

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

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

Band: 10 (2008)

Heft: 5

Artikel: "Der Blick auf das Andere öffnet immer neue Wege!"

Autor: Di Potenza, Francesco / Dozel, Raphael / Egger, Jean-Pierre

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991638>

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: 30.12.2025

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

«Der Blick auf das Andere öffnet immer neue Wege!»

Er selbst bezeichnet sich als Vollblutpraktiker der alten Garde. Jean-Pierre Egger, der Weltmeistermacher und Vollblutpädagoge, entwickelte sich über die Leitung der Trainerbildung hin zum Coach und renommierten Krafttrainer weltweit.

Interview: Francesco Di Potenza, Raphael Donzel, Foto: Daniel Käsermann

► **Jean-Pierre Egger, was hat Sie dazu bewogen, den Trainerlehrgang zu besuchen?** Jean-Pierre Egger: 1972, ich stand noch am Anfang meiner Karriere als Athlet, war ich bereits schon als Sportlehrer und teilweise als Trainer im Leichtathletik-Verband tätig. Damals schickte mich der heutige SVSS als Verband in diese Ausbildung und nicht etwa der Leichtathletik-Verband.

Genügte Ihnen die Tätigkeit als Sportlehrer nicht mehr? Es war schon immer meine Leidenschaft, im Sport tätig zu sein. Als Sportlehrer war ich aber eher breitensportorientiert. Für mich war der Trainerlehrgang also eine Weiterbildung im Leistungssport. Denn ich wusste bereits sehr früh, dass ich einmal im Spitzensport arbeiten wollte. Es war also eine ganz gute Ergänzung zu meinem damaligen Beruf.

Wurde Ihr Verhältnis zum Sport dadurch beeinflusst? Nein. Mein Verständnis von Sport war schon immer empirisch, praxisbezogen und ich habe hier meine Kenntnisse vertiefen können. Man darf nicht vergessen: Es war eine Pionierzeit. Man begann erst damals von Sportwissenschaften, von Sportmedizin, -psychologie oder Biomechanik zu sprechen. Es war also der Anfang einer Entwicklung, die heute noch weitergeht.

Ich habe in meiner Ausbildung eins zu eins mitbekommen, wie der Sport in die Wissenschaften integriert wurde. Sicher war das noch um einiges bescheidener als heute, wo die Möglichkeiten viel grösser sind. Doch es war eine spannende und äusserst belebende Angelegenheit.

Also ein Wegweiser für Ihr Berufsleben? Ich hatte nie das Gefühl, eine komplett neue Welt entdeckt zu haben. In der Ausbildung war der für mich wichtigste Punkt die Arbeit mit Trainern aus anderen

Sportarten. Bis dahin waren ja die Trainer nur innerhalb der einzelnen Verbände ausgebildet worden. Der Trainerlehrgang des NKES hat mir dann einen Weg geöffnet, neue Türen geöffnet.

Die Vielfalt in den Sportstudien und die Interdisziplinarität im Allgemeinen sind für mich unverzichtbare Faktoren geworden, die in eine Ausbildung auf einem gewissen Niveau gehören. Ich bin sicher, dass man dank dieser Seitenblicke, durch die Nutzung verschiedener Arbeitsweisen für ein einziges Ziel in der eigenen Disziplin einiges mehr erreichen kann. Das habe ich als Student so erlebt und erlebe es weiterhin so als Ausbildner und Trainer.

Sie sprechen von Bereicherung. Was genau bringt denn diese Interdisziplinarität einem Trainer? Sie bringt Visionen, neue Annäherungen an Themen, die in der eigenen Sportart vielleicht weniger ins Gewicht fallen. Weil man den Einblick in andere Denkweisen und Ansätze erhält. Es geht ja nicht nur darum, unterschiedliche Techniken einzubinden, also um Multidisziplinarität.

Erklären Sie das etwas näher ... Werden zum Beispiel die Biomechanik, die Psychologie oder andere Wissenschaften nur isoliert betrachtet und behandelt, braucht es viel mehr Arbeit, um am Schluss alle diese Disziplinen an einen für den Sport dienlichen Punkt zu bringen. Wenn ich beispielsweise an die Entwicklungen denke, die in den letzten Jahren im Bereich des Koordinationstrainings durch diese Interdisziplinarität stattfanden, dann ist das schlicht phänomenal.

Werden die einzelnen Wissenschaften also verbunden und auf ein ganz bestimmtes Ziel hin fokussiert, so erleichtert das schliesslich die Arbeit eines angehenden Trainers. Weil er dadurch eine ganzheitliche Sichtweise für seine spätere Tätigkeit erhält.

Sie haben die Trainerbildung einige Jahre nach Ihrer Ausbildung, auch von innen heraus als Leiter miterlebt (1994–1999). Was hat sich in der Zwischenzeit bewegt? Welchen Eindruck haben Sie von der Trainerbildung heute? Es geht weiter, so wie ich es von aussen sehe. Und es finden Weiterentwicklungen statt, die einem realen Bedürfnis entsprechen, ich denke dabei an das neue Angebot der Trainerberatung.

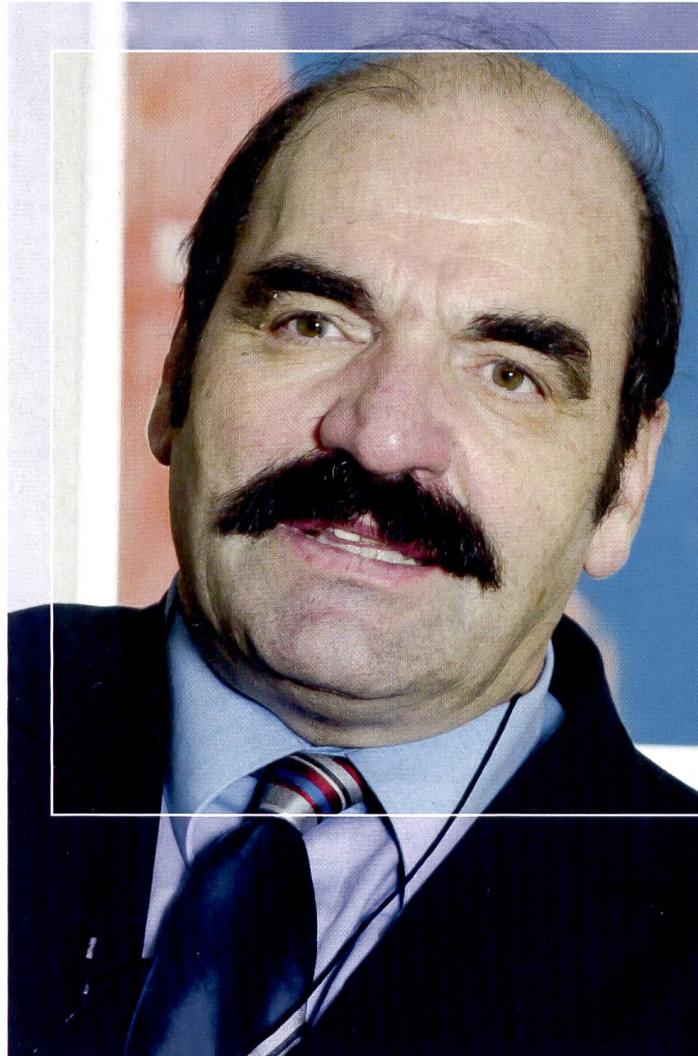
Rückblickend hat die Anerkennung des Trainerberufs durch das BBT sicher bewirkt, dass man heute wieder vermehrt disziplinär arbeiten muss. Das hat natürlich mit der Prüfung zu tun, die schliesslich zum Fachausweis oder zum Diplom führt. Ich bin mir bewusst, dass Prüfungen auf einem interdisziplinären System basieren, schwieriger zu gestalten sind. Doch es ist ein Projekt, das man meiner Meinung nach weiterverfolgen muss. Im Unterricht der Trainerausbildung selber wird aber die Idee der Interdisziplinarität meines Wissens weiterhin gepflegt und angewendet.

Wie sah das zu Ihren Zeiten aus? Die Prüfung, die wir damals auf einem Sieben-Schritt-Modell umzusetzen versuchten, bestand darin, über ein Jahr lang ein Team zu begleiten und alles zu protokollieren, vom Aufbau der Motivation, über Zielsetzungen bis hin zur Evaluation aufzuzeichnen und am Schluss des Lehrgangs als Arbeit abzugeben. Das zeigte mir klar, dass jemand verstanden hatte, worum es in seinem Beruf geht.

Also ganz nach dem Prinzip «Erleben-Erkennen-Benennen», von der Praxis zur Theorie ... Die Tendenz ist heute aber anders. Ich habe den Eindruck, dass man heute in fast allen Ausbildungen sehr wissenschaftlich agiert und dadurch das Praxisbezogene etwas in den Hintergrund gerät. Ich weiss von anderen Ländern, dass sie diesen Weg bereits beschritten haben und sich heute langsam wieder zur Praxis zurückbesinnen. Ich frage mich, ob wir diesen (Um)weg wirklich machen müssen. Die Theorie ist ja nur ein Aspekt, den es zu beherrschen gilt. Der wichtigere ist aus meiner Sicht jener der Praxis. Vor allem für einen Trainer. Wenn man beides gut verbinden kann, Theorie und Praxis, dann bin ich mit diesem Weg voll einverstanden. Auch wenn der Trainer ein «kleiner Forscher» sein muss, ist er vorwiegend ein Macher.

Sie sind dreimaliger Weltmeistermacher, sie trainierten Werner Günthör in seinen goldenen Zeiten. Sie waren und sind Krafttrainer verschiedener Top-Equipes und Athleten (Alinghi, GC, Simon Amman, Andreas Küttel, Equipe de France de Basketball etc.). Sie arbeiten aber auch mit Menschen zusammen, die nicht zu den Top-Acts gehören. Wie unterscheidet sich die Arbeit mit «normalen» Sportlern oder mit Führungskräften aus der Wirtschaft? Vom Engagement und der Freude ändert sich nichts. Ich arbeite als Trainer immer resultateorientiert. Wenn ich ein positives Feedback erhalte, dann bestätigt es mir, dass ich eine gute Arbeit geleistet habe. Ich unterscheide nicht. Mir geht es um das Engagement, entweder gebe ich mich hin, oder ich tue es nicht. Und da spielt es keine Rolle, ob ich einen Top-Athleten trainiere oder einen No-Name. Wenn ich einmal entscheide, etwas zu tun, dann tue ich das voll und ganz.

Sicher, mit einem Spitzensportler wie mit einem Werner Günthör damals ist man als Trainer besonders gefordert. Mit einer Disziplin wie Kugelstossen, die im Grunde «arm» an Variationen ist, muss man als Trainer immer wieder nach Neuem suchen, neue Reize setzen. Das wiederum führt zu einer vertieften Arbeit. Mit Werner musste ich mich mit Biomechanik, mit Ernährung, mit diesem und anderem befassen, damit er seine ausserordentlichen Leistungen abrufen konnte. Mit einem Top-Athleten kann ein Trainer sicher nicht von einem Basiswissen leben. Dieses wiederum reicht mir aber für eine gute Arbeit im Bereich eines Managerlehrgangs. Dort muss ich mich wiederum aber in ihre Materie einarbeiten, die nicht mit dem Sport direkt zu tun hat.



Eine letzte Frage: Was ist ein guter Trainer? Der gute Trainer hilft einem Menschen oder einem Team, Ziele zu erfüllen. Ich denke dabei an eine Definition, die ich einmal gelesen habe und für die ich sehr gerne verantwortlich gewesen wäre: «Der Trainer ist ein Begleiter von Individuen, der diese unterstützt, ihre beruflichen und privaten Ziele erreichen sowie ihre Träume erfüllen können. Und das so mühelos und schnell wie möglich. Punkt.»

► **Jean-Pierre Egger war als Leichtathlet spezialisiert auf das Kugelstossen und Diskuswerfen. Egger war zwischen 1971 und 1980 neun Mal Schweizer Meister im Kugelstossen sowie drei Mal im Diskuswerfen. Mit seiner Bestleistung von 20,25 Metern belegt er den 2. Rang in der ewigen Schweizer Bestenliste im Kugelstossen, seine Bestleistung im Diskuswerfen beträgt 57,42 Meter. Seit Beendigung seiner aktiven Karriere ist der Sportlehrer als Trainer tätig, spezialisiert auf das Krafttraining. Er leitete die Trainerbildung in Magglingen zwischen 1994 und 1999. Heute wirkt er noch in der Trainerausbildung und -beratung und leitet Kaderseminare in verschiedenen Unternehmen über Themen wie Motivation, Energiemanagement, Coaching und Teambuilding.**