

## INTERVIEW MIT TRAINERIN ANGELA BERTSCHMANN

*Wie lange spielst du selbst schon Volleyball und wie bist du zu diesem Sport gekommen?*

**Angela:** Ich spiele Volleyball seit ich 12 Jahre alt bin. Ich habe mit meiner besten Freundin angefangen. Damals habe ich mit ihr Leichtathletik gemacht. Wir wollten mal etwas Neues ausprobieren. So haben wir im Schulvolleyball angefangen, dann kurze Zeit beim BSC Aarau

gespielt und anschliessend zu Jorge Payá in die U15 gewechselt, in welcher wir auch gleich bei den Schweizer Meisterschaften mitspielen durften.

*Was hat dich motiviert ein Traineramt zu übernehmen und wie lange bist du schon im Amt?*

**Angela:** Ich habe mit 17 Jahren das damalige Damen 5 übernommen, das war 2017. Um ehrlich zu sein war es reiner Zufall, ich bin so «reingerutscht». Meine Zwillingsschwester Lucia spielte damals in diesem Team und sie hatten keinen Trainer. Also hat sie mich gefragt, ob ich Lust hätte sie zu trainieren, bis sie einen Trainer bekommen. Es hat sich dann so ergeben, dass ich dieses Team direkt übernommen habe. «Wenn man mal dabei ist, ist man dabei». Es hat mir sehr viel Spass gemacht die Fortschritte der Spielerinnen zu sehen. Ausserdem konnte ich dank meiner Technikkarriere bei Jorge – er hat wirklich einen super Job gemacht – ihnen auch die richtige Technik beibringen. Mir war und ist immer noch sehr wichtig, dass die Spielerinnen nicht einfach nur spielen können, sondern dass es auch nach Volleyball aussieht und dazu gehört einfach die Technik.

*Was fasziniert dich am Trainerjob?*

**Angela:** Ich liebe es, Spielerinnen zuzuschauen, wenn sie Freude am Volleyball, ihrer eigenen Leistung und ihren Fortschritten haben. Auch schön ist es zu spüren, wie dankbar einem die Spielerinnen sind. Ganz abgesehen davon ist es





*Das Team zum Funktionieren zu bringen ist eine der grössten Herausforderungen für die Trainerin.*

wahnsinnig interessant, wie ein Team funktioniert, wie sich ein Team entwickelt und welchen Beitrag jede einzelne Spielerin in einem Team leistet. Das Team zum Funktionieren zu bringen ist eine der grössten Herausforderungen für die Trainerin. Damit meine ich nicht die individuelle Leistung, sondern die Leistung welche ein Team gemeinsam aufs Feld bringt. Ein Team kann aus noch so guten Einzelspielerinnen bestehen, solange sie nicht zusammen als eine Einheit auf dem Feld stehen, werden sie den Match gegen ein ähnlich gutes Team nicht gewinnen. In diesen Situationen ist der Teamspirit – ich nenne es

**Ein Team sollte als Einheit auf dem Feld stehen.**

das «Fühlen» deiner Mitspielerinnen – entscheidend. Ich liebe diesen Teil des Jobs als Trainerin und sehe es als meine Aufgabe, das Team möglichst gut dabei zu unterstützen nicht als Einzelpersonen auf dem Feld zu stehen, sondern als ein TEAM.

**Du spielst selbst im Damen 3 in der 3. Liga Pro. Ist es schwierig alles unter einen Hut zu bringen bzw. was sind die Herausforderungen?**

**Angela:** Ich stehe dreimal in der Woche in der Halle. Zusätzlich kommen dann noch die Spiele am Wochenende und die Prüfungen an der Universität dazu. Eine Spielerin von mir meinte mal: «Du besch scho mega busy, met dem ganze Volleyball». Dieser Satz trifft meine Situation relativ gut, denke ich. ABER und das ist ein grosses ABER, es macht mir so viel Spass – im Speziellen mit meinem jetzigen Team, dem Damen 7 – dass ich es um keinen Preis missen möchte. Es ist mein Ausgleich zum Studium und den damit verbundenen Strapazen. Es ist für mich keine zusätzliche Belastung, trotz viel Aufwand, sondern etwas, auf das ich mich jeden Abend freue.

**Strebst du eine «Trainerkarriere» an?**

**Angela:** Wie in meiner bisherigen Trainerinnenzeit lasse ich das auf mich zukommen. Es kommt so, wie es kommen muss. Was ich sicher noch machen möchte, ist die Trainer B Ausbildung. Was nachher folgt, weiss ich noch

nicht. Ich liebe das Traineramt, aber ich liebe auch mein Studium. Vielleicht wird es ja eine Mischung aus beidem, mal sehen.

*Ich fühle mich wertgeschätzt  
in unserem Verein.*

**Fühlst du dich im Verein als Trainerin aufgehoben?**

**Angela:** Ja, sehr. Der BTV Aarau hat sich extrem entwickelt in diesem Bereich. Immer wieder werde ich gefragt, wie ich mir meinen weiteren Weg als Trainerin vorstelle. Man fühlt sich auch wertgeschätzt und wahrgenommen in unserem Verein. Im Speziellen auch als Trainerin. Dem BTV Aarau ist es sehr wichtig nicht nur Trainer sondern auch Trainerinnen auszubilden, was meiner Meinung nach eine sehr gute Entwicklung ist. Denn wie wir sehen, können auch Frauen eine Nationalmannschaft zum Erfolg führen.

**Welche Tipps kannst du jungen Trainer\*innen geben, die gerne den Trainer\*innen-Weg einschlagen wollen, aber noch unsicher sind?**

**Angela:** «Einfach mache». Manchmal ist es super, ins kalte Wasser geworfen zu werden oder selbst hineinzuspringen. Erst wenn man etwas ausprobiert hat, kann man sagen, ob man dafür geeignet ist oder nicht. «Ned ufgeh» wenn es mal schwierig ist mit einer Spielerin oder du merkst, dass es einfach nicht funktioniert mit dem Team. Nach jeder schlechten Phase folgt eine gute.

**Gibt es etwas, was du dir in Bezug auf das Traineramt wünschen würdest?**

**Angela:** Mein grösster Wunsch ist der Aufstieg mit meinem Assistenten Marc und allen Spielerinnen des Damen 7 in die 4. Liga! Ich bin überzeugt, dass wir das schaffen mit meinen genialen Spielerinnen!

Interview: Manuela Schenker

*Momentan trainiert  
Angela Bertschmann  
das Damen 7*

