

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

**Band:** 8 (2006)

**Heft:** 1

**Artikel:** Die Klinge mit dem Vater kreuzen

**Autor:** Lamon, Sophie

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-991733>

### 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:** 04.02.2026

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

# Die Klinge mit dem Vater kreuzen

**Sophie Lamon //** Wer hätte uns besser von den engen Banden zwischen Athlet und Trainer erzählen können als die junge Degenfechterin? Trotz ihres jugendlichen Alters – sie wird im Februar 21 – kennt sie sich in dieser Beziehung bestens aus. Auch wenn sie darüber kaum je so intensiv nachgedacht habe wie vor unserem Gespräch.

Véronique Keim

► Nachdem Sophie Lamon 12 Jahre lang von ihrem Vater im Sittener Fechtclub trainiert wurde, perfektioniert sie ihr Können nun seit mehr als einem Jahr in Paris unter den Fittichen von Fechtmeister Daniel Levavasseur, der als weltweit bester Trainer der Disziplin gilt. Von einer intensiven, im Alltag gelebten Beziehung hin zu einem professionelleren Rahmen hat Sophie die ganze Bandbreite von Sportler-Trainer-Beziehungen erprobt – und erlebt sie jeden Tag neu.

## Training in der Garage

Ab ihrem siebten Altersjahr lebte Sophie im Rhythmus der täglichen Trainings, die ihr Vater in Sitten organisierte. «Ich ‹teilte› ihn mit meinen Kameradinnen im Gruppentraining; für den mehr technischen und taktischen Einzelunterricht arbeitete ich allein mit ihm, aber auch mit anderen Trainern. In diesem Teil des Unterrichts war die Beziehungsqualität sehr wichtig, sowohl für die Motivation als auch fürs Weiterkommen.» Die Affinität zwischen dem Lehrer und seiner Schülerin hatte jedoch über den Fechtsaal hinaus Bestand: «Ich habe Ferienfotos aus Frankreich, auf denen man meinen Vater im Plastron (spezielle Weste, Anm. d.Verf.) parieren sieht; und ich stehe ihm im Badeanzug mit dem Degen gegenüber! Ich erinnere mich auch an technische Lektionen in der Garage des Chalets, im Winter, mit dampfendem Atem ... Aber eine Schinderei war das nicht, ganz im Gegenteil. Ich verlangte nach mehr. Dazu ist auch zu sagen, dass mein Vater als gewiefter Sportlehrer immer ein kleines, motivierendes Spiel bereit hielt, um uns bei Laune zu halten, meine Schwester, meinen Bruder und mich.» Für Sophie war die Präsenz des Trainer-Vaters im Alltag etwas Natürliches, eine ständige Begleitung, völlig normal und nie zwingend. Im Lauf der Jahre hat sich die Beziehung entwickelt, verfeinert. Aus der blossen Vermittlung von Fertigkeiten entstand ein Erfahrungsaustausch, bei dem die Kommunikation umso wichtiger wurde, je mehr Praxis

Sophie hatte. Gab es Regeln in der Beziehung zwischen dem Trainer und seiner Athletin? – «Sie waren implizit. Seine natürliche Autorität und seine Kompetenz führten dazu, dass ich seine Anweisungen problemlos akzeptierte. Ich brauche sowieso eine gewisse Strenge.»

## Nähe: ein Element des Erfolgs

«Der spezielle Charakter unserer Beziehung hat sich mir nach und nach erschlossen, als die ersten wichtigen Wettkämpfe anstanden. Die gefühlsmäßige Verwicklung wurde immer stärker. In diesem Zusammenhang wurde mir bewusst, dass bestimmte emotionale Reaktionen vom Vater und nicht vom Trainer ausgingen. Unmittelbar vor dem Wettkampf verstand er es, beruhigend, motivierend aufzutreten. Aber ich glaube, er hat unter seiner Doppelrolle während der Wettkämpfe ziemlich gelitten.» An dieser Ausgangslage ändert auch Pubertät und Adoleszenz nichts. Die wenigen Konflikte haben mit den üblichen Problemen zwischen einer Athletin und ihrem Trainer zu tun, um jugendliche Auflehnung gegen die väterliche Autorität geht es nie. Sophie hat mit ihrem explosiven Charakter nicht die Angewohnheit, ihre Emotionen zu unterdrücken: «In einer so intensiven Beziehung sind affektgeladene Reaktionen unvermeidlich. Aber die Konflikte dauerten nie lange an. Ab und zu eine kleine Explosion, eine Aussprache, und dann gings wieder an die Arbeit.» In der Nähe zwischen ihr und ihrem Vater sieht Sophie ausschließlich Vorteile. Eine vorübergehende Ermüdung, eine schlechte Schulnote oder eine Verstimmlung wurden sofort erkannt. Oder von Mutter Janine, dem «Familienbarometer», beim gemeinsam eingenommenen Essen am Familientisch thematisiert. Das Abendtraining war dann eine Spur leichter oder aber, je nach Befinden der jungen Athletin, anspruchsvoller. Dieses Feintuning wäre mit einem externen Trainer nicht möglich gewesen. Ein weiterer Vorteil, der ins Gewicht fällt: die Verfügbarkeit. Kein Trainer hätte so

viel Zeit und Energie in seine Athletin investieren können, Tag für Tag, sogar in den Ferien! Sophie spricht von «einer Beziehung ausserhalb der Norm, einem aussergewöhnlichen Verständnis füreinander, wie man es in der Familie erlebt. Ohne die extrem starke emotionale Bindung hätte ich diesen Weg nicht gewählt.»

Eine entscheidende Rolle spielt die Familie im Jahr 2000, als die fünfzehnjährige Sophie und ihre Mannschaft Olympia-Silber nach Hause bringen. Dank ihrem

**►Der ideale Trainer glaubt an das, was er tut, und an seine Athletin. Er ist passioniert, streng und engagiert. Die ideale Beziehung – sie beruht auf Vertrauen, Kommunikation und Übereinstimmung, was die Ziele betrifft und die Mittel, sie zu erreichen.◀◀**

Rückhalt hebt sie nicht ab. Ihr Vater warnt sie ohne Umschweife: Die Saison nach der Olympiade sei die schwierigste. Da müsse man noch härter arbeiten. «Nähe ist für mich in der Trainer-Athleten-Beziehung eine unerlässliche Bedingung. Ich kann mir keine rein professionelle Zusammenarbeit ohne starke Gefühle vorstellen. Für mich hatte meine Situation nur Vorteile. Für meinen Vater war es manchmal schwierig, gefühlsmässig klarzukommen, besonders bei den Wettkämpfen.»

### Der grosse Sprung

Aber weshalb haben sie ihr «winning team» aufgegeben? «Die Idee dazu entstand 2003. Mein Vater wollte die Verantwortung abgeben.» Aber nicht an irgendjemanden. Sondern an Daniel Levavasseur, den französischen Fechtmeister, dessen Unterricht er besucht hatte und der zu einem Freund der Familie geworden war. Der ehemalige Trainer von Laura Flessel, Olympiasiegerin von Atlanta, hatte Sophies Aufstieg schon seit 1998 verfolgt. Und die junge Degenfechterin konnte verschiedentlich an Stages unter seiner Leitung teilnehmen: «Nach der Matura hatte ich Lust, andere Luft zu schnuppern und aus meiner kleinen Walliser Welt herauszukommen. Die Gelegenheit, mit diesem Trainer zu arbeiten, liess ich mir natürlich nicht entgehen!» Das Umfeld in Paris ist ein völlig anderes: Sophie nimmt jeden Tag eine Stunde lang Unterricht beim Fechtmeister; daneben trainiert sie alleine oder mit Partnern, und zwar nach einem minutiös geplanten Schema ihres Trainers. «Die Beziehung ist natürlich weniger eng als mit meinem Vater, das ist ja auch normal. Ich weiss jetzt, was ein Trainer ist, ich meine jemand, der ausschliesslich diese Rolle innehat. Die Qualität unserer Beziehung ist aussergewöhnlich. Ich habe grosses Vertrauen in ihn, in seine technische, taktische und menschliche Kompetenz.» Und Vertrauen, das brauchte es, um nach 14 Jahren Fechten furchtlos eine bedeutende technische Änderung im Zusammen-



hang mit dem Griff zu akzeptieren. Ein Wendepunkt in ihrer Karriere, der sie weiterbringen wird.

### Eine Beziehung, die sich laufend verändert

Aber worin liegen die wichtigsten Änderungen gegenüber der Beziehung zum Trainer-Vater? – «Auf verschiedenen Ebenen. Was die Kommunikation betrifft, habe ich gelernt, meine Empfindungen und Gefühle stärker zu verbalisieren. Keine Selbstverständlichkeit! Als es beispielsweise wegen der Hüftschmerzen nicht so gut lief, musste er als Trainer mehrmals nachhaken, bis ich ihm meine Sorgen gestand.» Auf organisatorischer Ebene begann alles von vorne und musste ausdiskutiert werden. Das Jahresprogramm ist strukturiert, kann aber angepasst werden. Immer am Sonntagabend erhält die Fechterin ihren persönlichen Wochenplan mit den Details zu jeder Trainingseinheit. «So kann ich mich perfekt vorbereiten. Wenn ich in den Fechtsaal komme, weiß ich genau, was ich zu tun habe. Für mich ist das zwar Neuland, aber es passt mir vorzüglich.» Der Trainer gibt den groben Rahmen vor, die junge Athletin entscheidet jedoch mit. Dieser professionellere, emotional «distanziertere» und manchmal strengere Ansatz steht überhaupt nicht im Widerspruch zu dem, was sie während 12 Jahren mit ihrem Vater erlebt hat. Er stellt vielmehr die logische Folge in der Entwicklung der jungen Sportlerin dar. Die Beziehung entwickelt sich denn auch immer weiter. Nach einem Jahr intensiver Zu-

sammenarbeit ist sie bereits gewachsen. Die Umstände – Schulabsenz und Verletzung – boten Raum für gemeinsame aussersportliche Erfahrungen: «Die Reisen und Besichtigungen, die ich 2005 zusammen mit mei-

► Ich brauche einen guten emotionalen Draht, um weiterarbeiten zu können und weiterzukommen. ◀

nem Trainer erlebt habe, waren unvergessliche Erfahrungen. Ich brauche einen guten emotionalen Draht, um weiterarbeiten zu können und weiterzukommen; ich habe diese Dimension hier in einem anderen Massstab wieder gefunden und schätze sie Tag für Tag.»

Während unserer Diskussion kamen weder ihre Hüftoperation noch die Rekonvaleszenz zur Sprache. Für die kämpferische Sophie stellt dieser Zwischenfall nichts in Frage. Ihr Blick und derjenige ihres Trainers richten sich auf Peking 2008. Dann ist sie gerade mal 23 Jahre alt ... //

### Der Vater

### «Eine ziemlich heikle Situation»

► Wenn Ernest Lamon die Schwelle zum Fechtsaal überschritt, schlüpfte er jeweils in die Rolle des Trainers. Die Vater-Tochter-Beziehung verschob sich dann hin zu einer Beziehung zwischen Trainer und Athletin. Manchmal mit kleinen Interferenzen, lassen sich doch die beiden Rollen nicht völlig auseinander halten. «Das war eine ziemlich heikle Situation, auch wenn ich den Eindruck habe, dass wir gut damit umgegangen sind. Kommt hinzu, dass ich das Training oft ihrer Tagesform anpassen konnte, weil ich mit ihr den Alltag teile.» Die grösste Schwierigkeit lag auf der Gefühlsebene. «Manchmal gingen mir die Emotionen durch. Bestimmte Haltungen oder Reaktionen kamen dann eher vom Vater als vom Trainer. Ich war, glaube ich, anspruchsvoller ihr gegenüber als ihren Klubkameradinnen.» Während der Wettkämpfe konnte Ernest Lamon seine Nervosität kaum verbergen, was Sophie natürlich mitbekam ... Die tolle Familienerfahrung ist inzwischen einer anderen Konstellation gewichen. Ernest Lamon hat seine Verantwortung an denjenigen abgegeben, den er als seinen Meister betrachtet, Daniel Levavasseur. Damit Sophie die nächste Stufe erreicht, sobald sie sich erholt hat. Mit der geografischen Entfernung sind neue Beziehungen entstanden. Der ehemalige Trainer freut sich, wenn er seine Tochter auf der Fechtbank sieht und seine Rolle einfach als Zuschauer geniessen kann. //

### Palmares

Geboren am 8. Februar 1985 in Sitten.

Mehrfache Schweizer Meisterin.

Weltmeisterin in der Kategorie Jugend, 2000.

Silbermedaillengewinnerin mit dem Team an den Olympischen Spielen in Sydney, 2000.

Zweiter Platz am Weltcup in Havanna, 2003.

Zweifache Juniorenweltmeistern in Linz, 2005 (Einzel und im Team).

