INTERVIEW MIT MARIELLE SCHMIDT, DAMEN 6

Du bist seit 2018 Mitglied des BTV Aarau Volleyball und spielst aktuell beim Damen 6. Wie bist du zum Volleyball gekommen und was hat dich an dieser Sportart besonders fasziniert?

Marielle: Ich spiele nun seit ca. 12 Jahren Volleyball und habe bei den Minis in Hägendorf im Kanton Solothurn gestartet. Da mein Vater (Headcoach Herren 1) viele Jahre selbst Volleyball gespielt hat und seit mehreren Jahren nun auch als Coach unterwegs ist, habe ich mich so von ihm inspirieren lassen.
Es gibt mehrere Elemente, die mich am Volleyball faszinieren – das Kernelement ist aber auf jeden Fall, dass Volleyball ein sehr ästhetischer Sport ist, in dem man eine gute Kondition und logisches Denken mitbringen muss.

Welche Stationen hast du bisher im Volleyball durchlaufen?

Marielle: Gestartet habe ich zu Hause im Garten, wo wir als Familie zwei gegen zwei über ein Badminton-Netz gespielt haben.
Meine erste Saison habe ich dann im TUS Hägendorf im Mini-Volleyball gespielt. Gesamthaft war ich dort ca. 8 Jahre lang.
2018 habe ich mich dann dazu entschieden, zum BTV-Aarau zu wechseln. Gestartet habe ich bei Udo Jeschke im U23 und gleichzeitig bei Jorge im U19. In den drei darauffolgenden Saisons, hat mich Joni Stähle in der U23 und Damen 4. Liga begleitet. In der letzten Saison habe ich in der 4. Liga bei Dominik Lüthy gespielt und gemeinsam mit dem Team den Aufstieg in die 3. Liga Classic geschafft, worauf ich sehr stolz bin. Zurzeit trainiere ich unter Agris Leitis, welcher sich gemeinsam mit uns durch die 3. Liga durchkämpft.

Welches war dein denkwürdigstes oder aufregendstes Volleyballspiel bisher und warum?

Marielle: Letzte Saison haben wir gegen den SV Olten 1 ein sehr starkes Spiel gespielt. Wir haben zwar verloren, dennoch konnten wir stolz auf unsere Leistung sein. Ich bin der Meinung, dass nicht jedes Spiel, welches man verliert, direkt ein schlechtes Spiel sein muss. Wenn

man eine gute Leistung erbringt, welche auf dem Niveau des Teams zu erwarten ist, kann man durchaus auch mit einem verlorenen Spiel zufrieden sein.

Wie bereitest du dich mental auf wichtige Spiele vor und gibt es bestimmte Rituale oder Gewohnheiten, die du pflegst?

Marielle: Ich achte darauf, dass ich auf jeden Fall genug Schlaf bekomme, damit ich am Tag des Spiels genug ausgeruht bin und somit spielerisch wie auch mental eine möglichst grosse Stütze für das Team sein kann.
Ein energiereiches Frühstück und ein Zitronenschnitz vor dem Match sind zwei wichtige Rituale, die auf jeden Fall nicht mehr wegzudenken sind.

4. Liga Saison 2022/23

Ein gutes Teamgefühl finde ich sehr wichtig.

Wie gehst du mit Niederlagen oder Rückschlägen um und wie motivierst du dich, wieder aufzustehen und weiterzumachen?

Marielle: Im ersten Moment bin ich in solchen Situationen gerne eine Weile für mich alleine, damit ich den Rückschlag verarbeiten kann. So gelingt es mir oft, eine neutralere Sicht auf die Sache zu gewinnen. Wenn dies geschafft ist, suche ich oft das Gespräch mit meinen Eltern, welche auch ab und zu einen Match schauen kommen und hole mir dann von ihnen noch ein Feedback, was mich oft motiviert nicht aufzugeben und an meinen Zielen weiterzuarbeiten.

Welche Rolle spielt das Teamgefühl und die Teamdynamik für den Erfolg einer Volleyballmannschaft?

Marielle: Ein gutes Teamgefühl finde ich sehr wichtig. Die Saison, welche aus vielen verschiedenen Matches und somit Chancen besteht, kann gut genutzt werden, um an einer stabilen Teamdynamik arbeiten zu können. Es ist wichtig aus Niederlagen zu lernen – oder gar aus jedem Match, auch wenn er gewonnen wurde – und eine Lektion zu ziehen und dann vor allem zusammen als Team zu schauen, was man gemeinsam verbessern könnte.

Welche aussergewöhnlichen oder lustigen Momente hast du während deiner Volleyballkarriere erlebt?

Marielle: Ich habe bereits öfters meine Sportschuhe zu Hause vergessen und dies erst auf der Autobahn gemerkt, oder als wir bereits vor der Halle standen. Leider passiert dies immer gerade dann, wenn ein Auswärts-Spiel ansteht. Zum Glück haben wir im Team aber einige Spielerinnen, welche mit einer Doppelausrüstung ausgestattet sind. Egal ob Sleeves, Sportschuhe oder Schoner – bei uns kann immer jemand aushelfen.

Gibt es ein bestimmtes Match, auf das ihr euch in dieser Saison besonders freut, und warum?

Marielle: Den Match gegen SV Olten 1. Der SV Olten 1 war bereits in der 4. Liga unser stärkster Gegner und ist nun wie wir in die 3. Liga Classic aufgestiegen. Wir konnten ihnen bereits in der 4. Liga einige Sätze abnehmen und unser Ziel in der 3. Liga ist nun, sie zu schlagen.

Was gefällt dir an unserem Verein besonders gut?

Marielle: Mir gefallen die Strukturen im BTV Aarau Volleyball seht gut. Die drei Kategorien Breiten-, Ambitionierten- und Leistungssport geben unserem Verein auf jeden Fall seinen Reiz. Was mir auch besonders gut gefällt sind die Heimrunden, welche grösstenteils in der BSA stattfinden. So hat man die Möglichkeit, andere Teams kennenzulernen, bei anderen Matches kurz in der Halle vorbeizuschauen oder sich mit SpielerInnen aus anderen Teams auszutauschen, welche man lange nicht mehr gesehen hat.

Was ist dein persönliches Ziel für die Saison 2023/24?

Marielle: Ein Ziel auf das Spiel bezogen ist, dass ich mich diese Saison intensiver mit der Rolle als «Passeuse» auseinandersetzen kann. Da kann mir Agris, welcher selbst erfahrener Passeur ist, bestimmt einige Tipps und Tricks weitergeben. Auf der mentalen Ebene möchte ich lernen, besser mit Enttäuschungen umgehen zu können. Auch nach 12 Jahren Volleyball ist es teilweise immer noch eine grosse Herausforderung für mich, bei einem Misserfolg den Kopf nicht hängen zu lassen.

Interview: Manuela Schenker

Mini-Volleyball
TUS Hägendorf