammenarbeitet.

Was dem Quartett wichtig ist zu betonen: «Unser Projekt basiert auf Freiwilligenarbeit. Es geht nicht um finanzielle Interessen, sondern um menschliche», so Robin. Das Projekt steckt noch in Kinderschuhen. Erst gestern wurden die Statuten verabschiedet. Die Medienkonferenz diente als Startschuss, um «Gate to Future» der Öffentlichkeit zu präsentieren. In den nächsten Wochen und



Bieten Profisportlern Hilfe an: Estelle Leyrolles, Marc-Antoine Gamba (Mitte) und Gérald Robin.

Bild Charly Rappo

Monaten soll dann die Struktur immer konkreter werden.

Estelle Leyrolles skizzierte allerdings bereits, wie die Unterstützung funktionieren wird. Hilfe wird den Sportlerinnen und Sportlern in sieben Bereichen angeboten: Medizinische Fragen, Finanzen, Familie, Vorsorge/Versicherung, juristische Fragen, Ausbildung/Praktikum, Coaching. «Hat ein Sportler Fragen und Anliegen, die in einen dieser Bereiche fallen, kann er mit uns in Kontakt treten», so Leyrolles. In einem Gespräch wird anschliessend analysiert, was der Athlet genau benötigt. Danach wird er an den gewünschten Dienstleister weitervermittelt. «Am Ende des Parcours

werden wir jeweils evaluieren, was es dem Athleten gebracht hat – so können wir uns stets verbessern», sagt Leyrolles.

Fonds für Geringverdiener

Die Suche nach Partnern, die die Dienstleistungen anbieten, ist ebenfalls noch im Gang. «Wir müssen aufpassen», sagt Gérald Robin, «wir wollen keine Partner, für die es bloss ein Business ist.» Marc-Antoine Gamba ist allerdings zuversichtlich. «Allein schon vier Initianten verfügen alle über ein ausserordentlich grosses Netzwerk.»

«Gate to Future» wird nur mit Partnern zusammenarbeiten, die Sitzungen zu Vorzugspreisen anbieten. Zudem wird ein Fonds geschaffen mit dem Ziel,

Sportler mit geringem Einkommen zu entlasten.

Auch für gescheiterte Junioren

Klar ist ebenfalls: Die Organisation soll gleichzeitig auch als Netzwerk für die Sportlerinnen und Sportler dienen. Ein Netzwerk, das beispielsweise die Suche nach Praktikumsstellen erleichtert.

Konkrete Vorstellungen, wie viele Sportler sich bei ihnen melden werden, ob 2, 20 oder 200 pro Jahr, haben die vier Gründer nicht – oder sie wollen sie zumindest nicht äussern. «Die Tür ist offen, das Bedürfnis besteht», sagt Robin. Das zeige auch ein Blick in andere Kantone, in denen bereits ähnliche Strukturen vorhanden seien.

«Aber wie viele sich dann wirklich bei uns melden, ist schwierig zu sagen. Es gibt immer noch Leute, die aus falschem Stolz Mühe damit haben, Hilfe anzunehmen, auch wenn sich das in unserer Gesellschaft in den letzten Jahren ein wenig gebessert hat.»

Vor allem junge Menschen hätten heute keine Mühe mehr damit, Hilfe in Anspruch zu nehmen, sagt Marc-Antoine Gamba. «Und an die richtet sich das Angebot ebenfalls. Wenn jemand im Juniorenalter voll auf die Karte Spitzensport setzt und dann den Sprung ins Profibusiness der Erwachsenen nicht schafft, kann das ebenfalls ein Schock sein. Auch diesen Sportlern wollen wir helfen.»

Teichmann setzt Höhenflug fort

Jil Teichmann setzte am Turnier in Prag ihre Siegesserie auch in ihrem ersten Viertelfinal auf Stufe WTA fort und zog dank einem 6:2, 6:1 gegen die Deutsche Tamara Korpatsch in die Halbfinals ein.

TENNIS Gegen die im Ranking fünf Plätze hinter ihr klassierte Deutsche Korpatsch, die im Gegensatz zu Teichmann (WTA 146) als Lucky Loser der Qualifikation ins Hauptfeld gerutscht war, bot die in Barcelona geborene Schweizerin auch in den Viertelfinals eine starke Leistung.

Nachdem sie zu Beginn der Partie beim Stand von 0:1 einen Breakball abgewehrt hatte, übernahm Teichmann das Zepter. In der Folge gab sie bei eigenem Service nur noch fünf Punkte ab und kam nach gut einer Stunde Spielzeit im dritten Duell mit Korpatsch zum ersten Sieg. Die ersten beiden Begegnungen, die ebenfalls auf Sand gespielt wurden, hatte Teichmann klar verloren und dabei insgesamt nur fünf Games gewonnen.

Dank dem vierten Sieg innerhalb von drei Tagen sicherte sich Teichmann 11300 Dollar Preisgeld und 110 WTA-Punkte, womit sie im Ranking mindestens bis in die Region von Position 120 vorstossen wird. Im Halbfinal gegen Barbora Strýcová (WTA 39) tritt die Schweizerin im ersten Aufeinandertreffen der beiden als klare Außenseiterin an. Die routinierte Tschechin gab in den Viertelfinals gegen ihre Landsfrau Katerina Siniakova nur drei Games ab.

Im zweiten Halbfinal kommt es zum Duell zwischen der Amerikanerin Bernarda Pera (WTA 105) und Karolína Muchová (WTA 106). Die Tschechin profitierte von einer Wildcard und steht wie Teichmann, die sich erfolgreich durch die Qualifikation gekämpft hatte, erstmals in der Runde der letzten vier an einem WTA-Turnier. *sda*

Sandy Jeannin

«Ich hätte nicht gedacht, dass ich so tief falle»

+ Um sehr nahe an der Sportwelt zu sein, arbeitet «Gate to Future» mit verschiedenen Botschaftern zusammen. Dazu gehören zurückgetretene Athleten wie Lionel Martin (Fussball) und Christian Charrière (Rad) sowie aktive Sportler wie Nancy Fora (Basketball) oder Marc Abplanalp (Eishockey).

Einige dieser Botschafter waren gestern an der Pressekonferenz anwesend. So etwa Sandy Jeannin, der ehemalige Gottéron-Spieler und Nationalmannschaftscaptain. Er machte keinen Hehl daraus, wie schwierig sein Rücktritt 2014 gewesen sei, als ihn chronische Kopfschmerzen dazu zwangen, seine Karriere als Eishockey-Profi zu beenden. «Es war sehr, sehr hart. Als Teamsportler bist du immer in einem Kollektiv, nie alleine. Und plötzlich gehörst du von einem Tag auf den anderen keinem Team mehr an.» Hinzu komme, dass der mitunter hohe Status als Spieler rein an den Sport gebunden sei. «Ich verlor plötzlich mein Selbstvertrauen. Hinzu kam meine Verletzung. Ich war oft allein zu Hause, sah kaum noch jemanden. Es ging

mir wirklich schlecht. Ich hätte nicht gedacht, dass ich so tief falle.»

Während seiner Karriere habe er sich nicht allzu viele Gedanken gemacht, was danach kommen werde. Gelernt hatte Jeannin als Jugendlicher Sanitärinstallateur. «Ohne dass das mein Traumberuf gewesen wäre», wie der 43-Jährige sagt. «Und es war auch nicht etwas, das ich nach der Karriere machen wollte, erst recht, nachdem ich 20 Jahre lang nicht in diesem Bereich tätig gewesen war.»

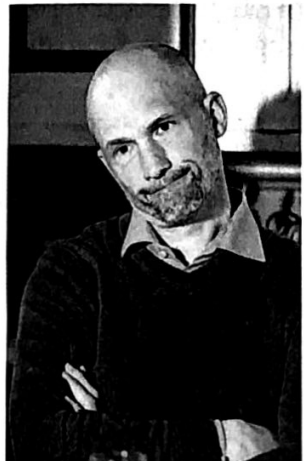
Es habe ihm danach geholfen mit Mentalcoach Gérald Robin zu arbeiten. Dass dieser nun eine Struktur mitinitiiert, die Profisportlern hilft, findet er deshalb eine gute Idee. «Ich bin überzeugt, dass diese Unterstützung sehr wertvoll sein kann. Ein Karriereende wird immer schwierig bleiben, aber das Ziel muss es sein, es ein bisschen weniger schwierig werden zu lassen.»

Heute ist Jeannin im Alltag wieder schmerzfrei und als Sportchef des HC Fleuryler weiter im Bereich des Eishockeys tätig, trainiert unter anderem das 2.-Liga-Team und die Junioren. «Aber ob ich das noch

für die restlichen 25 Jahre meines Arbeitslebens machen werde, ist alles andere als sicher.»

Auch Plüss fiel in ein Loch

Wie schwierig ein Rücktritt sein kann, musste auch Benjamin Plüss miterleben. Dabei galt er zumindest in Sachen berufliche Vorbereitung stets als Musterknabe. Bereits während seiner Zeit als Gottéron-Spieler arbeitete er Teilzeit in einem Treuhandbüro, nach der Karriere konnte er 2016 dort direkt hauptberuflich einsteigen. «Es war trotzdem nicht leicht, ich fiel in eine kleine Depression», sagt Botschafter Plüss, der gestern nicht an der Pressekonferenz war, in einem Video auf der Homepage von «Gate to Future». Heute gehe es ihm wieder gut, so der 40-Jährige weiter. «Aber nur, weil ich mich schon während meiner Karriere vorbereitet habe.» Schwierig sei allerdings immer noch, im Berufsalltag Herausforderungen zu finden. «Wenn ein Match auf 9.45 Uhr angesetzt war, musste ich um genau diese Zeit bereit sein. 10.30 Uhr war definitiv zu spät.» Als Treuhänder gebe es zwar auch Druck. «Aber ob ich meine Arbeit um acht



Botschafter Sandy Jeannin (l.) und Julien Sprunger.



Bilder Charly Rappo

Uhr oder um neun Uhr fertig habe, spielt nicht wirklich eine Rolle.»

Sprunger: «Sehr sinnvoll»

Der wohl bekannteste Botschafter, Gottéron-Captain Julien Sprunger, sagte gestern an der Pressekonferenz, das Leben nach der Karriere sei insbesondere bei Spielern über 30 immer wieder einmal ein Gesprächsthema. «Ich bin 33 und weiss, dass meine Karriere nicht mehr ewig dauert.» Nach der Berufs-

matura konzentrierte sich Sprunger voll auf das Eishockey. «Nun wird es langsam Zeit, mich vermehrt umzuschauen. Eine solche Struktur ist deshalb sehr sinnvoll. Vor allem auch, wenn du von Leuten Tipps und Hilfe bekommst, die bereits ähnliche Situationen erlebt haben.» Denn als Spitzensportler werde man immer von vielen Leuten umgarnt, da sei es schwierig zu evaluieren, wem man wirklich glauben und vertrauen könne. *fm*

Express

FC Schönberg im Cupfinal

FUSSBALL Der grosse Dominator der Gruppe zwei der 3. Liga stellt auch im Freiburger Cup seine Stärke unter Beweis: Der FC Schönberg besiegte am Mittwochabend im Halbfinal im Duell der 3.-Ligisten Châtel-St-Denis auswärts mit 2:1. Das entscheidende Tor erzielte zehn Minuten vor Schluss Gloire Mbiya. Im Final treffen die Stadtfreiburger am 29. Mai auf 2.-Liga-Leader Piamont. *fm*

Xavi tritt ab und wird Trainer

FUSSBALL Xavi, der ehemalige Mittelfeld-Regisseur des FC Barcelona, beendet seine Karriere als Spieler und will Trainer werden. Dies kündigte der 39-jährige Spanier, der derzeit für den katarischen Klub Al-Sadd spielt, in einem Brief an spanische Medien an. «Es war ein Privileg, bis 39 Fussball zu spielen», so Xavi. «Es wird meine letzte Saison als Spieler, aber ich kann es kaum erwarten, zu sehen, was die Zukunft für mich als Trainer bereithält.» Xavi spielte zwischen 1998 und 2015 für die erste Mannschaft von Barcelona. *sda*

Gegen die Gefahr der grossen Leere

Das Karriereende ist für Profisportler oft sehr schwierig. Eine Gruppe um Gottérons Teamarzt Marc-Antoine Gamba und Mentalcoach Gérald Robin bietet in Freiburg mit der Organisation «Gate to Future» nun Hilfe an.

Matthias Fasel

FREIBURG «Viele Sportler sind am Ende der Karriere orientierungslos. Sie haben Mühe, sich ausserhalb der Sportwelt zu integrieren, soziale Normen zu erfüllen und den Mangel an Adrenalin zu ertragen. Es kann vorkommen, dass sie verloren und isoliert sind.» Gérald Robin weiss, wovon er spricht. Als Mentalcoach arbeitet er seit Jahren mit Profisportlern zusammen. Ähnliche Beobachtungen wie er macht regelmässig auch Marc-Antoine Gamba, der unter anderem der Teamarzt von Freiburg-Gottéron ist. Die Beiden stehen am Ursprung des Projekts «Gate to Future», das gestern in Freiburg den Medien vorgestellt wurde. Das Ziel: «Die Sportler in dieser wichtigen Übergangsphase nicht mehr allein zu lassen», wie Robin sagt.

Keine finanziellen Interessen

Dafür hat das Duo eine Struktur geschaffen, innerhalb welcher Spezialisten beratend zur Seite stehen. Um noch mehr Know-how in die Organisation zu bringen und das Projekt breiter abzustützen, holten sie zwei weitere Initianten mit ins Boot: Estelle Leyrolles, Vorsteherin an der Berufsschule und ehemalige Spitzensportlerin sowie Stéphane Vuichard, Direktor einer Versicherung, der oft auch mit Sportlern zusammenarbeitet.

Was dem Quartett wichtig ist zu betonen: «Unser Projekt basiert auf Freiwilligenarbeit. Es geht nicht um finanzielle Interessen, sondern um menschliche», so Robin. Das Projekt steckt noch in Kinderschuhen. Erst gestern wurden die Statuten verabschiedet. Die Medienkonferenz diente als Startschuss, um «Gate to Future» der Öffentlichkeit zu präsentieren. In den nächsten Wochen und



Bieten Profisportlern Hilfe an: Estelle Leyrolles, Marc-Antoine Gamba (Mitte) und Gérald Robin.

Bild Charly Rappo

Monaten soll dann die Struktur immer konkreter werden.

Estelle Leyrolles skizzierte allerdings bereits, wie die Unterstützung funktionieren wird. Hilfe wird den Sportlerinnen und Sportlern in sieben Bereichen angeboten: Medizinische Fragen, Finanzen, Familie, Vorsorge/Versicherung, juristische Fragen, Ausbildung/Praktikum, Coaching. «Hat ein Sportler Fragen und Anliegen, die in einen dieser Bereiche fallen, kann er mit uns in Kontakt treten», so Leyrolles. In einem Gespräch wird anschliessend analysiert, was der Athlet genau benötigt. Danach wird er an den gewünschten Dienstleister weitervermittelt. «Am Ende des Parcours

werden wir jeweils evaluieren, was es dem Athleten gebracht hat – so können wir uns stets verbessern», sagt Leyrolles.

Fonds für Geringverdiener

Die Suche nach Partnern, die die Dienstleistungen anbieten, ist ebenfalls noch im Gang. «Wir müssen aufpassen», sagt Gérald Robin, «wir wollen keine Partner, für die es bloss ein Business ist.» Marc-Antoine Gamba ist allerdings zuversichtlich. «Allein schon vier Initianten verfügen alle über ein ausserordentlich grosses Netzwerk.»

«Gate to Future» wird nur mit Partnern zusammenarbeiten, die Sitzungen zu Vorzugspreisen anbieten. Zudem wird ein Fonds geschaffen mit dem Ziel,

Sportler mit geringem Einkommen zu entlasten.

Auch für gescheiterte Junioren

Klar ist ebenfalls: Die Organisation soll gleichzeitig auch als Netzwerk für die Sportlerinnen und Sportler dienen. Ein Netzwerk, das beispielsweise die Suche nach Praktikumsstellen erleichtert.

Konkrete Vorstellungen, wie viele Sportler sich bei ihnen melden werden, ob 2, 20 oder 200 pro Jahr, haben die vier Gründer nicht – oder sie wollen sie zumindest nicht äussern. «Die Tür ist offen, das Bedürfnis besteht», sagt Robin. Das zeige auch ein Blick in andere Kantone, in denen bereits ähnliche Strukturen vorhanden seien.

«Aber wie viele sich dann wirklich bei uns melden, ist schwierig zu sagen. Es gibt immer noch Leute, die aus falschem Stolz Mühe damit haben, Hilfe anzunehmen, auch wenn sich das in unserer Gesellschaft in den letzten Jahren ein wenig gebessert hat.»

Vor allem junge Menschen hätten heute keine Mühe mehr damit, Hilfe in Anspruch zu nehmen, sagt Marc-Antoine Gamba. «Und an die richtet sich das Angebot ebenfalls. Wenn jemand im Juniorenalter voll auf die Karte Spitzensport setzt und dann den Sprung ins Profibusiness der Erwachsenen nicht schafft, kann das ebenfalls ein Schock sein. Auch diesen Sportlern wollen wir helfen.»

Teichmann setzt Höhenflug fort

Jil Teichmann setzte am Turnier in Prag ihre Siegesserie auch in ihrem ersten Viertelfinal auf Stufe WTA fort und zog dank einem 6:2, 6:1 gegen die Deutsche Tamara Korpatsch in die Halbfinals ein.

TENNIS Gegen die im Ranking fünf Plätze hinter ihr klassierte Deutsche Korpatsch, die im Gegensatz zu Teichmann (WTA 146) als Lucky Loser der Qualifikation ins Hauptfeld gerutscht war, bot die in Barcelona geborene Schweizerin auch in den Viertelfinals eine starke Leistung.

Nachdem sie zu Beginn der Partie beim Stand von 0:1 einen Breakball abgewehrt hatte, übernahm Teichmann das Zepter. In der Folge gab sie bei eigenem Service nur noch fünf Punkte ab und kam nach gut einer Stunde Spielzeit im dritten Duell mit Korpatsch zum ersten Sieg. Die ersten beiden Begegnungen, die ebenfalls auf Sand gespielt wurden, hatte Teichmann klar verloren und dabei insgesamt nur fünf Games gewonnen.

Dank dem vierten Sieg innerhalb von drei Tagen sicherte sich Teichmann 11300 Dollar Preisgeld und 110 WTA-Punkte, womit sie im Ranking mindestens bis in die Region von Position 120 vorstossen wird. Im Halbfinal gegen Barbora Strýcová (WTA 39) tritt die Schweizerin im ersten Aufeinandertreffen der beiden als klare Aussenreiterin an. Die routinierte Tschechin gab in den Viertelfinals gegen ihre Landsfrau Katerina Siniakova nur drei Games ab.

Im zweiten Halbfinal kommt es zum Duell zwischen der Amerikanerin Bernarda Pera (WTA 105) und Karolína Muchová (WTA 106). Die Tschechin profitierte von einer Wildcard und steht wie Teichmann, die sich erfolgreich durch die Qualifikation gekämpft hatte, erstmals in der Runde der letzten vier an einem WTA-Turnier. sda

Sandy Jeannin

«Ich hätte nicht gedacht, dass ich so tief falle»

Um sehr nahe an der Sportwelt zu sein, arbeitet «Gate to Future» mit verschiedenen Botschaftern zusammen. Dazu gehören zurückgetretene Athleten wie Lionel Martin (Fussball) und Christian Charrière (Rad) sowie aktive Sportler wie Nancy Fora (Basketball) oder Marc Abplanalp (Eishockey).

Einige dieser Botschafter waren gestern an der Pressekonferenz anwesend. So etwa Sandy Jeannin, der ehemalige Gottéron-Spieler und Nationalmannschaftscaptain. Er machte keinen Hehl daraus, wie schwierig sein Rücktritt 2014 gewesen sei, als ihn chronische Kopfschmerzen dazu zwangen, seine Karriere als Eishockey-Profi zu beenden. «Es war sehr, sehr hart. Als Teamsportler bist du immer in einem Kollektiv, nie alleine. Und plötzlich gehörst du von einem Tag auf den anderen keinem Team mehr an.» Hinzu komme, dass der mitunter hohe Status als Spieler rein an den Sport gebunden sei. «Ich verlor plötzlich mein Selbstvertrauen. Hinzu kam meine Verletzung. Ich war oft allein zu Hause, sah kaum noch jemanden. Es ging

mir wirklich schlecht. Ich hätte nicht gedacht, dass ich so tief falle.»

Während seiner Karriere habe er sich nicht allzu viele Gedanken gemacht, was danach kommen werde. Gelernt hatte Jeannin als Jugendlischer Sanitärinstallateur. «Ohne dass das mein Traumberuf gewesen wäre», wie der 43-Jährige sagt. «Und es war auch nicht etwas, das ich nach der Karriere machen wollte, erst recht, nachdem ich 20 Jahre lang nicht in diesem Bereich tätig gewesen war.»

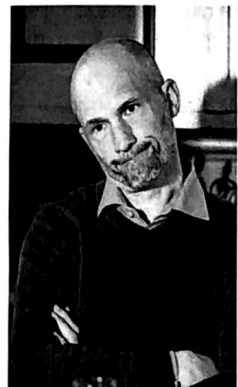
Es habe ihm danach geholfen mit Mentalcoach Gérald Robin zu arbeiten. Dass dieser nun eine Struktur mitinitiiert, die Profisportlern hilft, findet er deshalb eine gute Idee. «Ich bin überzeugt, dass diese Unterstützung sehr wertvoll sein kann. Ein Karriereende wird immer schwierig bleiben, aber das Ziel muss es sein, es ein bisschen weniger schwierig werden zu lassen.»

Heute ist Jeannin im Alltag wieder schmerzfrei und als Sportchef des HC Fleurier weiter im Bereich des Eishockeys tätig, trainiert unter anderem das 2.-Liga-Team und die Junioren. «Aber ob ich das noch

für die restlichen 25 Jahre meines Arbeitslebens machen werde, ist alles andere als sicher.»

Auch Plüss fiel in ein Loch

Wie schwierig ein Rücktritt sein kann, musste auch Benjamin Plüss miterleben. Dabei galt er zumindest in Sachen berufliche Vorbereitung stets als Musterknabe. Bereits während seiner Zeit als Gottéron-Spieler arbeitete er Teilzeit in einem Treuhänderbüro, nach der Karriere konnte er 2016 dort direkt hauptberuflich einsteigen. «Es war trotzdem nicht leicht, ich fiel in eine kleine Depression», sagt Botschafter Plüss, der gestern nicht an der Pressekonferenz war, in einem Video auf der Homepage von «Gate to Future». Heute gehe es ihm wieder gut, so der 40-Jährige weiter. «Aber nur, weil ich mich schon während meiner Karriere vorbereitet habe.» Schwierig sei allerdings immer noch, im Berufsalltag Herausforderungen zu finden. «Wenn ein Match auf 9.45 Uhr angesetzt war, musste ich um genau diese Zeit bereit sein. 10.30 Uhr war definitiv zu spät.» Als Treuhänder gebe es zwar auch Druck. «Aber ob ich meine Arbeit um acht



Botschafter Sandy Jeannin (l.) und Julien Sprunger.



Bilder Charly Rappo

Uhr oder um neun Uhr fertig habe, spielt nicht wirklich eine Rolle.»

Sprunger: «Sehr sinnvoll»

Der wohl bekannteste Botschafter, Gottéron-Captain Julien Sprunger, sagte gestern an der Pressekonferenz, das Leben nach der Karriere sei insbesondere bei Spielern über 30 immer wieder einmal ein Gesprächsthema. «Ich bin 33 und weiss, dass meine Karriere nicht mehr ewig dauert.» Nach der Berufs-

matura konzentrierte sich Sprunger voll auf das Eishockey. «Nun wird es langsam Zeit, mich vermehrt umzuschauen. Eine solche Struktur ist deshalb sehr sinnvoll. Vor allem auch, wenn du von Leuten Tipps und Hilfe bekommst, die bereits ähnliche Situationen erlebt haben.» Denn als Spitzensportler werde man immer von vielen Leuten umgarnt, da sei es schwierig zu evaluieren, wem man wirklich glauben und vertrauen könne. fm

Express

FC Schönberg im Cupfinal

FUSSBALL Der grosse Dominator der Gruppe zwei der 3. Liga stellt auch im Freiburger Cup seine Stärke unter Beweis: Der FC Schönberg besiegte am Mittwochabend im Halbfinal im Duell der 3.-Ligisten Châtel-St-Denis auswärts mit 2:1. Das entscheidende Tor erzielte zehn Minuten vor Schluss Gloire Mbiya. Im Final treffen die Stadtfreiber am 29. Mai auf 2.-Liga-Leader Piamont. fm

Xavi tritt ab und wird Trainer

FUSSBALL Xavi, der ehemalige Mittelfeld-Regisseur des FC Barcelona, beendet seine Karriere als Spieler und will Trainer werden. Dies kündigte der 39-jährige Spanier, der derzeit für den katarischen Klub Al-Sadd spielt, in einem Brief an spanische Medien an. «Es war ein Privileg, bis 39 Fussball zu spielen», so Xavi. «Es wird meine letzte Saison als Spieler, aber ich kann es kaum erwarten, zu sehen, was die Zukunft für mich als Trainer bereithält.» Xavi spielte zwischen 1998 und 2015 für die erste Mannschaft von Barcelona. sda