

Dienstag, 7. Juni 2022

# Der Vorwurf: Fussball nicht verstanden

Beim Fussball passieren viele Unfälle. Raphael Ammann arbeitet als Suva-Kampagnenleiter und hat die Lösung: Walking Football. Doch die neue Sportart aus England kämpft gegen Vorurteile.

Interview: Jule Seifert

## Klären wir die Gerüchte: Gibt es ein Comeback von Murat Yakin im Walking Football?

**Raphael Ammann:** Bei Murat Yakin könnte ich mir das gut vorstellen. Diese neue Art Fussball zu spielen wäre bestimmt eine gute Variante für ihn. Er geht auf die 50 zu, ist fit und wird wohl auch in Zukunft gerne noch Fussballspielen wollen. Beim Walking Football braucht er nicht zu rennen und trotzdem kann er spielscheidend eingreifen. Walking Football soll eine Alternative sein für diejenigen, die körperlich fit bleiben wollen, aber nicht mehr 90 Minuten durchhalten können und lieber auf Zweikämpfe verzichten. Das sind vor allem Männer und Frauen im Seniorenalter. Selbstverständlich dürfen aber alle fussballbegeisterten Menschen mitmachen.

## Die Zielgruppe beim Walking Football sind also nicht nur Babyboomer und Verletzte.

Es geht uns vor allem um den Amateurfussball. Einige hören auf mit 30, andere mit 40 oder 50. Sie merken, dass die Belastung zu hoch ist. Andere sind gefrustet, wenn sie nicht mehr mit den Jüngeren im Team mithalten können. Wenn sie aufhören, verlieren sie etwas, was ihnen wichtig ist: die sozialen Kontakte, die Trainings und Fussballspiele, die Freude am Fussball. Mit dem Walking Fussball gibt es eine Anschlusslösung. Dort kann ich mich weiterhin bewegen, all die Emotionen erleben und die dritte Halbzeit geniessen.

## Gibt es eine Altersgrenze?

Es ist ein generationsübergreifendes Projekt. An einem Turnier kann die ganze Familie teilnehmen. Theoretisch könnte ich mit meiner Tochter und meiner Enkeltochter ein Team bilden. Das finde ich eine schöne Vorstellung.

## Wollen Sie die Nordic Walker abwerben? Das sind doch bestimmt Talente...

Schnell gehen ist nur das eine. Es braucht aber auch Ballgefühl für schöne Spielzüge und Lust auf einen Mannschaftssport, in dem die Emotionen gelebt werden. Natürlich kann es sein, dass jemand, der Nordic Walking macht, auch spielaffin ist und zum Walking Football wechselt. Die Stöcke müssen aber zu Hause bleiben.

## Nordic Walking hatte längere Zeit ein Imageproblem, wie schafft es Walking Football, cool zu werden?

Vor 25 Jahren haben alle über Nordic Walking gelacht, zehn Jahre später gab es grosse Events mit zehntausend Teilnehmenden. Jetzt ist es etabliert. Eine gewisse Skepsis und Ablehnung bemerken wir auch. Die Leute finden es komisch, beim Fussball nicht rennen zu dürfen. Ei-



Raphael Ammann ist der Produktentwickler von Walking Football bei der Suva.

Bild: Nadia Schärli (Luzern, 23. Mai 2022)

nige werfen uns vor, wir hätten Fussball nicht verstanden. Es gibt viele Vorurteile und Sprüche. Sobald die Leute es ausprobieren, weicht die Ablehnung. Sie merken die Gemeinsamkeit mit dem Fussball: Beim Walking Football braucht es Spielverständnis, Strategie und Technik. Es braucht Mut, die Skepsis abzulegen, aber am Ende finden es die Leute cool.

## Braucht es denn diese neue Sportart?

Es passieren im Amateurfussball 45000 Unfälle pro Jahr. Ab dem 30. Lebensjahr steigt das Risiko, sich beim Fussball zu verletzen. Dann ist der Mensch meist körperlich nicht mehr fit genug, diese intensive Ballsportart auszuüben. Die Suva hat einen Präventionsauftrag: Dort wo viele Unfälle geschehen, wollen wir Alternativen anbieten. Beim Walking Football gibt es weniger Fuss- und Knieverletzungen, da nicht gerannt wird. Und es gibt fast keine Fouls, da Körperkontakt verboten ist. Trotzdem kommt Spielfreude auf, aber unter Bedingungen, die körperschonend

## Die wichtigsten Regeln im Walking Football

Walking Football wird beim Pilotprojekt in der Zentralschweiz in zwei Varianten gespielt. Im Modus fünf gegen fünf wird auf Minutore ohne Goalie geschossen. Beim Spiel mit umgedrehten Kleinfeldtoren erhöht sich die Teamgrösse auf sechs Spielerinnen und Spieler, dann kann ein Goalie eingesetzt werden.

Die Spiele dauern je zehn Minuten. Beim Turnier spielen pro Gruppe vier Teams gegeneinander. Empfohlen sind acht Spielerinnen und Spieler pro

sind. Das hat Auswirkungen auf die Anzahl der Unfälle und auf das Wohlbefinden jedes Einzelnen. Die Fussballerinnen und Fussballer können weiter ihrer Leidenschaft nachgehen.

## Was kostet die Kampagne?

Die Suva ist froh, wenn die Leute sportlich aktiv bleiben. Gemässiger Sport ist eine super Gesundheitsprävention. Für die Kampagne investiert die Suva

ein Team. Die Spielfeldgrösse beträgt 40 x 25 Meter mit einem 5 x 3-Meter-Strafraum.

Rennen mit und ohne Ball ist nicht erlaubt. Mindestens ein Fuss muss immer den Boden berühren. Ausnahme gilt nur für den Goalie innerhalb des eigenen Strafraums. Beim Passen und Torschuss darf der Ball nicht über die Torhöhe gespielt werden. Körperkontakt und Tacklings sind ebenfalls untersagt. Vergehen werden mit indirekten Freistossen geahndet. (f/s)

einen niedrigen fünfstelligen Betrag. Das ist moderat, vor allem wenn man die Behandlungskosten anschaut. Eine Behandlung von Senioren nach einem Fussballunfall kostet im Durchschnitt 6800 Franken. Das sind die Leistungen, die die Suva trägt, dafür werden die Prämien gezahlt. Aber das Leid der Menschen, die Verlust von Freude, der Reha-Prozess oder die Absenzen am Arbeitsplatz,

das kann man nicht in einem Geldbetrag beziffern.

## In England wurde der Sport erfunden, mittlerweile gibt es über 300 Klubs. Welches Potenzial hat Walking Football in der Schweiz?

In England gibt es den Sport seit elf Jahren. Ob sich in der Schweiz auch eine Liga durchsetzen kann, das ist noch zu weit in der Zukunft. Zusammen mit dem Innerschweizerischen Fussballverband haben wir eine Turnierserie gestartet. Wir stehen erst ganz am Anfang.

## Was braucht es, dass sich der Sport durchsetzt?

Wie das Pilotprojekt ankommt, wird sich zeigen. Wir müssen in Absprache mit dem Schweizerischen Fussballverband die Regionalverbände möglichst rasch in das Projekt integrieren. Die Verantwortlichen jedes Verbandes sollten erkennen, dass es sich lohnt mitzumachen.

## Wie läuft die Turnierserie bisher?

Wir haben es unterschätzt. Genügend Teams zu rekrutieren,

ist schwierig, denn es gibt viele Vorurteile. Dennoch glauben wir an das Projekt. Die Suva wird auch im nächsten Jahr dranbleiben. Wir wollen die Kritiker überzeugen, Walking Football auszuprobieren und sich selbst ein Bild zu machen.

## Die Leute brauchen Zeit, sich mit Walking Football vertraut zu machen.

Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Wenn wir uns mit neuen Sachen auseinandersetzen, dann verlassen wir die gewohnten Pfade. Das ist mit einer gewissen Anstrengung verbunden, wir verlassen die Komfortzone. Immerhin ist für das nächste Turnier in Ebikon schon fast die Maximalanzahl an Teams gemeldet. Besonders freut mich, dass ein Team ein zweites Mal teilnimmt.

## Zwei von vier Turnieren wurden bereits absolviert. Sind alle Teilnehmenden ganz geblieben?

Leider gab es unter den 70 Teilnehmenden eine Person, die sich verletzt hat. Wir empfehlen immer, sich aufzuwärmen, egal bei welchem Sport. Das haben nicht alle gemacht. Bei einem grossen Ausfallschritt passierte dann eine Zerrung.

## Beim letzten Turnier in Littau waren Sie Spielleiter. Was haben Sie abgepfiffen?

Am Anfang fiel es allen schwer, dem Ball nicht hinterherzuspringen. Hie und da wurde der Ball zu hoch gespielt - erlaubt ist nur bis auf Hüfthöhe zu spielen. Alles eine Frage der Übung. Wir gehen davon aus, dass es in Zukunft keinen Spielleiter mehr braucht. Denn die aggressiven Zweikampf-Momente gibt es nicht.

## Wie war das Feedback?

Ich fand es spannend zu sehen, wie sich die Einstellung der Leute zum Sport geändert hat. Einige waren zu Beginn wenig ernsthaft bei der Sache. Ich habe ihnen angesehen, dass sie dachten: «Was soll das jetzt?» Später haben sich die Vorurteile verflüchtigt. Viele können sich vorstellen, wieder Walking Football zu spielen. Andere waren erstaunt, dass es so viel Spass gemacht hat. Selbst die Kritiker sehen eine Chance in dieser Spielform.

## Der Schrittzähler meldete bei einer Teilnehmerin 5,5 Kilometer. Hat Sie das über-rascht?

Nein, aber wohl diejenigen, die ihr Handtuch vergessen hatten. Es heisst Walking Football, weil man sich bewegt. Jede und jeder auf dem Spielfeld kam ins Schwitzen. Nach dem Abpfiff haben sich alle über die Dusche gefreut.

## Hinweis

Die nächsten Turniere finden am 17. Juni in Ebikon und am 24. Juni in Goldau statt. Anmeldung und weitere Infos unter: [www.walking-football.ch](http://www.walking-football.ch).