

Swiss Ladies 2023

ein Jahres Rückblick



Was für ein Jahr...Ein Swiss Ladies-Blick zurück auf das ereignisreiche 2023

Ein ausgesprochen intensives Jahr liegt seit der Gründung im Frühling 2020 hinter uns.

Ursprünglich als inklusives Frauensport Förderungsprojekt gestartet, entstand schon früh der Gedanke, aus dem Kreis der Swiss Ladies auch ein Damenteam zu bilden, welches an internationalen Wettkämpfen teilnehmen kann. Da es noch keine europäischen Wettbewerbe auf Klubebene für Frauen gibt, bleiben nur die Wettkämpfe für Nationalteams wie beispielsweise die Europameisterschaften.

Anfangs des Jahres waren wir endlich genug berechnigte Spielerinnen, um ein Nationalteam zu gründen und so taten wir dies auch.



Nun gilt es im ersten Halbjahr 2024 den Prozess der «Eligibility» abzuschliessen, damit wir auch wirklich antreten

können, wenn es soweit ist, dass wir an einer Europameisterschaft teilnehmen dürfen. Noch ist hier nicht klar, ob wir direkt an einer A-EM teilnehmen können oder ob es einen Qualifikations-Prozess dazu braucht, weil es bei den Frauen bis jetzt kaum eine B-EM zustande kam.

Und natürlich hoffen wir noch weitere Spielerinnen zu gewinnen, denn unser Nationalteam-Kader ist immer noch knapp bemessen.

Für unsere drei Fussgängerinnen, welche nicht in der nationalen Auswahl spielen können die Spielerinnen, die den höheren Aufwand für das Nationalteam nicht zu leisten vermögen und neu dazukommende Einsteigerinnen sind die Swiss Ladies Team das perfekte Gefäss.

Mit drei gewonnenen Spielen und sichtbaren Fortschritten auf dem Spielfeld war die Saison 2022/2023 aber bereits erfolgreicher als die Erste und wir sind überzeugt, dass wir auf einem guten Weg sind.



Im April hatten wir mit dem Nationalkader unsere ersten Testing Days; auf dem Plan stand eine intensive sportärztliche Untersuchung und ein Wingate Test. Das grosse Fazit: Nachdem wir im taktischen Bereich schon eine gute Basis gelegt haben, galt es nun den Fokus auf die Athletik zu legen und mit dem spezifischen Krafttraining zu beginnen. In den nächsten Monaten hat Eliane mit allen Spielerinnen ein individuelles Athletik Programm erstellt und eingeführt.

Ein Trainingsweekend gleich nach den Testing Days hat das Team weiter zusammengeschweisst, da wir mit der Unterkunft improvisieren mussten und bei unserer Spielerin Bea Stadler Unterschlupf gefunden haben. Das Miteinander auf engem Raum und ein gutes Team-Meeting waren perfekt um das Gruppengefühl weiter zu vertiefen. Wir nutzten die Gelegenheit auch um die ersten Einzelgespräche zu führen.

Leider mussten wir bei unserer - erst zweiten - Auslandsreise nach Annecy den tragischen Tod von Samira miterleben. Sie verstarb nach einem plötzlichen Herzstillstand trotz Sofortmassnahmen von uns und den Rettungskräften am Samstag Abend, dem 6. Mai 2023. Das Team entschied sich – auch dank der Unterstützung und dem Wunsch von Samiras Ehemanns Jean-Marc, das Turnier am Sonntag in Gedenken an Samira zu spielen. Die Schweigeminute vor dem ersten Spiel war sicher einer unserer emotionalsten Momente in diesem Jahr (wenn nicht im Leben).

Es war nicht einfach für das Team, mit dem Erlebten umzugehen, aber die sofortige Unterstützung vom SPV (Schweizerischer Paraplegiker Vereinigung) und dem Care-Team hat uns sehr geholfen.

Trotzdem war es nicht ganz einfach, sechs Wochen später unsere nächste Auslandsreise in die gleiche Richtung anzutreten.



Auch diese Herausforderung meisterten wir und so konnten wir Ende Juni in Challes-les-Eaux mit dem französischen



Nationalteam der Frauen zusammen trainieren und unser erstes offizielles Spiel gegen ein anderes Damenteam austragen. Vor mehreren hundert ZuschauerInnen war es eine aufregende erste Standortbestimmung. Wir hatten, auch mit unseren Fussgängerinnen, noch keine Chance gegen das französische National Team. Die grössten Unterschiede waren im Bereich der Athletik zu sehen, was uns bestätigte, dass wir diesen Bereich jetzt intensiver angehen mussten.

Da unser geplantes England Weekend in Worcester leider ins Wasser fiel, folgten im Sommer zwei intensive Trainings Weekends in Nottwil und Willisau.

Dazwischen kam unerwartet noch eine weiteres kleines Ausland Abenteuer. Spontan ergab sich die Möglichkeit, mit ein paar Spielerinnen in Frankreich an einem Basketball Sommer-Camp teilzunehmen, was wir uns nicht entgehen liessen. So fuhr der vollbeladene Bus von Bea wieder in Richtung Frankreich, diesmal nach Andrézieux-Bouthéon. Es folgten vier intensive Camp-Tage und auf der Fahrt nach Hause war sich die vier Spielerinnen und der Trainer einig; auch diese Reise hat sich gelohnt.





Sehr zur Freude von uns, hat sich im Sommer der Präsident von Sheffield, Maurice Hammerton, gemeldet um mit uns das Projekt eines Weekends in England weiter zu verfolgen. Janine Timms, die Offizielle Verantwortliche des Europäischen Verbandes für Rollstuhl-Basketball hat den Kontakt hergestellt und uns immer wieder geholfen. So konnte unser erstes Weekend mit einer Flugreise doch noch

stattfinden. Wir machten uns mitsamt der Filmcrew der Swiss Ladies Dokumentation «Heroes on Wheels» auf, um vom 5.-8. Oktober in Sheffield ein weiteres Mal in diesem Jahr Reise- und



Auslandserfahrung zu sammeln. Es war ein weiteres tolles Erlebnis mit vielen eindrücklichen Momenten für die Swiss Ladies, wie etwa der persönlichen Begrüssung des Flugkapitäns auf dem Flug nach England.

Nach dieser intensiven Zeit haben wir noch am England Weekend zusammen entschieden, dass wir eine geplante Reise nach Köln Ende November auf das nächste Jahr verschieben. Wir wollten dort gegen ein weiteres Damen-Team spielen und dies mit einem Besuch eines Herren Bundesliga Spiels kombinieren. Aber der finanzielle wie energetische Aufwand wäre während unserer Meisterschaft doch sehr gross gewesen.

Denn es stand schon der nächste Anlass vor der Tür; das Saison-Eröffnungs-Turnier im Tessin. Angesichts der Tatsache, dass die meisten Swiss Ladies noch in einem zweiten Team



spielen, wurde dieses Weekend ein wortwörtlich intensives Erlebnis. Da auch die Coaches noch mit anderen Teams involviert sind, standen sie fast pausenlos im Einsatz.

Da waren wir froh, dass neben Eliane und Chris auch Maurice (hier im Bild) von den Dragons mit im Trainer-Staff ist. Und wie an vielen Weekends konnten wir auch diesmal auf die medizinische Unterstützung von unseren Physiotherapeutinnen zählen. Sie haben behandelt, Tapes geklebt und massiert bis spät am Abend, damit wir auch dieses Wochenende unbeschadet überstanden.

Ein weiteres Highlight war schliesslich die Premiere vom Prolog der Filmdokumentation über die Swiss Ladies am Samstag, dem 11. November. Das Team um Regisseur Dominic Rüedi



begleitet das Team nun schon über zwei Jahre und plant eine ganze Dokumentations-Serie; von der Entstehung der Swiss Ladies bis zum 1. Internationalen Gross-Anlass. Mit einem 15 minütigen Prolog, einer Podiumsdiskussion und der Würdigung aller am Projekt Beteiligten wurde für diesen Anlass extra eine Kino Bar in Luzern gemietet. Auch dieser gelungene Abend wird uns wohl noch lange in Erinnerung bleiben und natürlich sind wir alle jetzt gespannt auf die erste Folge der Dokumentation.



Doch damit nicht genug; Die Trainer der Nationalteams entwickeln immer wieder neue Ideen um weitere Fortschritte machen zu können. Ein besonderes Augenmerk gilt der Wurfquote, die immer noch grossen Schwankungen unterliegt. Mitte Dezember kam so nach 2022 ein zweites «Shoot for the Moon»-Weekend zustande, für das extra ein Coach aus den USA eingeflogen wurde. Mike Dunn beschäftigt sich nur mit dem Wurf und berät Basketballspielende auf der ganzen Welt. Die beiden National-Teams und interessierte Coaches durften sich zwei Tage von ihm inspirieren lassen und jede teilnehmende Person bekam am Ende ihre persönlichen Tipps per Film direkt zugeschickt. Alle waren begeistert und wir sind überzeugt, dass seine Impulse mit dem nötigen Training in den nächsten Monaten sicher Früchte tragen werden. Geplant ist bereits ist ein drittes Wurf-Weekend zum nächsten Saisonbeginn im Herbst 2024 und im besten Fall ist auch wieder Mike Dunn mit von der Partie.

«Last, but not least» fand vom 27.-29. Dezember das letzte Ereignis im Jahr, das «X-Mas» Camp statt. Auch dieses Mal wieder viele Swiss Ladies mit dabei, was sicher auch ein Zeichen der ungebrochenen Motivation der Spielerinnen ist.



Wenn wir auf das 2023 zurückblicken, dann haben alle involvierten Personen einen hohen Aufwand für unser gemeinsames Projekt betrieben und ich danke den Beteiligten (Spielerinnen, PartnerInnen, Eltern, Staff und die Verantwortlichen des SPV). Aber ohne zusätzliche finanzielle Unterstützung von Privatpersonen und Firmen wären einige Aktivitäten in diesem Jahr nicht möglich gewesen; Vielen herzlichen Dank dafür. Es ist aber damit zu rechnen, dass wir wieder mit der einen oder anderen neuen Idee auf Euch zukommen werden; sorry.

Ein letztes Dankeschön auch an Dominic Rüedi und die ganze Filmcrew. Die Filmdokumentation über die Swiss Ladies wird uns auch in Zukunft helfen, unser Projekt noch bekannter zu machen und damit hoffentlich weitere neue Spielerinnen zu gewinnen.

Wir sind überzeugt, dass wir auf dem richtigen Weg sind und hoffen, dass alle auch weiter mit soviel Elan dabei sind. Wenn wir es auch im neuen Jahr schaffen, mit jedem Training und jedem Spiel etwas besser zu werden, dann werden wir weiter Fortschritte machen und bald ein Niveau haben, das uns allen viel Freude macht.

Ich hoffe, auch 2024 mit Euch viele intensive und schöne Momente erleben zu dürfen auf unserem einzigartigen und alles andere als selbstverständlichen Pionier-Abenteuer.

Swiss Ladies...Let's go!

Coach Chris, 15.1.2024

(die Bilder stammen von Sara Rüedi, Dominic Rüedi, Gian-Marco di Leonardo, Coach Chris und diversen Spielerinnen der Swiss Ladies)