

AUF EINEN ESPRESSO MIT ALAIN NEF, VERTEIDIGER FC ZÜRICH

«Habe einen einfachen Charakter»

Als Junior wechselte Alain Nef 1998 von Wädenswil zum FC Zürich, bei dem er seit 2013 wieder spielt. Im Herbst seiner Karriere muss der fast 34-Jährige nun seinem Stammverein aus dem Tabellenkeller verhelfen.

Sie haben eben einen Espresso bestellt. Was mögen Sie daran?
Alain Nef: Meistens trinke ich am Morgen nach dem Aufstehen einen, wenn es schnell gehen soll.

Ist das auch Ihr Lieblingsgetränk?
Nein, kaltes Mineralwasser trinke ich noch lieber.

Bleiben wir noch beim Kulinarischen. Was essen Sie gerne?
Ein gutes Stück Fleisch, angereichert mit passenden Beilagen.

Können Sie es auch selbst zubereiten?
Ja, am besten auf dem Grill.

Inwiefern achten Sie als Sportler auf die Ernährung?
Als Vater zweier Kinder ist das zwar nicht immer einfach, ich schaue aber schon darauf. Ich weiss, was gut für mich und die Erholung meines Körpers ist. Letztlich ist alles immer eine Frage des Masses.

Gibt es sonst Einschränkungen?
Ein Sportler lernt, auf einiges zu verzichten. In jüngeren Jahren hatte ich das Gefühl, etwas zu verpassen, wenn ich nicht mit Kollegen in den Ausgang konnte. Heute kann ich aber stolz auf meine Fussballkarriere sein.

Welchen Beruf haben Sie erlernt?
Landschaftsgärtner. Mein Lehrmeister unterstützte mich zum Glück sehr. Ich durfte jeweils gegen 15 Uhr Feierabend machen, um rechtzeitig im Training zu sein. Heute können die Jungen die Sportschule absolvieren oder haben viele andere Alternativen.

Welchen sportlichen Grossanlass haben Sie als ersten bewusst wahrgenommen?
Die Fussball-WM 1990 in Italien, da sammelte ich zum ersten Mal Panini-Bildchen. Neben Fussball schaute ich mit meinem Vater auch oft Tennis und Skirennen am TV.

Wie sind Sie zum Fussball gekommen?
Als kleiner Bub spielte ich viel mit meinem Bruder. Wir gingen gemeinsam in den Fussball- und Tennisklub. Der FC Wädenswil ermöglichte mir 1998 ein Probetraining beim FCZ. Danach folgte das eine auf das andere.

Inwiefern pflegen Sie noch Kontakte zum FC Wädenswil und verfolgen dessen Entwicklung?
Durch meine Eltern bekomme ich am Rande mit, wie sich der FCW schlägt. Wenn ich bei ihnen in Wädenswil bin und Zeit für einen Matchbesuch habe, gehe ich auf die Beichen. Zuletzt verfolgte ich Ende Juli das Freundschaftsspiel gegen das von Christian Gross gecoachte Al Ahli Dschidda. Er war ja einst mein Trainer.

Welches war Ihr schönster Moment im Sport?
Da gibt es einige: Der Meistertitel 2006 und der Cupsieg 2005 mit dem FCZ. Die Spiele mit den Schweizer Nationalteams (18 mit der U21- und 4 mit der A-Nati, Red.). Oder 2009 die Partie mit Recreativo Huelva im Camp Nou



Einen Espresso trinkt Alain Nef oft am Morgen nach dem Aufstehen – der Verteidiger ist überzeugt, dass die «FCZ-Albträume» nun vorbei sind. Dominic Duss

gegen den FC Barcelona. Da standen mir Messi und Co. gegenüber.

Und welches war die grösste Enttäuschung?
Die bittere 5:6-Niederlage im Cup-Halbfinal 2004 gegen GC sowie die jüngste 0:5-Schlappe im Derby.

Eine Enttäuschung war sicher auch die Hinrunde mit dem FCZ. Wie erklären Sie sich diese?
Es kam vieles zusammen: Wir hatten schwerwiegende Ausfälle, holten daheim zu wenig Punkte, kassierten oft späte Gegentore und machten mit unnötigen Fehlern zu viele Geschenke. Eine so schlechte Vorrunde erlebte ich mit dem FCZ noch nie.

Was war aus Ihrer Sicht der absolute Tiefpunkt?
Das 0:5 gegen GC. Ein Derby kann man verlieren, aber nicht auf diese Art und Weise. Sich so vorzuführen zu lassen, war für mich und alle FCZler besonders schmerzhaft.

Mit welchen Erwartungen steigen Sie in die Rückrunde?
Jedes Spiel ist jetzt enorm wichtig, wir brauchen Punkte. Wir müssen den schönen Fussball vergessen und uns Siege erkämpfen. Allen ist bewusst, dass wir uns keine Fehler mehr erlauben dürfen. Als einer der älteren Spieler (Nef wird morgen Samstag 34, Red.) will ich versuchen, die Jungen mit meiner positiven Art mitzuziehen.

Was dürfen die Fans nach dem miserablen Herbst erwarten?

Eine positive Rückrunde. Das sind wir unseren Fans für ihren stets grossartigen Support schuldig.

Die Testspiel-Resultate fielen aber nicht erfreulich aus. Was spricht denn dafür, dass das Team nun den Rank findet?
Die zwei Niederlagen und zwei Remis dürfen nicht überbewertet werden. Vorbereitungspartien dienen dem Trainer immer, um etwas auszuprobieren. Früher gewannen wir auch schon Testspiele und kamen dann nicht in Fahrt. Mir ist es lieber, wenn wir die kommenden Pflichtspiele gewinnen.

«Jeder muss sich immer den Spiegel vorhalten können.»
Alain Nef

Kritiker werfen dem Klub vor, ihm fehle ein sportliches Konzept. Was sagen Sie dazu?
Für diese Frage bin ich der falsche Adressat. Wir Spieler müssen die Leistung auf dem Platz bringen.

Anderes Thema: Mit welcher Person würden Sie gerne einmal für einen Tag tauschen?
Lionel Messi, dann sehe ich mal, wie einfach es ist, die Gegenspieler wie Stangen aussehen zu lassen.

Welche Person bewundern Sie?
Alle, die sich freiwillig für Menschen einsetzen, welche medizinische Hilfe benötigen.

Wie sieht für Sie ein perfektes Wochenende aus?
Am Samstag hole ich drei Punkte mit dem FCZ und geniesse dann den Sonntag mit meiner Familie.

Ihr Lieblingssong?
Den gibt es nicht. Ich höre oft Radio und bin offen für alle Stile.

Ihr Lieblingsfilm?
Mir gefällt «Gladiator». Ich schaue gern Action- und Dokumentarfilme sowie Komödien.

Ihr Lieblingsbuch?
Ich habe viele Biografien gelesen, aber keinen Favoriten. Als leidenschaftlicher Fischer habe ich seit Jahren das «Petri-Heil» abonniert.

Ihr Lebensmotto?
Jeder muss sich immer den Spiegel vorhalten können und aus jedem Tag das Optimum herausholen.

Was ist Ihr grösstes Laster?
Manchmal bin ich wohl zu wenig konsequent in der Erziehung meiner Kinder. Das muss dann meine Frau korrigieren. (schmunzelt)

Und welches ist Ihre beste Eigenschaft?
Ich habe einen einfachen Charakter, finde schnell den Draht zum Gegenüber und komme mit jedem Menschen zurecht.

Was macht Sie glücklich?
Meine Familie, Gesundheit und Siege mit dem FCZ.

Was ärgert Sie?
Unsere sportliche Situation. Aber auch all die negativen Entwicklungen auf der Welt.

Was ist Ihnen wichtig im Leben?
Dass es meiner Familie, allen Verwandten und mir gut geht – und der FCZ auf die Erfolgsspur zurückkehrt.

Was machen Sie in zehn Jahren?
Wenn ich das wüsste. Hoffentlich lebe ich immer noch glücklich mit meiner Familie in Zürich und kann mich für den FCZ engagieren.

Interview: Dominic Duss

WORUM GEHTS?

Der FC Zürich startet am Sonntag mit dem Heimspiel gegen Sion in die Rückrunde. Das Team liegt mit nur 17 Punkten aus 18 Partien auf dem zweitletzten Tabellenrang der Super League. 2001 hatte Alain Nef seine Profikarriere beim FCZ begonnen. Der Verteidiger wechselte 2006 in die italienische Serie B nach Piacenza und zwei Jahre später zu Udinese. In der Serie A konnte er sich aber nicht durchsetzen. Der gebürtige Wädenswiler wurde nach Spanien zu Recreativo Huelva, danach zur US Triestina und YB ausgeliehen. 2010 übernahmen ihn die Berner, ehe Nef 2013 zum FCZ zurückkehrte. ddu

Peter hofft auf «die gute Fee»

BOB Rico Peter strebt am Wochenende an der EM in St. Moritz Edelmetall an. Dazu braucht der Pilot vom BC Zürichsee möglichst hohe Startnummern und deshalb Glück bei deren Auslosung.

Vor 13 Tagen fuhr Rico Peter (Bild) mit Thomas Amrhein in Whistler den zweiten Weltcup-Sieg seiner Karriere im kleinen Schlitten ein. «Diesen Schwung wollen wir an die Heim-EM mitnehmen», betont der für den Bobclub Zürichsee startende Steuermann aus dem Kanton Aargau. Peter blendet aus, dass er und sein Bremser sich einen Tag nach ihrem Triumph in Whistler mit Rang 7 begnügen mussten. In den vier vorhergehenden Weltcup-Einsätzen – in Lake Placid, Königssee, Winterberg und Altenberg – hatte sich der 32-Jährige jeweils zwischen den Rängen 5 und 9 klassiert. Mit wichtigen Rennen hat er aber Erfahrung, war er doch letztes Jahr mit Anschieber Janne Bror van der Zijde in Iglu EM-Dritter im kleinen Schlitten geworden.

«Eine Medaille ist auch diesmal das Ziel», sagt Peter vor dem zum Weltcup zählenden EM-Rennen von morgen. Als Schweiz 2 will er dieses wiederum mit Amrhein in Angriff nehmen. Das gestrige Training beendete das Duo als Sechste. 34 Hundertstelsekunden hinter Beat Hefti, welcher in Schweiz 1 der Schnellste war und als Gold-Favorit gehandelt wird.

Alle Anschieber sind topfit

Edelmetall steuert Peter auch am Sonntag im grossen Schlitten an. «Im Vierer lief es uns im Weltcup sogar noch besser», hält er fest. In Park City wurde er zweimal Dritter, wobei ihm im zweiten Rennen nur acht Hundertstel zum Sieg fehlten. Zuvor hatten diesen Winter ein 5. Platz und zwei 4. Ränge herausgeschaut. Für die EM-Läufe wurde Schweiz 1 Peter übertragen, da Hefti auf einen Start verzichtet.

Wegen zu warmer Temperaturen fiel am Dienstag das Training aus. Erst nach dem heutigen entscheidet der Aargauer daher, wer übermorgen mit ihm den Bob anschoben wird. Im letzten Weltcuprennen hatte er neben Amrhein und Fabio Badraun anstelle von Simon Friedli auf Van der Zijde gesetzt. «Zurzeit sind alle topfit», ergänzt Peter. Falls er im Vierer eine Medaille einfährt, wäre dies der erste EM-Podestplatz für den BC Zürichsee seit 2010. Damals hatte Ivo Riegg in Iglu als Zweiter Edelmetall geholt.

«Hut ab vor Meyerhans»

Für beide Heimrennen hofft Peter auf «die gute Fee» bei der Startnummernauslosung. Denn der Natureis Kanal werde im Verlauf des Rennens immer schneller. «Je höher die Startnummer, umso besser ist unsere Ausgangslage», begründet der Pilot.

Der BC Zürichsee ist am Sonntag gar mit zwei Vierer-Schlitten an der EM vertreten. Wegen Heftis Verzicht startet das A-Team von Pius «Billi» Meyerhans unverhofft als Schweiz 2. Für Peter sind die Klubkollegen viel mehr Ergänzung als direkte Konkurrenten. «Hut ab vor Meyerhans, dass er mit 48 Jahren noch solchen Ehrgeiz aufbringt – der Bobsport braucht Typen wie ihn», sagt der Aargauer, der zum BCZ stiess, als sein einstiger Mitspieler Gregor Baumann 2014 Sportchef des Klubs wurde. Peter traut dem A-Team beim EM-Debüt ein ansprechendes Resultat zu. ddu

