

Kanadische Fachkompetenz

Der SC Flös kann in seinen Synchrontrainings auf einen neuen Pfeiler bauen: Head Coach Isabelle Rampling aus dem kanadischen Nationalteam trainiert nun die Nachwuchsschwimmerinnen.

Von Michelle Stäheli

Synchronschwimmen. – Mit dem Mikrofön patrouilliert sie dem Bassinrand entlang und lässt dabei keine ihrer rund zwanzig Schützlinge aus den Augen: Isabelle Rampling, 26 Jahre, neuestes Mitglied im Trainerstab des SC Flös, der Ramplings Erfahrung und ihr grosses Know-how schätzt. Das Kredo im Training lautet: Ihr müsst zwar hart arbeiten, sollt aber auch Spass haben. Die extrovertierte Kanadierin lebt dieses Motto selbst aktiv vor. Rampling hat beim SC Flös einen Zweijahresvertrag.

Mit Gruppenspirit zum Erfolg

Das Wichtigste für die kanadische Trainerin ist, dass ihre Mädchen immer ihr Bestes geben: «They shall give their best and learn how to compete», heisst im Wortlaut: Wettkampf und Training sollen beide ernstgenommen werden und trotz – oder gerade wegen – des grossen Einzelseinsatzes einen Gruppenspirit erzeugen. Dieser führt zu Erfolgen – persönlichen Erfolgserlebnissen im Team und im Club. Von diesem Geist lebt ein Synchronteam, wenn alle hart daran arbeiten, ihre eigenen Ziele zu erreichen.

Erfahrungen weitergeben

Isabelle Rampling weiss, wovon sie spricht. Einen vierten Platz an Olympischen Spielen erreicht man nur nach harter Arbeit. Mit 24 Jahren trat sie nach über zwölfjähriger Aktivzeit vom Spitzensport zurück. Ihr persön-



Eine Trainerin, zu der man aufblicken kann: Isabelle Rampling gibt Feedbacks zu einer Sequenz.

Bild Michelle Stäheli

liches Highlight erlebte sie 2005 an den Heimmeisterschaften in Montreal, wo sie vor Heimpublikum siegen konnte.

Seit zehn Jahren ist sie auch als Trainerin aktiv und gibt ihr Wissen als Nationalteamplayerin an ihre Zöglinge weiter. Die ersten Monate beim SC Flös vergingen wie im Flug, sie fühlt sich sehr wohl beim Werdenberger Verein. Sie schätzt hier vor allem die familiäre Atmosphäre.

Mit Kommunikation lernen

«It's completely different» – es gibt einen grossen Unterschied zwischen den kanadischen und den schweizeri-

schen Verhältnissen im Synchronschwimmen, so Isabelle Rampling. Während in Kanada die Nationalteams alle in Trainingszentren trainieren, wohnen und in die Schule gehen, sind die Clubs in der Schweiz auf sich selbst gestellt.

Isabelle Rampling versucht nun, die richtigen Fragen zu stellen, um diese Prozesse besser verstehen zu können und ihre eigenen Erfahrungen einbringen zu können. «It's all about communication.» – wer kommuniziert, kann von anderen lernen. Ihre Schülerinnen wissen das, sie lernen neben Synchronschwimmen parallel noch eine Weltsprache.

Glücksfall für SC Flös

Dass man in Isabelle Rampling eine derart kompetente Nachfolgerin für Natalia Tarasova gefunden hat, bezeichnet der SC Flös als Glücksfall. Tarasova wäre gerne in Buchs geblieben, doch sie muss ihr Fernstudium nun in Moskau abschliessen. Tarasova hat aber dem Verein signalisiert, dass sie in die Schweiz zurückkommen möchte. Ob in einem Jahr beim SC Flös ein kanadisch-russisches Traum-Duo den Ton angibt, ist offen. (kuc)