

Schon nach den
ersten dreissig
Minuten können
Pickleball-Matches
gespielt werden.

Ein Ballsport für alle



Weil sich ihre Kinder in den Sommerferien langweilten, erfanden drei Väter eine neue Sportart: Pickleball. Der Mix aus Tennis, Badminton und Tisch-

tennis bricht in den USA Rekorde. Nun erreicht der Boom auch Europa. Bei Pro Senectute Obwalden konnten Interessierte kürzlich schnuppern.

TEXT: ANNEGRET HONEGGER; FOTOS: MONIQUE WITTEW

Pickleball? Die Ausschreibung zum Schnuppernachmittag von Pro Senectute Obwalden liess viele der Teilnehmenden erst einmal googeln. Was ist das für eine Sportart, die in Amerika bereits 35 Millionen Menschen begeistert?

Elf Neugierige begrüsst Dominik Kuhn an einem Freitagnachmittag in der Dorfturnhalle Sarnen. Der Winterthurer Jungunternehmer lernte Pickleball beim Studium in den USA kennen und beschloss, seine neue Lieblingssportart auch in die Schweiz zu bringen. Pickleball, erklärt er, sei ein Mix: «Man spielt auf einem Feld wie beim Badminton, über ein Netz wie im Tennis, mit Schlägern ähnlich dem Tischtennis und Bällen wie beim Unihockey.»

Der zertifizierte Trainer hat die Ausrüstung schon bereitgestellt. Nach dem Aufwärmen nehmen sich alle einen Schläger und einen Ball, um beim Spielen gegen die Wand erst einmal ein Gefühl dafür zu gewinnen. «Tock-Tock» – bald ist die Halle erfüllt vom noch

ungewohnten Geräusch der Bälle beim Aufprall auf die «Paddles» genannten Schläger aus Holz oder Kunststoff.

Manchen sieht man an, dass sie jahrelang Racketsport betrieben haben wie Tennis oder Tischtennis. Aber auch den Neulingen sind Regeln und Technik dank Erklärungen und Übungen rasch klar. Typisch Pickleball, sagt Dominik Kuhn: «Nach zwanzig bis dreissig Minuten kann man bereits erste Matches spielen.»

Nun fliegen die Bälle beim Doppel hin und her. Zum Tock-Tock kommen

Oiiii! Hei-ei-ei! Jawohlll! Neiiii! und Out!!! hinzu. Man freut sich über einen besonders gelungenen Punkt und ärgert sich, wenn es der Ball ganz knapp nicht übers Netz schafft. Manche schenken dem Team vis-à-vis nichts, andere nehmen es lieber locker. Auch das sei typisch Pickleball: «Man kann gut dosieren, wie intensiv man spielen will.»

Beim Rennen, Sich-Drehen, Schlagen, Strecken und Bücken verbrennt man Kalorien und trainiert den ganzen Körper. Schonender als in anderen Sportarten, weil das Feld nicht so gross

ist, es kaum Überkopf-Schläge gibt und weniger starke Kräfte auf den Körper wirken. Dies schätzen Jung und Alt: Pickleball ist derzeit die am schnellsten wachsende Sportart weltweit. In Amerika, erzählt Dominik Kuhn, verfüge jede Schule über ein paar Plätze, und der Sport verbinde auch die Generationen: «Man verabredet sich per WhatsApp und spielt im Freundeskreis, mit Nachbarn, der Familie oder den Enkeln.»

Pickleball? Nun wissen die Teilnehmenden Bescheid. Doch woher kommt der Name? Hat er etwas mit sauren Gurken im Glas zu tun? Oder mit unreiner Haut? Die Herkunft sei nicht ganz klar, erklärt Dominik Kuhn. Entweder stamme die Bezeichnung vom «Pickle-Boat», in dem bei Regatten jeweils die überzähligen Ruderer sitzen. Oder der Erfinder benannte den Sport nach dem Familienhund «Pickles». Klar ist aber: In Obwalden kommt Pickleball sehr gut an. Die Zahl der Fans weltweit ist an diesem Nachmittag auf 35 000 011 gestiegen. *

Pickleball bei Pro Senectute Obwalden

Warum nicht einmal etwas Neues ausprobieren? Im Februar und März fanden in Sarnen in Zusammenarbeit mit Dominik Kuhn von pickleballcorner.ch mehrere Schnupperhalbtage statt, um das Interesse für diese Sportart zu evaluieren. Wie es weitergeht mit Pickleball bei Pro Senectute Obwalden, erfahren Sie im Kursprogramm unter ow.prosenectute.ch/kurse oder unter Telefon 041 666 25 45 (täglich 8 bis 11.30 Uhr), Mail info@ow.prosenectute.ch

Angebote in Ihrer Nähe finden Sie bei Pro Senectute in Ihrer Region. Sämtliche Adressen stehen auf den Seiten 50 und 51 oder auf prosenectute.ch