

Kauen, verschlucken oder ausspucken

Allgemeines Positive Wirkungen und Gefahren des

Kaugummikauens im Sport

VON MELANIE GAMMA

Der Sieger des Radquers Dagmersellen Francis Mourey spuckt, kurz nachdem er die Ziellinie überquert, seinen Kaugummi aus dem Mund. Beim Erstliga-Volleyballspiel Safenwil-Kölliken gegen Giubiasco kaut die halbe Mannschaft der Gäste während der Partie Kaugummi. Spieler und Trainer, die mit ihrem Kiefer kraftvoll Kaugummis bearbeiten, fallen auf den Sportplätzen der Region auf, auch bei Fussball- oder Unihockeyspielen oder bei Lauf-events. Die einen sagen, mit Kaugummi im Mund könnten sie sich besser konzentrieren und seien aufmerksamer. Andere nutzen den Kaugummi als Ventil, um ihre inneren Anspannungen abzubauen, sich vom Stress auf dem Spielfeld abzulenken.

Doch ist es wirklich ungefährlich, Sport zu treiben mit Kaugummi im Mund? «Wir haben dazu keine Statistik und können daher keine wissenschaftlich fundierten Antworten geben», sagt David Kerschbaumer, Berater Sport bei der Beratungsstel-

le für Unfallverhütung (bfu), auf Anfrage. Er warnt jedoch davor, dass das Aspirieren des Kaugummis zum Problem werden kann. Gerät er, wie es im Volksmund heisst, «in den falschen Hals» spricht in die Luftröhre, kann er Atembeschwerden verursachen. Weil man bei sportlicher Betätigung schneller ein- und ausatmet als normal, sei der Kaugummi ohnehin schwerer kontrollierbar. Weiter besteht die Gefahr, sich auf die Zunge zu beissen.

Ein grosses Risiko sieht David Kerschbaumer beim gleichzeitigen Kauen und Sporttreiben allerdings nicht. «Bei Erwachsenen führte wohl noch nicht mancher Kaugummi zu einem «Unfall» mit Verletzungsfolge und nötiger Arztvisite», sagt er, «eher verschluckt man den Klumpen ja ungewollt, als dass man daran erstickt.»

In Schulen besser nicht
So sucht man denn auch in den Wettspielreglementen und Weisungen von verschiedenen Sportverbänden vergebens nach einem Kaugummiverbot für Trainings und Wettkämpfe.

Hingegen rät das bfu in seiner Safety-Tool-Broschüre «Sicherheitsförderung an Schulen bei Ballspielen» vom Kaugummikauen ab. Das hänge damit zusammen, dass bei Kindern die Gefahr des Erstickens beim Einatmen eines kleinen Gegenstandes höher sei als bei Erwachsenen, erklärt David Kerschbaumer. Der bfu-Hinweis, vor dem Turnunterricht den Kaugummi in den Mülleimer zu werfen, habe aber auch hygienische Gründe. «Der Kaugummi wird oft einfach irgendwo «entsorgt», sagt Kerschbaumer über die klebrige Masse, die auf Hallenböden meist nur mit Spezialgeräten, mit Dampf oder Kältesprays entfernbar ist. Er würde es auch deshalb begrüssen, wenn die Funktionäre wie Referees oder Trainer im Sinne der Vorbildfunktion aufs Kauen verzichten würden.

Kaugummikauen und Sport – passt das zusammen?
SHUTTERSTOCK



Offside

Balljunge holt Kaugummi

Prominentes Beispiel eines kauenden Sportlers ist **Jens Lehmann**, Ex-Torhüter der deutschen Fussballnationalmannschaft. Im WM-Halbfinal 2006 forderte er einen Balljungen auf, ihm einen neuen Kaugummi zu holen. Der Bub lief um den halben Platz, fragte Lehmanns Trainer nach einem Kaugummi und brachte diesen dem Goalie. Lehmann fördert durchs Kauen die Speichelproduktion und spuckt in seine Handschuhe, damit der Ball an diesen besser «klebt». Das Kaugummipapier hat sich der Junge übrigens eingerahmt. (GAM)

Eigengewächs für den Trainerstuhl

Fussball Mit Stefan Elsasser und Patrick Maurer hat sich der FC Entfelden für eine interne Nachfolge des entlassenen Dariusz Skrzypczak entschieden.

VON PASCAL KAMBER

Nachdem in der Vorrunde mit dem ehemaligen Aarau-Spieler Dariusz Skrzypczak eine «grosse Nummer» an der Seitenlinie des FC Entfelden stand, werden diese Aufgabe in der Rückrunde zwei eher unbekannte Namen übernehmen. Die Vereinsführung präsentierte zu Beginn dieser Woche Stefan Elsasser und dessen Assistent Patrick Maurer als Nachfolger für den entlassenen Skrzypczak. Die beiden trainierten bis anhin die Entfelder Drittliga-Equipe und kennen das Fussballgeschehen in der Region bestens. Sportchef Petr Franek zeigt sich mit der internen Lösung zufrieden. «Ihre Arbeit mit unserer zweiten Mannschaft war beeindruckend. Wir sind offen und gespannt, wie die Sache wachsen wird», sagt Franek. Er und die restliche Vereinsführung erwarten vom neuen Trainerduo, in der Rückrunde den Ligaerhalt sicherzustellen. Stefan Elsasser blickt der schwierigen Herausforderung optimistisch entgegen. «In den kommenden Wochen werden wir an diesem Ziel arbeiten. Ich und Patrick glauben fest daran, die Vorgabe zu erfüllen», sagt der 34-Jährige.

Naheliegende Lösung

Mit Elsasser sitzt nun ein echtes Eigengewächs auf dem Entfelder Trainerstuhl. 1986 schloss er sich dem damaligen FC Oberentfelden an und wurde mit diesem gross. Als Juniorentrainer sammelte Elsasser im Nachwuchsbereich erstmals Coa-



Stefan Elsasser (oben rechts) und Patrick Maurer (oben links) trainierten in den letzten fünf Jahren die Entfelder Drittliga-Mannschaft. RIE

ching-Erfahrung. In den letzten fünf Jahren amtierte er schliesslich als Spielertrainer bei der zweiten Entfelder Mannschaft. Eine Verletzung im letzten Herbst kam ihm unverhofft entgegen – Elsasser wollte die Gelegen-

heit nutzen und alles auf die Karte «Trainer» setzen. «Die Verantwortlichen des Vereins wussten schon länger, dass ich diesen Schritt irgendwann machen wollte. Deshalb war eine solche Lösung naheliegend», sagt Elsasser.

Als wichtigste Aufgabe erachtet der neue Entfeldener-Trainer, aus den vielen guten Einzelspielern ein funktionierendes Team zu formen. «Wir müssen zusammen und nicht gegeneinander spielen», sagt Elsasser. Dies will er in den Trainingseinheiten mit viel Leidenschaft, Freude und Disziplin erfüllen. «Es gibt kleine Regeln, an welche sich die Spieler halten müssen. Wenn der Trainer das vorlebt, braucht es keine härtere Gangart», erklärt Stefan Elsasser. Das habe den FC Entfelden in den vergangenen Jahren stark gemacht.

Mutationen FC Entfelden

Zuzüge: Stefan Elsasser, Patrick Maurer (Trainer/Assistent, beide 2. Mannschaft), Ivan Malbasic (Baden), Astrid Kryeziu, Sascha Vogel (beide eigene Junioren).

Abgänge: Luca Giampa (Oftringen), Alessandro Vodola (Wettingen 93), Kastriot Hasanramaj, Hajdar Kamishaj, Dariusz Skrzypczak, Sven Osterwalder (alle ?)

Rückrunden-Start: 10. März 2012 gegen Wettingen 93.

Papperlapapp

«Arsch» und Co. werden zu Witzfiguren

FÜR LACHER AUF DER Zuschauertribüne sorgte einer der Schiedsrichter bei der NLB-Unihockey-Partie Mittelland gegen Langenthal Aarwangen. Dass Referees während einem Match viel mit den Spielern sprechen, ist bekannt. Sie geben so die Linie bekannt, nach der sie pfeifen – etwa was Körperkontakt oder Drücken angeht, ehe sie allenfalls eine Strafe aussprechen. Besagter Schiedsrichter verwarnte einen Mittelländer, der den Ball mit ziemlich speziell ausgestrecktem Hinterteil verteidigte, ganz salopp. «Nummer 4, Arsch», rief er dem Spieler zu. Zum Glück verstand der Mittelländer den Spruch als Mahnung und nicht als Beleidigung – und «schützte» den Ball in der Folge mit weniger Körperkontakt.

IN DEN SPORTSTADIEN Nordamerikas ist es längst Kult, seit einigen Jahren gibt es das Spektakel auch in Europa und in der Schweiz zu bestaunen: die «Kiss-Cam». Alle Personen, die im Stadion in deren Visier geraten, küssen sich für gewöhnlich. Vor Weihnachten wollte ein Zuschauer neue Masstäbe setzen – was ihm jedoch gründlich misslang. Er sank auf die Knie und überraschte seine Freundin mit einem Heiratsantrag. Dumm nur, dass seine Angebetete nicht «mitspielte». Sie gab ihrem Freund kopfschüttelnd einen Korb, stand auf und lief einfach weg.

AILTON WAR EINST eine schillernde Figur in der Bundesliga: 2004 wurde er mit Werder Bremen Meister und Cupsieger, mit 28 Treffern Torschützenkönig und Fussballer des Jahres. Später spielte der «Kugelblitz» in der 6. Liga und machte mit privaten Eskapaden und Geldsorgen Schlagzeilen. Nun ver-

Nachrichten

Handball Samir Sarac bleibt beim TV Zofingen

Der TV Zofingen hat den Vertrag mit Trainer Samir Sarac vorzeitig um ein weiteres Jahr bis im Sommer 2013 verlängert. Damit kann die erfolgreiche Zusammenarbeit fortgesetzt werden. Sarac stieg am Ende der vergangenen Spielzeit mit seiner Mannschaft in die Nationalliga B auf und bestreitet aktuell seine dritte Saison als TVZ-Trainer. Das Team konnte sich in der zweithöchsten Schweizer Liga auf Anhieb im Mittelfeld etablieren. Der in Zofingen wohnhafte Sarac übernimmt neben seiner Verantwortlichkeit für die erste Mannschaft weiterhin auch Aufgaben im Juniorenbereich. Die NLB-Männer des TVZ greifen am 4. Februar wieder ins Meisterschaftsgeschehen ein. (TVZ)

Handball Urs Mühlethaler nicht mehr bei Suhr Aarau

Der HSC Suhr Aarau trennt sich per sofort vom Coach Urs Mühlethaler. Bis auf weiteres übernimmt der bisherige Spielertrainer Björn Navarin die Durchführung von allen Trainings. Man ist zuversichtlich, mit der neuen Kraft an der Seitenlinie das Minimalziel Ligaerhalt zu erreichen. (PD)

Tennis Der Start des Soba-Cups ist geglückt

Beim 14. SoBa-Cup sind mehr als ein Drittel der Spiele ausgetragen. Grosse Überraschungen blieben aus, einzig im Frauens-Tennis 40+ R5/7 verlor in der ersten Runde die als Nr. 1 gesetzte Adriana Bilotta (R5) gegen Klara Zumbühl. Im Übrigen setzten sich die Favoriten in allen Tableaus durch. Der SoBa-Cup dauert noch bis Sonntag. (TBÄ)