Procap Behindertensport Zug

Von Schlägen ins Netz und Ballwechseln

Tennisspielen geht auch mit einer Behinderung. Ein Trainingsbesuch, als dieser noch möglich war.

Jasmine Kündig

Die Verschärfung der Massnahmen des Bundes verunmöglicht zurzeit die Durchführung von Tennistrainings. Aber
auch schon vorher sah das Training der Tennisgruppe von
Procap Zug anders aus als gewohnt. Denn in Pandemie-Zeiten müssen auch die Tennisspielerinnen und -spieler ein
Schutzkonzept einhalten.

Ein Training der Tennisgruppe beginnt mit dem Aufwärmen. Jeder Spieler zeigt eine Stretchingübung vor. Normalerweise würden alle zusammen die Aufwärmübungen machen. «Es wird jeweils in zwei Fünfergruppen trainiert. Auf dem Feld 2 spielen die Stärkeren und auf dem Feld 1 die etwas Schwächeren», erzählt Max Meienberg, der Verantwortliche der Gruppe. Nach dem Einlaufen wird an der Technik gefeilt. «Wir machen hier keine Theorie. Es geht vor allem darum, möglichst viele

Bälle zu spielen und so ein Gefühl für die richtige Bewegung zu bekommen», erklärt Meienberg in der Tennishalle von Sport Zugerland in Cham. Er hat vor zehn Jahren zusammen mit einem Zuger Tennistrainer die Gruppe gegründet. «Mein Sohn Christoph war damals weit und breit der einzige Tennisspieler mit einem Handicap. Dies hat uns dazu motiviert,

«Ich kann mich erinnern, wie einige am Anfang kaum einen Ball übers Netz gebracht haben. Heute spielen sie Turniere.»

Max Meienberg, Gründer der Tennisgruppe

eine Tennisgruppe für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung auf die Beine zu stellen», sagt Meienberg. Weiter erzählt er: «Wir haben uns dafür mit verschiedenen regionalen Institutionen in Kontakt gesetzt

und ein Schnuppertraining für Menschen mit einem Handicap organisiert. Danach gab es viele Interessenten.»

Im April feierte die Gruppe schon ihr zehnjähriges Bestehen. Dazu wurde ein kleines Plauschturnier veranstaltet. «Jeder hat gegen jeden einmal gespielt. Unsere beiden stärksten Spieler, Antonio Barukcic und Christoph Meienberg, mussten als zusätzliche Schwierigkeit mit der falschen Hand antreten», erzählt Meienberg. Im kleinen Rahmen gab es anschliessend eine Siegerehrung und einen Pizzaplausch. Die Mitglieder der Gruppe nehmen aber regelmässig auch an grösseren Turnieren teil und räumen dabei Medaillen ab. Neben Turnieren in der Schweiz konnten schon viermal in Folge Spieler des Zuger Clubs an den Weltspielen von Special Olympics teilnehmen. So standen Spielerinnen und Spieler von Procap Zug schon in Shanghai, Athen, Los Angeles und Abu Dhabi auf dem Tennisplatz. Finanziert wird die Tennisgruppe von Procap Behindertensport Zug. Procap Zug bietet Menschen mit geistiger oder körperlicher Beeinträchtigung neben Tennis-



Die Mitglieder der Tennisgruppe bei einem der letzten Trainings im Dezember 2020.

Bild: Jasmine Kündig

auch Schwimm- und Turntrainings an. Die Mutterorganisation unterstützt die Tennisgruppe im Jahr mit rund 7000 Franken. So müssen die Mitglieder lediglich den jährlichen Mitgliederbeitrag von 30 Franken bezahlen.

Die Tennisgruppe darf auf viele Unterstützer zählen

Die weissen Trainingsanzüge hat der Cheftrainer Manuel Hoppe in die Realität umgesetzt. Der Profitrainer leitet mit den beiden Assistenztrainern Dan Büeler und Patrick Völlm das abwechslungsreiche Training. Aber auch abseits des Courts kommt er mit Ideen für die Gruppe auf. «Es kommen immer

wieder Leute auf mich zu, welche die Gruppe als Gönner oder Sponsoren unterstützen möchten», erzählt Hoppe. Hoppe selbst schöpft viel aus dem Training mit der aufgestellten Gruppe: «Das Training lebt. Das, was von den Spielern zurückkommt, bekommt man sonst nirgends. Es ist ehrlich und wahr.» Gerade während einer Pandemie gewinnt ein Club wie die Tennisgruppe von Procap Behindertensport Zug für die Mitglieder noch mehr an Bedeutung. «Sport ist Ausgleich, ein Ventil, um Druck abzulassen», erklärt der Trainer. «Das Training macht mir riesige Freude», erzählt Ania van Helden, die seit vier

Jahren Mitglied der Tennisgruppe ist. Das Training macht aber nicht nur Spass. Die Mitglieder werden auch immer bessere Tennisspieler. «Ich habe gelernt, gut einzuschätzen, wann ein Ball ins Aus fliegt und wann ich Vollgas rennen muss», sagt Anja van Helden. Auch Max Meienberg konnte bei vielen seiner Spieler grosse Verbesserungen beobachten: «Ich kann mich noch gut erinnern, wie einige am Anfang kaum einen Ball übers Netz gebracht haben. Heute spielen sie Matches und nehmen an Turnieren teil. Solche Fortschritte stärken auch das Selbstbewusstsein der Spieler.»