

Bereit für den nächsten Titel

Squash Vor zwölf Monaten wurde Cindy Merlo zum ersten Mal Schweizer Einzel-Meisterin. Es spricht einiges dafür, dass die 20-Jährige am Wochenende ihre zweite Goldmedaille gewinnen wird.

Stefan Kleiser

«Ich bin froh, dass ich wieder zu Hause bin», erzählt Cindy Merlo. Seit dem vorletzten Sonntag befindet sich die Spitzenspielerin des Squash-Racket-Clubs Winterthur wieder in der Schweiz. Zuvor war sie acht Wochen mit ihrem Freund in den USA. Zahed Salem hat Squash ebenfalls zu seinem Beruf gemacht. «Wir haben uns abgewechselt beim Bestreiten von Turnieren», sagt Merlo. Sie habe in den zwei Monaten viel erlebt, berichtet die 20-Jährige. Sogar eine Lebensmittelvergiftung.

Doch die zwei Turniere in den USA brachten Cindy Merlo die gewünschten Punkte für die Weltrangliste. «In Europa hatte es keine Turniere, deshalb musste ich nach Amerika reisen», erklärt die Zürcher Oberländerin. Letztes Jahr habe sie im Februar drei Turniere in Malaysia bestritten. «Diese Punkte musste ich ersetzen.» Im Januar bezwang sie in Wilmington mit der Französin Enora Villard die Nummer 59 der Welt. «Es war bisher mein bester Sieg.» Schade sei nur, dass sie tags darauf gegen Hana Moataz nicht noch einmal gewonnen habe.

In jedem Monat nach oben

«Die Ägypterinnen kann ich noch nicht knacken», schmunzelt Cindy Merlo. Obwohl sie öfter im Land der Pharaonen trainiert: im Center in Alexandria, in dem ihr Freund seine Trainingsbasis hat. «Ich habe noch bei weitem nicht das Level der Ägypterinnen. Aber ich hoffe, dass ich auch einmal da hin kommen werde», sagt Cindy Merlo. Ihr Ziel ist hoch: 2023 will die Schweizerin zu den zehn besten Squasherinnen der Welt gehören. Das sagte sie im vergangenen Sommer. Bisher stimmt die Richtung.

Kontinuierlich arbeitete sich die Winterthurerin in den letzten Monaten im World Ranking nach oben. Im August belegte sie Platz 106, inzwischen bereits Position 83. «Mal schauen, wie lange es so weitergeht. Bisher ist es jeden Monat aufgegangen. Ich habe die Turniere alle positiv ab-



Wird sie erneut Schweizer Meisterin? Cindy Merlo (vorne, gegen die Krienserin Ambre Allinckx) will zum zweiten Mal Gold. Foto: Stefan Kleiser

geschlossen.» Doch irgendwann werde sie in der Weltrangliste die Region erreicht haben, in die sie von ihrem Niveau her hingehöre, weiss Merlo, «und wo es mit den Punkten enger wird». Derzeit ist sie im Ranking noch weiter hinten klassiert.

In dieser Woche will Cindy Merlo den nächsten Erfolg feiern: Sie will an der Schweizer Einzel-Meisterschaft in Uster den Titel verteidigen, den sie 2018 erstmals gewonnen hat. An was sie sich vom Wettkampf vor einem Jahr erinnert? «Dass Gaby Huber im Halbfinal ausgeschieden ist. Ich hatte gehofft, im Final auf sie zu treffen. Weil ich ein Jahr vorher gegen sie verloren habe.» Die Chance zur Revanche wird es auch in diesem Jahr nicht geben: Die ebenfalls für Winter-

thur lizenzierte Schweizer Rekordmeisterin (acht Titel) hat sich 2019 nicht für die Einzel-Meisterschaft angemeldet.

Die Suche nach der Balance

«Ich bin in guter Form», sagt Cindy Merlo. «Aber gegen Céline Walser, Nadia Pfister und Ambre Allinckx ist es nicht einfach.» Direkt nach der SM wird sie nach Skellefteå weiterreisen, um am Cronimet Swedish Squash Open um weitere Weltranglistenpunkte zu kämpfen. «Ich bin als Nummer 5 gesetzt. Ich möchte mindestens den Halbfinal erreichen.» Und im April hofft Merlo, ins 48er-Tableau im ägyptischen El Gouna zu rutschen, einem Event der Platinum-Kategorie.

Es wäre das grösste Turnier, an dem die Winterthurerin bis

anhin teilgenommen hat. Dank ihres Vorrückens in der Weltrangliste wird sie neu immerhin schon an den mittelgrossen Events starten dürfen.

«Ich muss aber eine gewisse Balance halten», verrät sie über ihre Saisonplanung. An kleinen Turnieren habe sie mehr Druck,

gewinne aber mehr Matches. «Das kann mir Sicherheit geben», erklärt Cindy Merlo. An grossen Turnieren dagegen sind von Beginn weg mehr Weltranglistenpunkte garantiert. «Aber es ist nicht lustig, hinzureisen und in der ersten Runde auszuschieden.»

Es gibt auch noch anderes

Es gibt nicht nur die Prüfungen im Court. Letzte Woche büffelte Squasherin Cindy Merlo Englisch – für das Proficiency-Diplom. Zwar hat ihr Schulabschluss an der Hull's School (einem englischsprachigen College in Zürich) ein muttersprachliches Level. «Aber ich will die Bestätigung auf Papier», erklärt die 20-Jährige aus

Pfäffikon. Die letzten Tage vor der Schweizer Einzel-Meisterschaft verbringt Cindy Merlo im Tessin, beim Feinschliff mit Trainer Daniele Bricchi. In den höchsten Kategorien der Damen und Herren sind ausser Titelverteidigerin Merlo keine weiteren Squasherinnen oder Squasher, die für Winterthur lizenziert sind, am Start. (skl)

Aufgefallen

Michael und nicht Martin Suter

11 593 Zuschauer erlebten letzten Samstag in Düsseldorf mit, wie die Schweizer Handballer, die seit der Heim-EM 2006 kein grosses Turnier mehr bestritten haben, die Deutschen, die Europameister und Olympiadritten von 2016 sowie WM-Vierten von 2019, 29:27 bezwangen. Es war im 71. Vergleich erst der siebte Sieg sowie der erste seit dem 27:26 am 29. Mai 2000 in Freudenstadt. Michael Suter, der jetzige Nationalcoach, gehörte damals unter Coach Urs Mühlethaler als Rechtsaussen zum Team – ebenso wie die weiteren (Ex-) Pfadi-Winterthur-Spieler Urs Schärer, Severin Brüngger, Rolf Dobler, Christian Meisterhans, Iwan Ursic, Matthias Zumstein und Marc Baumgartner.

Als der Pressesprecher des Deutschen Handball-Bunds nach dem Match in Düsseldorf den «Schweizer Nationaltrainer Martin Suter» an der Medienkonferenz ankündigte, sorgte das für einen kurzen Lacher. Das sei der Schweizer Schriftsteller, korrigierte Michael Suter. Und während sich der deutsche Pressesprecher schlagfertig für den «literarischen Ausflug» entschuldigte, sagte Michael Suter mit einem Schmunzeln, dass ihm das nicht zum ersten Mal passiert sei.

Eigentlich hätte sein Name in Handball-Deutschland bereits seit dem 5. November 2016 geläufig sein können. Denn da waren die Schweizer, in Michael Suters erstem Amtsjahr, im Zürcher Hallenstadion in der EM-Qualifikation nahe an einem Punktgewinn gegen die Deutschen. Letztlich ging jenes Spiel vor über 10 000 Zuschauern 22:23 verloren.

Manchmal werde sein Name auch «Sutter» geschrieben, ergänzt Michael Suter. Von Martin Suter habe er übrigens «ein paar Bücher» zu Hause in Dinhard. «Sie sind gut zu lesen», sagt der Schweizer Handball-Nationaltrainer. «Wobei: Ich habe schon lange keines mehr gelesen. Es läuft zu viel. Und in den Ferien komme ich – mit drei Kindern – auch nicht richtig dazu ...» (mel/ust)

Kolumne

Ein herzliches Dankeschön aus Boston

Meine erste Saison an der Northeastern University habe ich schon bald hinter mir. Es ist gerade Springbreak hier in Boston, und ich lebe deshalb für eine Woche «eat, sleep, hockey»!

Wir bereiten uns im Moment auf das Finalturnier vor. Die Saison mit den Huskies war bis jetzt sehr erfolgreich, und wir konnten die Regular Season auf dem 1. Platz abschliessen. Seit dem ersten Mal, als ich die Garderobe betreten und die Mitspielerinnen kennen gelernt habe, wusste ich: Dieser Weg ist der einzig richtige für mich! Ich bin sehr dankbar, Teil dieser Mannschaft zu sein, und sehr stolz, mich einen «Husky» nennen zu dürfen. Als Schweizer Eishockeyspielerin kann man sich

diese professionellen Bedingungen nicht einmal im Traum vorstellen. Die Garderobe, der Off-Ice-Bereich, die Trainingszeiten, der Medical-Staff, die Kommunikation, die Balance zwischen Pause und Training: Alles ist super abgestimmt, sodass die Athletin jeden Tag ihr Bestes zeigen kann.

Und so sieht in etwa ein normaler Wochentag für mich im derzeit kalten Boston aus: Mein Wecker läutet entweder um 7.00 oder um 8.10 Uhr. Dann gehe ich in die Dining Hall Frühstück essen. Dienstags habe ich nur zwei Stunden am Morgen Schule, aber die anderen Tage habe ich jeweils Unterricht von 8.00 oder 9.15 Uhr bis 13.25 Uhr; anschliessend gehe ich in der Dining

Hall essen. Am Dienstag versuche ich, den grössten Teil meiner Hausaufgaben zu erledigen. Nach dem Mittagessen gehe ich entweder aufs Zimmer für einen Powernap oder ich erledige Dinge für die Schule. Um 15.30 Uhr beginnt unser Krafttraining im Kraftraum der Eishalle, und um 17.00 Uhr gehts aufs Eis. Wir haben immer zwei Stunden Eis zur Verfügung, trainieren aber meistens etwa 75 Minuten. Danach nehme ich mir immer sehr viel Zeit fürs Cooldown. Wir haben nach dem Training immer eine Physiotherapeutin vor Ort, und es besteht auch die Möglichkeit, zum Beispiel ein Eisbad zu nehmen. Ich verlasse die Eishalle meistens als Letzte um circa 19.45 Uhr und esse nach einem zehnmütigen

Laufweg wieder in der Dining Hall. In einer anstrengenden Schulwoche mit Prüfungen muss ich mich dann nochmals hinsetzen und etwas für die Schule büffeln, ansonsten bin ich um 20.30 Uhr im Bett und schaue NHL-Spiele vor dem Einschlafen. Wenn mein Bruder Mirco spielt, sehe ich mir natürlich die Spiele der New Jersey Devils an.

Pro Woche haben wir mindestens zwei Spiele, meistens am Freitag und Samstag. Ein freier Tag pro Woche ist obligatorisch und muss strengstens vom Coach eingehalten werden. Viel Zeit für andere Dinge bleibt mir nicht. Wenn ich nichts zu tun habe, ruhe ich mich aus oder rufe meinen Eltern über Facetime an. An einem freien Tag

geniesse ich die Zeit gerne, um mit ein paar Mitspielerinnen in der Stadt lecker essen zu gehen. Boston ist eine sehr schöne Stadt mit vielen Shopping-Möglichkeiten, und die Leute sind sehr international.

Last but not least möchte ich diese Chance nutzen und ein riesiges Dankeschön für die Auszeichnung als «Winterthurer Sportlerin des Jahres» aussprechen. Ich fühle mich extrem geehrt, und es bedeutet mir als Winterthurerin viel, diesen Titel zu gewinnen, obwohl ich im Moment nicht in der Schweiz meine Sportart ausübe. Danke für diese Anerkennung, und ich danke all den Menschen, die mich bis jetzt auf meinem Weg unterstützt haben! Ich erachte diesen

Preis als Belohnung für meine harte Arbeit, und er gibt mir erneut einen grossen Motivationsschub, mich ständig zu verbessern. In diesem Sinne auch: Herzliche Gratulation an die zwei anderen Nominierten, Lisa Kurmann und David Graf, für ihre sportlichen Leistungen im vergangenen Jahr.

Ich fühle mich sehr wohl hier in Boston und mein langfristiges Ziel ist es, mich zu verbessern und mich optimal auf Olympia 2022 in Peking vorzubereiten.



Alina Müller
Die Winterthurerin, die heute 21-jährig wird, war 2018 Olympia-Topskierin. Sie studiert und spielt an der Northeastern University.