

<b>Zeitschrift:</b>	Appenzellische Jahrbücher
<b>Herausgeber:</b>	Appenzellische Gemeinnützige Gesellschaft
<b>Band:</b>	146 (2019)
<b>Artikel:</b>	"Der Leistungsgedanke steht im Vordergrund" : Gespräch mit dem Sportlerschulleiter René Wyler
<b>Autor:</b>	Wyler, René
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-869213">https://doi.org/10.5169/seals-869213</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## «Der Leistungsgedanke steht im Vordergrund»

*Gespräch mit dem Sportlerschulleiter René Wyler*

Die Sportlerschule betreibt Hochbegabten-Förderung im Bereich Sport. Eine derartige Institution erwartet man nicht unbedingt im Appenzellerland. Wie kam es dazu?

René Wyler: Die Anfänge gehen auf das Jahr 1999 zurück. Urheber des Ganzen ist Hans Höhner. Er war damals Präsident der Leichtathletikabteilung des TV Teufen, bei der ich als Trainer mitwirkte. Vor allem im Juniorenbereich waren wir stark, wurden Junioren-Schweizermeister, schlügen die besten Vereine der Schweiz, etwa den LC Zürich – und das als Landverein! Teufen qualifizierte sich damit für den Europacup, bei dem wir Zweite wurden. Deshalb wollten wir unsere Strukturen professionalisieren, ein Leistungscenter aufbauen für junge Leichtathleten, die ehrgeiziger und begabter sind als der Durchschnitt.

Da war man aber nicht ohne Konkurrenz. Es gab das Nationale Sportzentrum Magglingen mit der Eidgenössischen Hochschule für Sport. Es gab – vor allem für die Wintersportarten – das Sportgymnasium Davos. Im Bereich Leichtathletik fand man für den Nachwuchs aber kaum geeignete Ausbildungsorte. Damals dachten wir nur an unsere eigenen guten Nachwuchssportler, wollten in der ehemaligen Weberei Schläpfer Räume mieten, etwa für ein Fitnesscenter. Das scheiterte aber an den Finanzen. Deshalb blieben die Pläne vorerst auf Eis. Als die Regierung von Appenzell Ausserrhoden die Möglichkeit bot, innovative Projekte einzureichen, machten wir aber mit und erhielten den Zuschlag für eine Anschubfinanzierung. Der offizielle Start war im Juni 2005.

Was war die Grundidee?

Die Gleiche wie heute. Der Leistungsgedanke steht im Vordergrund. Wir wollen Talentierte fördern, die bereit sind, mehr zu leisten als der Durchschnitt.

Und das erwies sich als Marktlücke?

Unser Konzept ist wohl einzigartig. Unsere Schülerinnen und Schüler besuchen die Regelklassen, die Sekundarschulen in Teufen, Herisau und Trogen sowie die Kantonsschule Trogen – keine besonderen Sportlerklassen.

Sind diese Schulen so flexibel?

Das sind sie. Mit ihrer Flexibilität steht und fällt unser Projekt. In Davos beispielsweise ist der Schulbetrieb im Sommer intensiv, während der Skisaison fällt der Unterricht aber praktisch aus. Bei uns ist das so nicht möglich. Die Lehrpersonen sind deshalb gefordert, und die ganze Schule muss dahinterstehen. Die Sportschüler verursachen einen Mehraufwand, ohne dass die Lehrkräfte zusätzlich entschädigt werden. Wir sind für diesen Sondereffort sehr dankbar, spüren aber auch, dass unsere Partnerschulen mittlerweile richtiggehend stolz sind, Sportschüler in ihren Klassen zu haben.

Den Schulen scheint dieser Sondereffort gutzutun.

Das hören wir auch von diesen direkt. Leistung gilt unter Jugendlichen manchmal als uncool.

«Streber» ist ein Schimpfwort.

Genau! Die Sportschüler aber sind aktiv, knien sich in ihre Aufgaben hinein, absolvieren ein intensives Wochenpensum. Und ihre Kolleginnen und Kollegen sehen, dass sie trotz ihrem Training auch noch gute Leistungen in der Schule erbringen. Das kann auf die ganze Klasse ausstrahlen.

### Aber was sind die Sportschülerinnen und Sport Schüler denn nun – Streber?

Ich vergleiche sie gerne mit Rennpferden. Sie gehören nicht zu jenen, die am liebsten gemütlich auf der Weide grasen und sich dann ausruhen. Sie kommen nicht als Leistungssportler auf die Welt. Aber sie machen gerne Sport, haben die eine oder andere Sportart besonders gern, etwa Badminton oder Leichtathletik. Ihre Motivation steigt, wenn sie sehen, dass sich ihre Leistungen durch Training verbessern lassen. Sie trainieren dann systematischer und kommen irgendwann zu einem Punkt, an dem sie feststellen, dass sie durch gezieltes Training wirklich zur Spitze vorstossen können.

### Das klingt einfach.

Ist es aber nicht. Selbstverständlich macht nicht alles Spass, was zum Erreichen eines hochgesteckten Ziels nötig ist. Ein Fussballer beispielsweise spielt am liebsten Fussball, hätte am liebsten immer einen Ball am Fuss. Aber er muss auch Ausdauertraining machen. Über 90 Prozent aller Spiele werden in den letzten fünf Minuten entschieden – also müssen die Spieler einer Mannschaft 90 Minuten durchhalten. Sonst verlieren sie. Für ein systematisches Ausdauertraining ist Überwindung nötig, ebenso für das unvermeidliche Krafttraining. Wesentlich für Sportlerinnen und Sportler – und eigentlich für alle Menschen – ist die Muskulatur des Rumpfes, welche unter anderem die Wirbelsäule aufrichtet und stabilisiert und den Bauchraum schützt. Sie zu trainieren ist nicht unbedingt ein Vergnügen.

### Training kann wehtun.

Genau! Und Athletinnen und Athleten müssen da durch, um gute Ergebnisse zu erzielen. Unser Ziel sind mündige Sportlerinnen und Sportler, die selbst an sich arbeiten – und nicht einfach nur dann Liegestütze machen, wenn der Trainer ihnen dies vorschreibt. Sie sollen mit der Zeit über das nötige Wissen verfügen, um sich selbst einen Trainingsplan zusammenzustellen.

Sport ist gesund! Sport ist motivierend! Aber es gibt im Spitzensport auch die andere Seite: übertriebener Ehrgeiz, Gesundheitsgefährdung durch Dopingmittel und andere Substanzen, gesundheitsgefährdendes Training, beispielsweise bei jungen Kunstruderinnen. Ist das an Ihrer Schule ein Thema?

Ausführlich! Und immer wieder. Zu uns kommen ja ganz junge Sportlerinnen und Sportler ab der ersten Oberstufe. Sie sind mitten in der Wachstumsphase, teils wachsen sie in einem einzigen Jahr zehn Zentimeter. Der Körper verändert sich, das ganze System kommt aus dem Lot. Unsere Programme sind so gestaltet, dass sie sich in dieser Zeit gesund entwickeln. Deshalb machen wir mit ihnen bereits Krafttraining, angepasst an ihr Alter, ihre Entwicklung und Konstitution. Manchmal glauben Eltern oder sogar Trainer, dass man dies mit so jungen Leuten nicht machen dürfe. Das ist falsch. Die Gewichte sollten aber nicht zu hoch sein. Es geht mehr darum, die Technik zu erlernen – so, dass sie später für das Training mit höheren Gewichten bereit sind. Krafttraining gleicht muskuläre Dysbalancen aus. Im Alltag sitzen wir viel zu lange – auch unsere Sportschüler – und gewöhnen uns an Fehlhaltungen. Deshalb ist es nötig, die «hintere Kette» zu stärken, die Muskeln auf der Rückseite unseres Körpers. Bei jungen Leuten sieht man auch oft, dass die Knie nach innen kippen. Deshalb stärken wir die Beinachse, denn wenn diese nicht stabil ist, kommt es bei vielen Sportarten mit hohen Belastungen zu Schädigungen, vor allem beim Skifahren, aber auch beispielsweise beim Weitsprung. Unsere Programme sollen mithelfen, dass sich der Körper junger Sportlerinnen und Sportler gesund entwickelt.

**René Wyler** (\*1967), Teufen,  
Lehre als Offsetdrucker, Handelsschule, Sportlehrerausbildung, verschiedene Pensen als Sportlehrer, u. a. an der Kantonsschule Trogen. Heilpraktikerausbildung und kantonale Heilpraktikerprüfung, Leiter Therapie Klinik Gais. Seit 2011 Leiter der Sportlerschule Appenzellerland.



INTERSPORT

BAUMANN

Appenzell

Lienhard.

Stiftung.

Sportlerschule<sup>®</sup>

Auch ein extremer sportlicher Ehrgeiz kann psychisch negative Folgen haben.

Sicher – wenn er allzu sehr angestachelt wird. Wir haben ganz selten Fälle – seit 2011, also seit ich hier bin, vielleicht zwei oder drei – bei denen wir sagen mussten: Du gehst allzu verbissen an die Sache heran. Das kann passieren, wenn man einseitig darauf fixiert ist, besser zu sein als andere. Wenn man nicht verlieren kann. Da geben wir Gegensteuer, zeigen, dass Sport ein Auf und Ab ist. Man muss auch die Niederlage kennen, um wieder aufsteigen zu können. Mit unserem Mentaltrainingskonzept führen wir die jungen Athletinnen und Athleten auch an diese wichtige Thematik, gehen gezielt der Frage nach, wo die Ursache für den übertriebenen Ehrgeiz liegt.

Ist es wirklich möglich, alle Ihre Schülerinnen und Schüler so individuell zu betreuen?

Wir bezeichnen unser Konzept selber gern als einzigartig – und das ist es in unseren Augen vor allem wegen der Individualität. Das beginnt schon beim Krafttraining. Wenn wir Trainingspläne für fünf verschiedene Fussballer erarbeiten, sieht jeder anders aus. Wir finden mit speziellen Tests und in Zusammenarbeit mit dem Medical Team heraus, wo beim Einzelnen die Schwächen liegen, die wir dann angehen. Aber auch im Schulischen finden wir individuelle Lösungen. Ebenso im mentalen Bereich. Wie gehe ich um mit Druck, mit Leistungserwartungen?

Das alles ist aufwändig – und deshalb teuer.  
Wie lässt sich das finanzieren?

Nachwuchsförderung im Sport ist eine brotlose Kunst. Wir finanzieren uns zu ca. einem Drittel über Elternbeiträge; ein weiteres Drittel trägt die öffentliche Hand bei, Kantone, Gemeinden; und etwa ein Drittel müssen wir jeweils zusammensuchen. Wir werden von Stiftungen unterstützt, von Sponsoren. Manchmal sind Fundraisingaktionen nötig. Das ist nicht immer einfach.

Früher hiess es oft, die Nachwuchsförderung in der Schweiz sei mangelhaft, weshalb die Leistungen im Spitzensport zu wünschen übrigliessen. Das hat sich wohl geändert? In gewissen Sportarten sicher. Denken Sie an den Fussball. Da wird viel Geld hineingesteckt. Der FC St. Gallen hat dazu FCO – Future Champs Ostschweiz – ins Leben gerufen.

Im Spitzfussball steckt viel Geld – mit manchmal unschönen Begleiterscheinungen.

Das ist ein anderes Thema. Fussball ist eben eine phantastische Sportart, fasziniert ein breites Publikum. Auch im Skifahren ist die Förderung gut. Schon bei der Leichtathletik ist es viel schwieriger. Simon Ehammer vom TV Teufen wurde im Sommer 2019 Junioren-Europameister im Zehnkampf. Nun bekommt er etwas Geld von der Sporthilfe, einen kleinen Beitrag vom Verband. Die grössten Sponsoren sind bei diesen Sportlern in der Regel die Eltern. – Wer das Sportgymnasium Davos besuchen will, muss im Jahr 40 000 Franken aufbringen. Das Skigymnasium in Stams im Tirol, das viele bekannte Skisportler hervorgebracht hat, kostet hingegen nur 4000 Euro im Jahr. Ohne staatliche Unterstützung geht das nicht. In der Leichtathletik existieren hierzulande zum Glück zahlreiche Vereine, in welchen Sportlerinnen und Sportler professionell betreut werden, dank viel ehrenamtlicher Arbeit.

Wie gross ist das Einzugsgebiet der Sportlerschule?

Wir hatten schon Vorarlberger und Liechtensteiner – ansonsten stammen unsere Absolventinnen und Absolventen aus der ganzen Schweiz. Jüngere, die hier die Oberstufe besuchen, bringen wir bei Gasteltern unter. So bekommen sie auch etwas Nestwärme und Betreuung. Ältere wohnen an der Kantonsschule Trogen im Konvikt.

Bestehen Ausbaupläne?

Wir sind erneut mit einer etwas höheren Schülerzahl ins neue Schuljahr gestartet. Sie scheint sich aber bei 80 bis 90 Schülerinnen und Schü-

lern einzupendeln. Grundsätzlich liesse unser Konzept aber mehr zu. Wir nehmen allerdings nicht alle auf, die kommen wollen, obwohl das finanziell vielleicht interessant wäre. Bis zur endgültigen Aufnahme ist es ein langer Prozess, der mit den Infoanlässen im Oktober beginnt. Im Dezember und Januar führen wir erste Gespräche. Dann gehen die Anmeldeunterlagen raus. Und danach geht das Aufnahmeverfahren erst richtig los. Jugendliche, die zu uns kommen wollen, müssen bereits ein hohes Leistungsniveau haben, regional oder sogar schweizweit zu den Besten in der jeweiligen Altersklasse gehören. Wir führen sehr intensive Gespräche, auch mit den Jugendlichen selbst, fordern sie bewusst heraus. Das Training kann schon um 6.15 Uhr morgens beginnen – und wir diskutieren nicht, ob das zu früh ist, ob jemand allenfalls keine Lust hat.

#### Die Jugendlichen erfahren die Härte des Trainings.

Es gab auch schon Tränen – und tatsächlich gibt es einfachere Wege durch das Leben als an unserer Sportlerschule. Wir sehen deshalb genau hin: Wollen die Eltern, dass ihr Kind diese Schule besucht? Oder will das auch der Jugendliche selbst? Wir haben zum Glück selten Fälle, bei denen die Eltern allzu sehr pushen. Eher das Gegenteil ist der Fall. Manche Eltern machen sich Sorgen, ihr Kind könnte überfordert werden.

Das ist verständlich, wenn man sich vor Augen hält, dass Sie künftige Spitzensportler trainieren. Es gibt nur wenige, die es ganz an die Spitze schaffen, wie unser ehemaliger Schüler Timo Meier, der im Sommer 2019, im Alter von noch nicht einmal 23 Jahren, einen Vertrag von den San Jose Sharks erhielt, der ihm jährlich sechs Millionen Franken einbringen wird. Das ist wunderbar. Aber für die weitaus meisten gilt: Sie werden gute Sportlerinnen und Sportler, sie erringen vielleicht einmal einen Schweizermeister-Titel. Aber nur in ganz wenigen Fällen werden sie alleine mit dem Sport ihren Lebensunterhalt bestreiten können. Gleichwohl profi-

tieren sie vom Sport. Vor drei Jahren haben wir eine Alumni-Vereinigung gegründet. Dadurch können wir ein wenig mitverfolgen, wie der Lebensweg unserer ehemaligen Absolventinnen und Absolventen verläuft. Was dabei auffällt: Viele sind im Berufsleben erfolgreich, in leitenden Funktionen tätig, viele sind immer noch im Leistungssport aktiv, als Sportler oder als Trainer.

#### Manche Ihrer Schülerinnen und Schüler absolvieren eine Lehre.

Die Lehrmeister sind meistens des Lobes voll über die jungen Leute, räumen zwar ein, dass sie wegen des Trainings öfter abwesend seien, aber Charaktereigenschaften mitbrächten, die nicht nur im Sport, sondern auch am Arbeitsplatz gefragt seien. Ich höre dann immer wieder: Du kannst mir wieder jemanden bringen.

#### Die Leistungsgesellschaft hat aber auch Schattenseiten.

Ein grosses Thema, das wir den Jugendlichen vermitteln wollen. Sie sind ja fast unendlich belastbar. Wir sprechen da von bis zu 60 Stunden pro Woche: Sie machen in der Schule meistens das volle Pensem, vom Schulturnen wären sie dispensiert. Aber fast alle machen auch dieses mit. Die Jugendlichen sind also extrem eingespannt. Deshalb gehört bei uns auch Entspannungstraining dazu. Aus dem Vereinstraining kommen sie unter Umständen voller Adrenalin nach Hause, können dann nicht schlafen. Deshalb ist es wichtig, dass sie lernen, wie sie da wieder herunterkommen, beispielsweise mit bewusster Atmung.

#### Was müssen Eltern für die Sportlerschule bezahlen?

Das ist unterschiedlich. Badminton ist unsere teuerste Sportart. Wir haben einen vollamtlichen Badminton-Trainer, zweimal täglich wird trainiert. Hinzu kommt die Infrastruktur, die wir zumieten müssen. Inklusive Mentaltraining, Trainingscamp, Schulkoordination etc. kostet das ca. 9000 Franken im Jahr. Bei anderen Sportarten geht das runter bis 3000 Franken. Für den Bikesport beispielsweise haben

wir keinen eigenen Trainer, die Jugendlichen trainieren in ihren Vereinen oder – wie unsere Schülerin Ronja Blöchlinger aus Heiden – bereits in einem professionellen Umfeld. Bei uns beziehen sie beispielsweise das Athletiktraining und profitieren von der Koordination von Schule und Sport, für die wir besorgt sind. Wir organisieren einen guten Wochenplan, schauen dafür, dass sie frei bekommen, wenn es nötig ist, dass sie den verpassten Stoff nachholen können und in der Schule nicht ins Hintertreffen geraten. Die Preise variieren, weil unsere Angebote modular aufgebaut sind.

#### Was bedeutet Ihre Schule für das Appenzellerland?

Manchmal hat man das Gefühl, eine solche Sportlerschule koste nur. Doch sie bringt dem Kanton auch etwas. An der Kantonsschule Trogen verzeichnet man gegenwärtig sinkende Schülerzahlen. Wenn man zehn oder mehr zusätzliche Schülerinnen und Schüler von auswärts dazu holen kann, dann bringt das auch Geld in den Kanton. Denn deren Herkunftsgemeinden zahlen hier dann Schulgeld. Es zogen schon Eltern von Sportschülern eigens ins Appenzellerland. – Und: wenn es unsere Schule

nicht gäbe, würden viele einheimische Jugendliche mit entsprechenden Fähigkeiten anderswo eine geeignete Schule suchen. Dann würde Geld abfließen. Unter dem Strich ist die Sportlerschule für den Kanton also interessant – ein Leuchtturm, der über die Kantongrenzen strahlt.

#### Zum Schluss: Was hat Sie persönlich auf Ihrem Bildungsweg am positivsten geprägt?

Persönlichkeiten, die mich motivierten, etwas anzupacken, bei dem ich selber eher Bedenken hatte. Mir ist immer wieder jemand begegnet, der mich ermunterte, meinen Weg zu gehen. Ich habe zuerst eine Offsetdruckerlehre gemacht, dann eine Handelsschule. Als ich bereits selber meinen Lebensunterhalt verdiente, wagte ich mich an die Ausbildung als Sportlehrer. Ich wusste nicht recht, wie ich das finanzieren konnte, hatte keine Ahnung, wie es danach weitergehen würde. Die Eltern waren damals eine grosse Hilfe. Und ein paar Leute, die mich gut kannten und mich darin bestärkten, dass dies für mich der richtige Weg sei. Und dann war da Hans Höhener, ein begnadeter Motivator, einer, der immer wieder Ideen hatte, wie ich mich sportlich weiterentwickeln könnte.