

NEWS

Khedira am Knie operiert

Fussball - Sami Khedira ist am linken Knie operiert worden. Der deutsche Weltmeister unterzog sich in Augsburg einer Arthroskopie. Khedira (Real Madrid) hatte sich im letzten November das Kreuz- und Innenband des rechten Knies gerissen. Während der WM erlitt er eine Innenbandzerrung am linken Knie. (si)

RESULTATE

Basketball

WM der Männer in Spanien. Viertelfinals: Serbien - Brasilien 84:56 (37:32). - **Halbfinals:** USA - Litauen. Serbien - Spanien/Frankreich.

Fussball

Länderspiel: Brasilien - Ecuador 1:0 (1:0). - **Tor:** 31. Willian 1:0.

Chile - Haiti 1:0 (1:0). - **Tor:** 20. Delgado 1:0. - **Bemerkungen:** Chile bis 66. mit Diaz (Basel), Haiti mit Jaggy (Aarau).

Promotion League: Delémont - Zürich II 0:2.

Handball

Deutschland. Bundesliga. 9. Runde: Gummersbach - Rhein-Neckar Löwen (mit Andy Schmid 11/2) 27:32 (16:15). - **Ranglistenspitze:** 1. Rhein-Neckar Löwen 5/10. 2. Göppingen 4/7.

Rad

69. Spanien-Rundfahrt. 17. Etappe, Ortuero-La Coruña (190,7 km): 1. Degenkolb (De) 4:26:07. 2. Matthews (Au). 3. Cancellara (Sz). 4. Stuyven (Be). 5. Ferrari (It). 6. Fernandez (Sp). 7. Soupe (Fr). 8. Wyss (Sz). 9. Caruso (It). 10. Reynes (Sp). - **Ferner:** 27. Froome (Gb). 28. Valverde (Sp). 29. Aru (It). 34. Contador (Sp). 41. Rodriguez (Sp), alle gleiche Zeit. 135. Zaugg (Sz) 2:37 zurück. 136. Aregger (Sz). 137. Fumeaux (Sz), beide gleiche Zeit. 148. Lang (Sz) 6:13. - 170 Fahrer gestartet, 169 klassiert. - **Aufgegeben:** Kangert (Est). - **Nicht gestartet:** Uran (Kol), Zubeldia (Sp) und Knees (De).

Gesamtklassement: 1. Contador 67:51:07. 2. Valverde 1:36. 3. Froome 1:39. 4. Rodriguez 2:29. 5. Aru 3:38. 6. Martin (Irl) 6:17. 7. Gesink (Ho) 6:43. 8. Sanchez (Sp) 6:55. 9. Barguil (Fr) 8:37. 10. Caruso 9:10. - **Ferner:** 24. Zaugg 44:18. 42. Wyss 1:22:02. 102. Cancellara 2:41:53. 126. Aregger 2:58:51. 148. Fumeaux 3:27:06. 154. Lang 3:34:512.

Tennis

Québec (Ka). WTA-Turnier (250 000 Dollar/Halle). 1. Runde: Babos (Un/8) s. Romina Oprandi (Sz) 6:1, 3:6, 6:4. Venus Williams (USA/1) s. Françoise Abanda (Ka) 7:5, 6:3.

LOTTO

SCHWEIZER ZAHLENLOTTO

2, 19, 22, 26, 41, 42 Glückszahl: **4**
Replay-Zahl: **13** Jokerzahl: **176567**

GEWINNQUOTEN

LOTTO				
6 + Glückszahl	0	0.00		
6	0	0.00		
5 + Glückszahl	7	12 914.70		
5	29	1000.00		
4 + Glückszahl	343	159.30		
4	1653	82.50		
3 + Glückszahl	4 921	28.00		
3	27 537	10.00		
Im Jackpot Swiss Lotto		2,2 Mio.		

JOKER

6	0	0.00	3	138	100.00
5	2	10 000.00	2	1464	10.00
4	10	1000.00	Jackpot		1,92 Mio.

DEUTSCHES ZAHLENLOTTO

8, 23, 24, 32, 38, 45 Super 6: **184818**
Superzahl: **3** Spiel 77:**8237845**
Angaben ohne Gewähr / 10. 9. 2014

EUROMILLIONS

8 / 15 / 19 / 24 / 35 * 8 / 10
Super-Star: **V 4 7 9 B**

GEWINNQUOTEN

5 er + **	0	0.00
5 er + *	6 225 978.85	
5 er	14 47 358.85	
4 er + **	41	8085.65
4 er + *	835	347.40
4 er	1868	155.30
3 er + **	1644	126.05
3 er + *	36 886	24.70
2 er + **	23 058	41.35
2 er + *	80 856	18.95
1 er + **	115 505	23.30
2 er + *	516 528	14.10
2 er	1 141 827	6.55
Erstrang-Gewinnsumme		79 Mio.

Angaben ohne Gewähr / 10. 9. 2014

Alles spricht für die Schweiz



Selfie mit Federer: Der Andrang der Fans war schon zwei Tage vor dem ersten Davis-Cup-Ballwechsel riesig.

Freshfocus/Valeriano Di Domenico

TENNIS Der Schweiz winkt zum dritten Mal die Chance, sich für den Davis-Cup-Final zu qualifizieren. Im Halbfinal gegen Italien in Genf (ab Freitag) sind Federer und Co. die klaren Favoriten.

MELK VON FLÜE
melk.vonflue@luzernerzeitung.ch

Niederlagen können auch etwas Positives haben. Weil an den US Open sowohl Stan Wawrinka (Viertelfinal-Out gegen Kei Nishikori) als auch Roger Federer (Halbfinal-Out gegen Marin Cilic) vor dem Finalspiel vom Montag scheiterten, kann sich das Schweizer Davis-Cup-Team bereits seit Montagabend in Vollbesetzung auf den Halbfinal gegen Italien in Genf vorbereiten. Gestern beim öffentlichen Training in der Genfer Palexpo-Halle wirkten Roger Federer und Stan Wawrinka sehr locker. Die Zuversicht, dass die Schweiz zum ersten Mal seit 1992 wieder den Final des Davis-Cups erreicht, ist gross. «Wir haben ein super Team, spielen zu Hau-

se vor vollen Rängen und haben den Belag wählen können», zählt die Nummer 1 der Gastgeber, Roger Federer, die Vorteile auf.

Wahrlich: Wer mit der Weltnummer 3 (Federer) und der Weltnummer 4 (Wawrinka) antreten kann, braucht keinen Gegner zu fürchten. Und in der Palexpo-Halle wurde eine Tennis-Arena für 18 400 Zuschauer aufgebaut, die nach dem Arthur-Ashe-Stadion in New York (über 22 500 Plätze) die grösste Tennis-Arena der Welt ist. Alle drei Wettkampftage wird die Halle ausverkauft sein, Tickets gibt es keine mehr.

Nachfolger von Rosset und Hlasek?

Was die Ausgangslage und den Ort anbelangt, erinnert vieles an das Jahr 1992. Damals traf die Schweiz im Davis-Cup-Halbfinal auf Brasilien, ebenfalls favorisiert, ebenfalls in Genf. Die Stimmung in der Palexpo-Halle war grandios, die Schweiz - angeführt von Marc Rosset und Jakob Hlasek - gewann 5:0 und zog zum ersten Mal in der Geschichte in den Final ein. Dort unterlag man allerdings den USA mit 1:3, und die Schweiz wartet seither auf einen Final-einzug. Am nächsten kam man diesem Unterfangen 2003. Doch Roger Federer, Marc Rosset und Michel Kratochvil verloren in Australien mit 2:3.

Schaut man die Besetzung der vier Halbfinalisten an, müsste es 2014 eigentlich eine neue Siegnation im Davis-Cup geben. Mit Federer und Wawrinka verfügt die Schweiz über die besten Einzelspieler, vergleicht man sie auf dem Papier mit Italien (Davis-Cup-Sieger von 1976) und den beiden anderen Halbfinalisten Frankreich (zuletzt 2001 siegreich) und Tschechien (Gewinner der vergangenen beiden Jahre). Mit dem Tschechen Tomas Berdych ist nur noch ein weiterer aktueller Top-10-Spieler im Halbfinal vertreten.

Jetzt oder nie

Grösser als in diesem Jahr war die Chance auf den Davis-Cup-Sieg noch nie - und wird sie wohl kaum jemals wieder sein. Denn die Schweiz verfügt zurzeit über zwei absolute Weltklasse-Athleten. Und Roger Federer schenkt in diesem Jahr dem Davis-Cup seine volle Aufmerksamkeit - was in den letzten Jahren nicht immer der Fall war. Für einen Schweizer Sieg sind dies aber zwingende Voraussetzungen.

Dass eine Davis-Cup-Begegnung allerdings kein Selbstläufer ist, wenn man hoch favorisiert ist, mussten die Schweizer im Viertelfinal erleben. Gegen Kasachstan zog Stan Wawrinka zwei schwache Tage ein, war mental nicht

auf der Höhe (siehe Interview unten). Er unterlag im ersten Einzel gegen Andrei Golubew und war auch Ursprung der Schweizer Niederlage im Doppel (zusammen mit Federer). Die Schweiz lag so vor den letzten beiden Einzeln 1:2 im Hintertreffen. Eine Leistungssteigerung Wawrinkas und ein souveräner Sieg von Roger Federer am Schluss tag ermöglichen dann aber doch noch den dritten Halbfinal-Einzug in der Schweizer Davis-Cup-Geschichte.

Genf. Davis-Cup-Halbfinal Schweiz - Italien (Hart, Indoor). Programm: Freitag, 13.00: Einzel 1 und 2. - **Samstag, 13.00:** Doppel. - **Sonntag, 12.00:** Einzel 3 und 4. - Die Auslosung der Partien findet heute um 12 Uhr in Genf statt.

Schweiz: Roger Federer (ATP 3), Stan Wawrinka (ATP 4), Marco Chiudinelli (ATP 161), Michael Lammer (ATP 497). - **Team-Captain:** Severin Lüthi.

Italien: Fabio Fognini (ATP 17), Andreas Seppi (ATP 48), Simone Bolelli (ATP 76), Paolo Lorenzi (ATP 78). - **Team-Captain:** Corrado Barazzutti.

Letztes Davis-Cup-Direktduell (2009; auf Sand): Schweiz - Italien 3:2.

Tickets: Für die drei Spieltage sind jeweils alle 18 400 Tickets verkauft worden. Es gibt keine Tageskasse.

Fernsehen: SRF 2 überträgt alle Spiele live.

«Emotionskontrolle ist die grosse Herausforderung»

MENTALE ANFORDERUNGEN mvf. Im Davis-Cup-Viertelfinal gegen Kasachstan im April flatterten bei Stan Wawrinka die Nerven. Prompt verlor er sein erstes Einzel und an der Seite von Roger Federer auch das Doppel. Reto Faden*, Mentaltrainer und Coach aus Sempach, klärt auf, wie wichtig der mentale Aspekt auf dem Tennisplatz ist.

Reto Faden, spielt beim Tennis der mentale Bereich eine gewichtigere Rolle als in anderen Sportarten?

Reto Faden: Die mentalen Anforderungen an einen Tennisspieler sind sicher sehr hoch. In Sportarten wie Tennis oder Golf spielt die Feinmotorik eine wesentliche Rolle. Jeder Spitzensportler weiss, dass, wenn er seine Emotionen nicht im Griff hat, sich dies innert Kürze auf seine Gedanken, seine Handlungen und schlussendlich auch auf sein Spiel negativ auswirken kann. Die Emotionskontrolle ist daher eine der grossen Herausforderungen im Tennis.

Was macht Tennis denn mental so anspruchsvoll?

Faden: Als Tennisspieler stehst du meistens alleine auf dem Platz. Die Auswirkungen von Fehlern im Tennis fallen dementsprechend sicher viel höher ins Gewicht, wenn die Emotionen ausser

Kontrolle geraten, als zum Beispiel im Fussball. Im Fussball steht eine ganze Mannschaft auf dem Platz - und individuelle Fehler können allenfalls von Teamkollegen kompensiert werden.

Wenn aber der Tennisspieler nicht seinen idealen Leistungszustand findet, dann können kleine Unsicherheiten oder Störfaktoren den kleinen Unterschied ausmachen. Dann landet der Ball zwei bis drei Millimeter neben der Linie - und nicht auf der Linie.

Wie Sie erwähnt haben, sind Tennisspieler meistens Einzelkämpfer. Während des Davis-Cups sind sie aber Teil eines Teams, das heisst, eine Niederlage betrifft nicht nur sie. Schafft dies zusätzlichen Druck?

Faden: Erfahrene Spieler wie Roger Federer und Stan Wawrinka können mit solchen Situationen sicher besser umgehen als weniger erfahrene Spieler. Aber auch die Erfahrungen von Team-Captain und Trainer sind massgebend. Diese

müssen es verstehen, einerseits das Team, aber auch jeden einzelnen Athleten individuell zu coachen. Sowohl die Rollen in einem Team müssen geklärt sein als auch die Ziele. Daraus entscheiden sich dann in der Umsetzung die Massnahmen in Form von Taktik, Interventionen und Coaching.



«Die ganze Ambiance mit dem fanatischen Publikum kann auch Druck auslösen.»

RETO FADEN, MENTALTRAINER UND COACH

Kann das Team auf der anderen Seite auch beflügelnd wirken?

Faden: Dass im Teamsport eine regelrechte Teamdynamik entstehen kann, wird auch vielen Zuschauern in Mannschaftssportarten immer wieder klar aufgezeigt. Denn die Leistung eines Teams sollte schlussendlich grösser sein als die Leistung jedes einzelnen Athleten zusammengenommen. Durch das Ausnutzen einer optimalen Teamdynamik kann das Team durchaus zusätzlich Leistung freimachen.

Spielt das fanatische Publikum im Davis-Cup auch eine grosse Rolle?

Faden: Es ist bekannt, dass in Schweizer Davis-Cup-Begegnungen der Lärmpegel sehr hoch ist und das Publikum voll mitgeht. Roger Federer hat sich am diesjährigen US Open so geäussert: «Das Publikum hat mich heute zum Sieg geführt!» Das zeigt doch, welchen Einfluss das Publikum bei einem Sportler haben kann.

Stan Wawrinka schien im Viertelfinal gegen Kasachstan aber eher gehemmt zu sein.

Faden: Es gibt immer zwei Seiten. So kann die ganze Ambiance mit dem fanatischen Publikum auch Druck auslösen. Der Spieler möchte es besonders gut machen und könnte sich verkrampfen. Im Mentaltraining geht es genau darum, solche Situationen zu antizipieren, zu trainieren und mittels spezieller Techniken seine Emotionen, Gedanken und Handlungen zu kontrollieren und zu steuern. Wer im Training übt, mit Herausforderungen und Störungen mental stark umzugehen, erhöht die Chance, dass es auch im Wettkampf gelingt.

*Reto Faden (47) ist Mentaltrainer und Coach (Mitglied der Swiss Association of Sport Psychology) im Spitzensport aus Sempach. Er arbeitet regelmässig mit Athleten und Teams aus verschiedenen Nationalmannschaften, um sie für Weltmeisterschaften oder Olympische Spiele fit zu machen.