

**Zeitschrift:** Aarauer Neujahrsblätter  
**Herausgeber:** Ortsbürgergemeinde Aarau  
**Band:** 97 (2023)  
  
**Artikel:** Als Passeuse bin ich Spielmacherin  
**Autor:** Ammeter, Ella / Hess, Heidi  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1030234>

### **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:** 09.02.2026

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



# Als Passeuse bin ich Spielmacherin

Ella Ammeter, Sportschülerin Alte Kantonsschule Aarau  
Aufgezeichnet von Heidi Hess, Bild: Heidi Hess

Ich habe eigentlich immer Volleyball gespielt, mein ganzes Leben lang. Immer beim BTV Aarau, heute in der Nationalliga B. Als ich acht Jahre alt war, hatte mich eine Kollegin gefragt, ob ich sie ins Training begleite. Es packte mich von Anfang an. Zunächst wohl wegen der Leute. Mir gefiel aber auch, dass Volleyball eine sehr schnelle, explosive Sportart ist. Heute fasziniert mich vor allem das Taktieren: Als Passeuse bin ich Spielmacherin und entscheide, wer welchen Pass erhalten soll. Ich muss wissen, was auf der anderen Seite passiert. Wie stehen die Gegnerinnen? Wie verteile ich die Bälle, damit sie bei ihnen auf dem Boden landen? Das ist spannend!

Seit zwei Jahren besuche ich an der Alten Kantonsschule in Aarau die Sportkanti. Als ich in die Kantonsschule kam, erfüllten meine sportlichen Leistungen die Anforderungen für den Unterricht an der Sportkanti nicht. Deshalb besuchte ich zunächst den regulären Unterricht, absolvierte aber dennoch jeden Abend ein Training, fünf Einheiten in der Woche. Der zeitliche Aufwand für Schule und Sport war gross. Als ich schliesslich ein Aufgebot für ein nationales Fördergefäss von Swiss Volley erhielt, das in Aarau und in Zürich neu



geschaffen wurde, um den Spielerinnen den Anschluss an die Nationalliga A zu ermöglichen, wechselte ich an die Sportkanti. Im sogenannten Nationalen Nachwuchsverein (NNV) trainieren wir teilweise mitten am Tag. Seither komme ich auf acht Trainingseinheiten, 14 bis 16 Stunden wöchentlich. Vom Sportunterricht sind wir an der Sportkanti dispensiert, wegen der Belastung und auch wegen des Verletzungsrisikos.

Die Schule sorgt dafür, dass mir Zeit bleibt, meinen Sport auszuüben. Ich kann lernen, mache im Volleyball Fortschritte und habe auch Zeit für die Regeneration. Die Sportkanti stellt für jede Sportart einen Sportkoordinator zur Verfügung, eine Lehrperson oder jemanden aus der Schulleitung. Sowohl schulische als auch sportliche Leistungen werden besprochen. Allenfalls wird abgeklärt, ob Anpassungen nötig sind, weil die Leistungen in beiden Bereichen stimmen sollen.

Wir haben morgens zwei bis drei Stunden Schule, dann folgt ein Training von 9 bis 11.30 Uhr, meist Kraft, nachmittags erneut zwei bis drei Stunden Unterricht und danach ein Balltraining. Der Stundenplan ist für alle Sportlerinnen und Sportler gleich. Weil wir an der Sportkanti weniger Wochenlektionen haben – im Schnitt fünf Stunden am Tag – dauert die Ausbildung ein Jahr länger. Ich habe noch ein Jahr Schule vor mir. Ich konnte an Trainingslagern in Deutschland, Italien oder Kroatien teilnehmen und wurde deswegen vom Unterricht dispensiert. Verpasster Schulstoff muss aber aufgearbeitet werden.

Ich habe extrem Freude an diesem Sport. Schlimme Momente gibt es dennoch. Zum Beispiel, wenn Abläufe nicht so funktionieren, wie ich mir das vorstelle: Wenn im Training alles gelingt, im Wettkampf dann aber etwas schief läuft. Das macht keinen Spass. Funktioniert hingegen alles, dann mache ich, was ich am Allerliebsten mache. Ausserdem bin ich in einem Team, das mich in jeder Situation unterstützt.

Noch bin ich zu jung, aber ich würde eines Tages gerne in der Nationalliga A spielen. Das möchte ich auf jeden Fall erreichen. Im NNV werden die Spielerinnen auch fürs Nationalteam oder für eine Karriere im Ausland vorbereitet. In einem Team in Deutschland oder in Frankreich spielen, das würde mich reizen.