

Zeitschrift: Aarauer Neujahrsblätter

Herausgeber: Ortsbürgergemeinde Aarau

Band: 97 (2023)

Artikel: Auf dem Eis sind wir fast täglich

Autor: Tirinzoni, Silvana / Naegeli, Verena

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1030244>

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>



Auf dem Eis sind wir fast täglich

Silvana Tirinzoni, Skip im Team des Curlingclub Aarau (CCA)
und mehrfache Weltmeisterin
Aufgezeichnet von Verena Naegele, Bild: Steve Seixeiro

Schon als kleines Mädchen war ich fasziniert vom Curling, mein Vater war Schweizermeister der Senioren und nahm mich ab und zu mit ins Training. Als ich zehn Jahre alt war, schlug er mir vor, in Wallisellen bei einem Kinderkurs mitzumachen. Bis dahin hatte es noch gar keine Curlingsteine für Kinder gegeben. Natürlich ging ich hin und war begeistert, das Miteinander von Sport und strategischem Denken gefiel mir besonders. Deshalb habe ich mit Ausnahme der ersten zwei Jahre immer auf der Position als Skip gespielt.

Aufgewachsen bin ich in Oberglatt, in Bülach habe ich das Gymnasium besucht und in der Freizeit im nahen Wallisellen Curling gespielt. Mein Trainer realisierte schnell, dass ich ehrgeizig war und mehr wollte, weshalb er mich mit gleichgesinnten Mädchen zu einem Team zusammenbrachte. Mit 17 Jahren wurde ich erstmals Schweizermeisterin bei den Junioren und war ab da definitiv mit dem Curlingvirus infiziert.

Curling ist sehr komplex, es braucht den Geist, mentale Stärke und auch eine gute körperliche Verfassung. Deshalb gibt es für jede aus dem Team einen speziell auf sie zugeschnittenen Fitnessplan. Trainieren im Fitnesscenter mag ich nicht sonderlich, lieber bin ich auf dem Eis oder analysiere

Strategien anderer Teams. Auf dem Eis sind wir praktisch täglich, meist individuell, aber einmal pro Woche treffen wir uns in Aarau zum gemeinsamen Trainingstag.

Aarau ist für uns der ideale Standort, gut gelegen für alle meine Mitspielerinnen und mit einer schönen Curlinghalle ausgestattet. Als wir vor vierzehn Jahren anfragten, ob wir beim CCA als Team spielen könnten, wurden wir mit offenen Armen empfangen. Barbara Gurini, die 1983 mit ihrem Team die WM für Frauen gewonnen hatte, öffnete uns in Aarau die Türen. Wir haben diesen Schritt nie bereut. In Aarau erhalten wir genug Eiszeit für unsere Trainings und wir konnten mit unserem Erfolg aktiv etwas zur Juniorenförderung beitragen.

Zu meinen Aufgaben als Skip gehört die Trainingsplanung auf dem Eis. Steine, die immer wieder gespielt werden, muss man im Repertoire à jour halten, heikle oder seltene Varianten werden gezielt miteinander geübt. Auch Veränderungen der Eisbeschaffenheit zu erkennen und einzubeziehen gehört zu meinem Job. Theoretisch könnte der Eismeister verschiedene Eisqualitäten vorbereiten, aber das ist für die Clubs zu aufwändig und teuer.

In der Schweiz gibt es rund 45 Curlinghallen mit entsprechenden Einrichtungen, der Traum von uns Spitzenteams wäre es, wenn wir eine eigene Halle zur Verfügung hätten. Es existieren aber nur zwei Curlinghallen in Baden und Adelboden, in denen das ganze Jahr trainiert werden kann, die Aarauer Halle hat von April bis September geschlossen.

Die Herausforderungen während eines Spiels sind vielfältig. An Meisterschaften und Olympischen Spielen werden in der Round Robin jeweils zwei Spiele pro Tag à rund drei Stunden gespielt, mit Vor- und Nachbereitung ist das eine grosse Belastung für Körper und Geist. Für mich als Skip gilt es, jeden Stein zu analysieren, die sich ständig verändernde Eisbeschaffenheit ebenso miteinzubeziehen wie die Tagesform von jeder Spielerin; aus all dem entwickle ich dann die Taktik.

Das Jahr 2022 brachte Höhen und Tiefen. Zuerst war Olympia in Peking, wo wir alle Spiele der Vorrunde gewannen, dann aber Halbfinal und Final verloren. Viel Zeit zum Erholen blieb uns nicht, denn fünf Wochen später fand die WM in Kanada statt, und dazwischen mussten wir uns mit einem Sieg an den Schweizer Meisterschaften dafür qualifizieren. Dass wir an der WM dann alle 14 Spiele gewannen, war eine tolle, nicht zuletzt auch mentale Leistung.