



Nach dem Trainingslager ist vor den Entscheidungsspielen

Die Vorrunde in der zweithöchsten Schweizer Frauenliga beendete der FC Küssnacht auf dem letzten Rang. Das Ziel für die Rückrunde ist deshalb klar: **Ligaerhalt. Gleich an den nächsten beiden Wochenenden stehen für den FCK zwei entscheidende Partien an.**

Mateo Landolt

Eigentlich ist das erste Frauenteam des FC Küssnacht ja bereits in die Rückrunde gestartet. Vor zweieinhalb Wochen trennte sich das Team von Trainer Remo Zwyszig und Schlieren 1:1. Es war ein ärgerliches Unentschieden, folgte der Gegentreffer doch in der dritten Nachspielminute. «Der FC Küssnacht war das klar bessere Team, wir haben es schlichtweg verpasst den Sack früher zu zumachen», resümiert Remo Zwyszig in der Retrospektive. Es sei eine Spielentwicklung gewesen, welche sein Team bereits von der Vorrunde kenne: Gut gespielt, aber in den letzten Minuten gehen wertvolle Punkte verloren. Es sei nun wichtig nicht zu viele Gedanken an dieser Tendenz zu verschwenden, ja diese Tendenz gar nicht als solche zu erkennen. Statt den Kopf in den Sand zu stecken, spürten die Spielerinnen schon bald den Sand zwischen den Zehen: Nach dem Schlieren-Spiel ging es für eine Woche ins Trainingslager nach Spanien.



In Torremolinos, nahe Malaga, verbesserten die FCK-Frauen ihre Torgefährlichkeit und festigten den Teamgeist.

Torgefährlichkeit und Teamgeist

In Torremolinos, nahe Malaga, standen aber selbstverständlich keine Strandferien auf dem Programm. Während in den Wochen vor dem Spiel in Schlieren insbesondere die Kondition im Fokus stand, lag dieser im Trainingslager auf den Offensivbemühungen. «Wir haben in den letzten fünf Partien nicht mehr viele Gegentore erhalten, aber es gelingen noch zu wenig eigene Treffer», bilanziert Remo Zwyszig. Das bestätigt auch ein Blick auf die Tabelle: Ginge es nach den wenigsten Gegentoren, so würde Küssnacht auf dem siebten Rang liegen. Doch weil der FCK in der Liga am wenigsten Tore erzielte, befindet er sich mit zwei Punkten Rückstand auf das zweitletzte Winterthur am Tabellenende. «Das Augenmerk in Spanien lag

Gönner-Vereinigung



Haupt-Sponsor



Co-Sponsoren



Sportförderer Nr. 1



Sportförderung Kanton Schwyz



Fussballclub Küssnacht am Rigi

Gönner-Vereinigung



Club 300

Haupt-Sponsor



Co-Sponsoren



ISENSCHMID



FEROTEKT
Bautenschutz & Abdichtungen

ARTHUR WEBER

natelo

Sportförderer Nr. 1

SWISSLOS

Sportförderung Kanton Schwyz

deshalb auf der offensiven Kreativität und dem Einstudieren von Laufwegen.» Besonders erfreulich seien dabei die Trainingsbedingungen gewesen. Während in Küssnacht über die Wintermonate nie ein ganzer Fussballplatz zur Verfügung steht, konnten die FCK-Spielerinnen in Malaga aus dem Vollen schöpfen. «Es war ein Traum, sämtliche Übungen konnten auf zwei Tore und platztechnisch bei Ernstkampfbedingungen durchgeführt werden», schildert Remo Zwyszig zufrieden. Ihm und seinen Co-Trainern Christian Vögtli und Dominik Kesseli liegen neben den sportlichen Aspekten aber vor allem auch der Teamgeist am Herzen. «Es ist wichtig, dass sich die Spielerinnen durch verschiedene Aktivitäten aus anderen Blickwinkeln kennenlernen und sich auf das gemeinsame Ziel einstellen können», erklärt Zwyszig. Ein Grüppchen von Spielerinnen sei im Trainingslager deshalb für die Förderung des Teamgeistes zuständig gewesen. So sei es am Strand etwa zum Jonglier-Wettkampf gekommen und im Verlauf der Woche mussten die Spielerinnen in Kleingruppen Reime kreieren. «Ich habe ausserdem darauf geachtet, dass die Frauen jeweils in anderen Konstellationen am Essentisch sassen», verrät Zwyszig.



Während auf dem Trainingsplatz bei besten Bedingungen trainiert wurde, blieb auch Zeit für sonstige Aktivitäten.

Ein «gesunder» Konkurrenzkampf

Der Teamgeist ist umso wichtiger, da es jeweils nicht alle 21 Spielerinnen ins Matchaufgebot schaffen oder einen Startplatz erhalten. Anders als in früheren Jahren hat Zwyszig also die Qual der Wahl und die FCK-Fussballerinnen müssen sich aufdrängen. Mit diesem Leistungsdruck und dem Konkurrenzdenken würde das Team aber ausgezeichnet umgehen. Das zeige sich nicht zuletzt auch anhand von Joëlle Meister. Sie ist vom Nati-A-Team des FC Luzern zu Küssnacht gestossen und wechselt im Sommer dank eines Sportstipendiums in die USA. «Die Spielerinnen kannten Joëlle als unangenehme und laute Gegenspielerin. Lustigerweise sah das Team sie aber nicht primär als Konkurrentin, sondern als wichtige Hilfe», lobt Zwyszig. Alle würden sich darauf fokussieren gemeinsam besser zu werden und das kollektive Ziel «Ligaerhalt» zu erreichen. Um gleich bei der Personalseite zu bleiben: Das erste Frauenteam des FCK hat keine Abgänge zu verbuchen. Dafür muss es weiterhin auf die Dienste von Offensiv-Ass Gina Schilliger verzichten. Die 21-Jährige erholt sich nach wie vor von ihrem ein Jahr zurückliegenden Kreuzbandriss. Retour aus ihrem Auslandsaufenthalt ist Patricia Merz, die allerdings von Kniebeschwerden heimgesucht wird. Auf der anderen Seite eine erfreuliche Nachricht: Der FC Küssnacht hat



Fussballclub Küssnacht am Rigi

eine Nationalspielerin in seinen Reihen. Haleema Fröiland bestritt Ende Februar ihr erstes Länderspiel für ihre zweite Heimat Gambia. Die 19-Jährige ist bis im Sommer vom FC Luzern an ihren Kindheitsverein FC Küssnacht ausgeliehen.

Eine Woche, zwei Sechs-Punkte-Spiele

Was das Kader und den Trainingsstand anbelangt, sind die Küssnachter Frauen also bereit für die nächsten Ernstkämpfe. Bereits am Sonntag steht dabei zu Hause gegen Sion eine wichtige Partie auf dem Programm. Wie der FC Küssnacht im Sommer aus der ersten Liga aufgestiegen, befinden sich die Walliserinnen auf dem siebten Tabellenrang. Dabei handelt es sich um das einzige Team, welches der FC Küssnacht in der Vorrunde bezwingen konnte. «Wir sind ein wenig die Angstgegner von Sion und haben noch nie gegen sie verloren», so Zwyszig, der darin aber auch eine Gefahr sieht. Das Team müsse sich bewusst sein, dass diese Partie kein Selbstläufer wird. Er sei aber absolut zufrieden mit der Leistung und der Mentalität in den letzten Partien. Eine Woche später spielt der FCK dann gegen das neuntplatzierte Winterthur. Zwei wichtige Duelle also, die für den Ausgang der Meisterschaft vorentscheidend sind. Das Rüstzeug dafür hat das Team, das nötige Quäntchen Glück fehlte bisher vielfach. Die Fussballfreunde der Region halten die Daumen gedrückt.

Nationalliga B (Frauen)									
1.	Frauenteam Thun Berner-Oberland	10	9	1	0	44	:	8	28
2.	FC Rapperswil-Jona	11	8	2	1	21	:	10	26
3.	FC Zürich Frauen U-21	11	7	0	4	22	:	14	21
4.	FC Solothurn Frauen	10	5	1	4	20	:	15	16
5.	FC Luzern Frauen	11	4	2	5	15	:	25	14
6.	FC Schlieren	10	3	3	4	17	:	20	12
7.	FC Sion	10	3	2	5	12	:	19	11
8.	FC Oerlikon/Polizei ZH 1	11	3	0	8	14	:	26	9
9.	FC Winterthur 1	11	2	2	7	21	:	37	8
10.	FC Küssnacht a/R	11	1	3	7	11	:	23	6

Anmerkung Tabelle: Die Hauptsaison dauert 18 Partien. Danach spielen die ersten beiden Teams mit den letzten beiden Teams aus der NLA um den Aufstieg. Die übrigen acht Teams nehmen die gesammelten Punkte mit und spielen einmal gegeneinander (sieben Spiele). Danach steigen die letzten beiden Teams ab in die erste Liga.

Gönner-Vereinigung



Club 300

Haupt-Sponsor



Co-Sponsoren



Sportförderer Nr. 1



Sportförderung Kanton Schwyz