

Zwischen Käse und Sägemehl

Vor Kurzem gewann Nando Joos den ersten Kranz seiner Karriere. Der Schwinger aus Tenna hat das Sägemehl quasi im Blut, einen speziellen Beruf und regelmässig kurze Nächte.

Roman Michel

Das Gespräch mit Nando Joos dauert schon eine Weile. Seine Antworten sind überlegt, die Worte präzise. Darum fällt dieser Satz aus der Reihe. «Am besten ist es, nicht zu überlegen. Sondern einfach zu machen», sagt Joos und lacht selbst über seine Worte. Zuvor hatte er beschrieben, wie seine Tage für gewöhnlich aussehen. Wie er vom frühen Morgen bis um 17 Uhr arbeitet. Wie er mit dem Zug danach von Davos ins Training nach Chur fährt. Wie er um Mitternacht wieder zuhause ist und am nächsten Tag alles wieder von vorne beginnt. «Das ist nicht immer einfach», gibt Joos zu.

Saisonziel früh erfüllt

So durchgetaktet der Alltag, so ereignisreich waren die letzten Tage für Joos. Am Pfingstmontag gewann der 17-Jährige am Glarner-Bündner-Kantonalschwingfest in Näfels den ersten Kranz seiner Karriere, Joos klassierte sich auf dem geteilten 6. Rang. Bloss: Realisiert hat er seinen Erfolg auch eine Woche später noch nicht. «Erst wenn ich die Bilder sehe, glaube ich wieder, dass alles Realität ist.» Zwar war die Kranz-Premiere ein erklärtes Saisonziel des Athleten aus Tenna. Dass es in Näfels schon klappte – Joos bestreitet im Glarnerland sein erstes Kranzfest der Saison – überraschte aber auch ihn selbst. Und war so etwas wie der Beweis dafür, dass der neu eingeschlagene Weg stimmt. Nach dem vergangenen Sommer hatte er sich gesagt, dass Aufwand und Ertrag nicht mehr zusammenpassen würden. Oder anders ausgedrückt: Die Resultate im Sägemehl waren zu wenig Lohn für die Strapazen mit den stundenlangen Zugfahrten und Trainingseinheiten. Als einen der Hauptgründe sah Joos ein Kraftdefizit im Vergleich zur älteren Konkurrenz. Mit Einheiten im Krafraum sowie auf der Langlaufloipe ging er dieses im Winter an.

Dabei sind ausgerechnet die Wintermonate auch im Beruf die strengsten im ganzen Jahr. Bei der Molkerei Davos absolviert Joos eine Lehre als Milchtechnologe, bald schliesst er sein



Voller Einsatz: Nando Joos packt beim St. Galler Kantonalschwingfest an.

Bild: Walter Bieri / Keystone

zweites Lehrjahr ab. Wenn im Landwassertal jede Ferienwohnung und jedes Hotelbett besetzt ist, herrscht auch im Betrieb Ausnahmezustand. Mehrere Tausend Liter Milch werden dann zu Käse, Joghurt, etc. verarbeitet.

Drei Brüder im Sägemehl

Das Interesse für den Rohstoff Milch kommt nicht von ungefähr. Joos ist auf dem Bauernhof aufgewachsen. Und hat dort auch die Faszination für

den Schwingsport mitbekommen. Vater Stefan Joos war einst selber Teilverbandskranzer, beendete seine Karriere aber früh, weil sie sich nur schwer mit der Arbeit auf dem Bauernhof vereinbaren liess. Auch die beiden älteren Brüder Roman und Enrico schwingen. So kams am Pfingstmontag beim Glarner-Bündner zur speziellen Situation, dass in Näfels gleich drei Joos-Brüder im Sägemehl standen. Die Familie sei eine wichtige

Stütze auf seinem Weg, so Nando Joos, der im Nachwuchs einst 50 Zweige gewonnen und 2024 am Eidgenössischen Nachwuchsschwingertag teilgenommen hatte. Gerade im mentalen Bereich. Er sei sehr perfektionistisch, sagt Joos über sich selbst. «Ich mache mir selbst viel Druck und bin schnell enttäuscht, wenn ich meine Leistung nicht abrufen kann.» Auch dank seines Umfelds habe er gelernt, seine Emotionen zu kanalisieren.

Die Aufgaben im Sägemehl werden in naher Zukunft kaum einfacher. Als Kranzgewinner steht Joos plötzlich stärker im Fokus, bei der Einteilung dürfte er härter behandelt werden als vor der Premiere am Glarner-Bündner. «Ich bin selbst gespannt, wie ich damit umgehen werde», sagt Joos. Die neue Situation könnte durchaus zum Vorteil werden, steht der 17-Jährige doch lieber gegen Gegner im Sägemehl, die aktiv mitschwingen würden. Helfen könnte auch: nicht zu viel zu überlegen.

Kein zweiter Kranz am St. Galler

«Nicht wirklich zufrieden» – so lautet das erste Fazit von Nando Joos kurz nach dem letzten Gang beim St. Galler Kantonalschwingfest am Sonntag in Schmerikon. Der 17-Jährige klassiert

sich nach drei Siegen und drei Niederlagen auf Rang 14f und verpasst den Kranz deutlich. **Zum Verhängnis wird Joos primär den Start in den Tag.** Der Bündner beginnt mit zwei Niederlagen, ehe

er vor dem Mittag den ersten Sieg feiern kann. Zum Abschluss des Tages kommen zwei Siege dazu. Bruder Enrico Joos bleibt ohne Niederlage (zwei Siege) und erreicht damit Rang 13t. (rmi)

Kranz für König Orlik und Müller

Rückkehrer Werner Schlegel gewinnt das St. Galler Kantonalschwingfest in Schmerikon. Schwingerkönig Armon Orlik und Josias Müller sichern dem Bündner Team zwei Kränze.

Patrick Casanova

Rund 17 Kilometer nordwestlich von Näfels, wo er sechs Tage zuvor das «Glarner-Bündner» gewann, trat Armon Orlik am Sonntag in Schmerikon als Co-Favorit zum St. Galler Kantonalfest an. Für den seit Ende 2022 im benachbarten Jona wohnhaften Schwingerkönig aus Maienfeld handelte es sich beim Auftritt am Obersee um ein Heimspiel. Ein Triumph am «St. Galler» fehlt in Orliks Palmarès indes noch: Beim letzten Bündner Sieg 2016 in Uzwil verlor er den verbandsinternen Schlussgang gegen den längst zurückgetretenen Bonaduzer Beat Clopath.

Im dritten Gang gestoppt

Zehn Jahre später traf der Maienfelder vor 5500 Zuschauerinnen und Zuschauern zum Auftakt auf den aus einer mehrwöchigen Verletzungspause kommenden Toggenburger Werner

Schlegel. Das offensive Duell gegen den ESAF-Schlussgangsteilnehmer endete ohne Sieger, beide erhielten eine Neun. Nach einem umkämpften Sieg gegen den Schwyzer Martin Grab erwies sich vor dem Mittag der zehn Jahre jüngere Thurgauer Andrin Habegger als zähe Hürde – eine zweite Punkteteilung band Orlik entscheidend zurück.



Erfolgreich: Josias Müller überzeugt in Schmerikon.

Bild: Corinne Thöni

Bis zum Mittag als einziger drei Siege erzielte der Toggenburger Damian Ott, der auch den Glarner Eidgenossen Roger Rychen bezwang. Weitere Siegesanwärter wie Schlegel folgten mit je zwei Siegen und einem Remis im dichten Verfolgerpulk. Zu diesem gehörte auch Josias Müller. Nach zwei Siegen zum Auftakt stellte der Zilliser vor dem Mittag mit dem St. Galler Schwergewicht Lars Rotach.

Nach der Pause feierte Ott zwei weitere Siege und zog als Führender in den Schlussgang ein. Sein Verbandskollege Schlegel folgte ihm durch einen Sieg im fünften Gang gegen Müller, der sich aber wacker wehrte. Durch einen Blitzsieg im sechsten Gang sicherte sich das 20-jährige Mitglied des Schwingclubs Heinenberg auf Rang 5 souverän das zweite Eichenlaub innert Wochenfrist. Orlik notierte am Nachmittag drei Maximalnoten in Folge. Er arbeitete sich dadurch noch auf den alleinigen drit-

ten Rang vor, unmittelbar hinter den beiden Schlussgangsteilnehmern.

Schlegel besiegt erstmals Ott

In der Endausmarchung belauerten sich die beiden Freunde und Trainingskollegen Ott und Schlegel während gut sechs Minuten, ehe Schlegel der entscheidende Wurf gelang – erstmals gelang es dem 23-jährigen Hemberger, Ott im Wettkampf zu besiegen. Für Schlegel ist es nach 2022 der zweite Sieg am eigenen Kantonalfest und der insgesamt zehnte Kranzfesterfolg der Karriere.

Neben den beiden Kranzgewinnern Orlik und Müller rangierten unter den 189 Teilnehmern weitere acht Bündner hinter den Auszeichnungsrängen. Der Emser Routinier Marc Jörgel klassierte sich als Bester von ihnen mit drei Siegen und einem Remis auf Rang 10, weiter hinten folgten jüngere Teamkollegen mit zu meist drei Siegen.

Auf einen Blick

FSSBALL

2. LIGA INTERREGIONAL, GRUPPE 5

Seuzach – FC Schaffhausen II	0:1
Chur 97 – Balzers	2:1
Gossau – Seefeld ZH	1:1
Arbon 05 – Wil II	0:8
Dardania St. Gallen – Altstätten	3:5
Weesen – Linth 04	5:5
1. Gossau	24 16 5 3 57:22 53
2. Seefeld ZH	24 17 1 6 58:28 52
3. Weesen	24 16 2 6 81:46 50
4. Uzwil	24 13 3 8 47:36 42
5. Balzers	25 13 3 9 49:43 42
6. Linth 04	24 12 5 7 59:51 41
7. Rorschach-Goldach	24 9 6 9 44:49 33
8. Seuzach	25 9 4 12 57:52 31
9. Schaffhausen II	24 8 5 11 44:42 29
10. Dardania St. Gallen	24 9 2 13 44:46 29
11. Altstätten	24 8 3 13 47:70 27
12. Chur 97	24 7 3 14 38:51 24
13. Wil II	24 7 1 16 31:57 22
14. Arbon 05	24 3 1 20 21:84 10

2. LIGA REGIONAL, GRUPPE 1

Au-Berneck 05 – Vaduz II	1:1
Buchs – Schaan	2:2
Besa SG – Ruggell	1:2
Montlingen – Bad Ragaz	5:1
Ems – Winkeln SG	Mi, 20.00
1. Montlingen	24 18 3 3 69:33 57
2. Ruggell	24 17 5 2 53:24 56
3. Valposchiavo Calcio	23 13 5 5 53:23 44
4. Vaduz II	24 12 7 5 63:36 43
5. Rüthi	24 13 4 7 64:48 43
6. Bad Ragaz	24 11 2 11 52:46 35
7. Winkeln SG	23 9 5 9 41:47 32
8. Buchs	24 8 7 9 46:50 31
9. Abtwil-Engelburg	23 8 6 9 55:57 30
10. Au-Berneck 05	24 8 5 11 39:44 29
11. Schaan	24 7 6 11 48:53 27
12. Ems	23 4 3 16 31:58 15
13. Besa	24 4 3 17 31:70 15
14. Wittenbach	24 3 1 20 27:83 10

AMERICAN FOOTBALL

NATIONALLIGA A

Basel Gladiators – Geneva Seahawks	48:12
St. Gallen Bears – Winterthur Warriors	35:38
Thun Tigers – Bern Grizzlies	31:58
Zürich Renegades – Calanda Broncos	0:42
Rangliste: 1. Bern Grizzlies 7/14. 2. Calanda Broncos 8/14. 3. Winterthur Warriors 7/10. 4. Basel Gladiators 7/8. 5. Geneva Seahawks 7/6. 6. St. Gallen Bears 7/4. 7. Thun Tigers 7/2. 8. Zürich Renegades 8/0.	

SCHWINGEN

FESTE VOM WOCHENENDE

Schmerikon. St. Galler Kantonales (189 Schwinger, 5500 Zuschauer). Schlussgang: Werner Schlegel (Hemberg) bezwingt Damian Ott (Dreien) nach 6:21 Minuten mit Übersprung. – Schlussrangliste: 1. Schlegel 58,75. 2. Ott 58,00. 3. Armon Orlik (Maienfeld) 57,75. 4. Christian Lanter (Winterthur) 57,50. 5. u.a. Josias Müller (Zillis) und Domenic Schneider (Frittschen) je 57,25.

La Brévine. Neuenburger Kantonales (96 Schwinger, 800 Zuschauer). Schlussgang: Romain Collaud (Vallon) bezwingt Lario Kramer (Galmiz) nach 4:23 Minuten mit Wyberhaken. – Schlussrangliste: 1. Collaud 58,50. 2. Kramer 57,50. 3. Dorian Kramer (Galmiz), Mickael Matthey (Gingins), Hugo Schläfli (Posieux) und Maroel Tugulea (Stalden) je 57,25.

Chur 97 siegt, die Konkurrenz auch

Chur 97 wahrt in der interregionalen 2.-Liga-Fussballmeisterschaft durch einen 2:1-Heimsieg am Samstag über den FC Balzers seine Chancen auf den Klassenerhalt. Lorenzo Cazzato und Andri Herter drehten nach einem 0:1-Rückstand mit ihren Toren in der zweiten Halbzeit die Partie gegen die Liechtensteiner. Weil jedoch auch die direkte Konkurrenz aus Altstätten und Schaffhausen siegt, verbleibt Chur 97 zwei Runden vor Saisonende in der Abstiegszone. Drei Zähler beträgt vor den letzten Partien bei Rorschach-Goldach und zu Hause gegen Seefeld Zürich der Rückstand der Churer. (red)

Fünf Bündner Maximumschützen

Die Bündner Schützen sind bereit für das Eidgenössische Schützenfest 2026 vor der Haustüre. Dies bestätigen die erzielten Ergebnisse am Wochenende des diesjährigen Feldschüssens. Gleich fünf Schützen gelang es auf der Distanz von 300 Metern, das Maximum von 72 Punkten zu erreichen. 18 Mal eine vier hintereinander zu schiessen ohne Probeschuss gelang Anton Gartmann, Zizers, Alessandro Rota, Bergell, Arno Vasella, Poschiavo, Gian Marc Casanova, Lumnezia und Andri Clalüna, Bergell. (gns)