



# Zürich West

Quartierzeitung für Albisrieden, Altstetten,  
Grünau, Wiedikon, Giesshübel,  
Triemli, Heuried, Industrie und Aussersihl

«Zürich West». Ihre Quartierzeitung.  
Jetzt auf allen Kanälen.

lokalinfo.ch/app



Erscheint 1-mal wöchentlich, am Donnerstag Herausgeber: Lokalinfo AG, Buckhauserstrasse 11, 8048 Zürich Verlag Tel. 044 913 53 33, Fax 044 910 87 72 www.lokalinfo.ch

## In fünf Monaten vom Anfänger zum Schweizer Meister

Robin Hood, der Grossvater, ein Schulsportlager, ein Polterabend und Kurt Nünlist: Das sind die Stationen auf dem Weg des Wiediker Schreinermeisters Tobias Volkart zum begeisterten Bogenschützen und Goldmedaillengewinner.

Lisa Maire

Vor wenigen Wochen hat er an den Schweizer Meisterschaften im Indoor-Bogenschiessen eine Goldmedaille der Kategorie Bowhunter geholt. Nun sitzt Tobias Volkart am grossen Tisch in seiner Schreinerei an der Freilagerstrasse und erzählt frohgemut, wie es kam, dass ihn das Pfeilbogenvirus gepackt hat. Angefangen hat alles mit den üblichen «Bubengeschichten»: Indianer, Winnetou und vor allem Robin Hood, der unerschrockene Kämpfer für die Armen und Schwachen. «Robin Hood war das erste Buch, das ich gelesen habe», schmunzelt der 34-Jährige. Zu seinen Erinnerungen an die Kindheit in Altstetten gehört auch der Flitzebogen, den ihm sein Grossvater aus einem Haselstecken bastelte, und ein Bogenschieskurs im Schulsportlager.

### Erst im Verein ging der Knopf auf

Über Jahre hatte Volkart danach nichts mehr mit Bogenschiessen am Hut. Dafür betrieb er ziemlich intensiv Mountainbiking, fuhr zum Downhillen regelmässig ins Bündnerland. Bis es ihn dann vor ein paar Jahren plötzlich wieder packte: Für den Polterabend eines Freundes organisierte er einen Besuch der Highlandgames in Fehraltorf, wo unter anderem mit Pfeil und Bogen gewetteifert wurde. Doch seine Pfeile landeten überall, nur nicht in der Mitte der Scheibe. Das habe ihn «total genervt», erzählt er. «Ich wollte das einfach können!»

Kurzentschlossen baute er sich deshalb zum Üben selber einen Pfeilbogen – einen leichten Langbogen aus Haselnussholz. Doch mit dem Schiessen wollte es immer noch nicht so recht klappen. Jetzt musste einfach Expertenrat her! «So bin ich schliesslich beim erfolgreichsten Schweizer Bogensportverein gelandet», sagt Volkart mit einem verschmitzten Lächeln. Hier, im Bogensportzentrum an der Sieberstrasse, ging ihm dann der Knopf sehr schnell auf: Im vergange-



Findet auch in seiner Schreinerei Platz zum Üben: Bowhunter-Schweizer-Meister Tobias Volkart.

Foto: mai.

nen Herbst besuchte er einen Anfängerkurs, im Januar trat er dem Verein bei, Ende März hatte er bereits einen Schweizer-Meister-Titel in der Tasche.

Die Goldmedaille holte er sich mit einem Bowhunter, den er über den Winter in der Werkstatt bis ins kleinste Detail nachgebaut hatte – jeweils abends, nachdem seine kleine Tochter zu Bett gebracht war. Beim Bowhunter handelt es sich um einen Recurve-Bogen, mit dem vor Urzeiten schon Dschingis Khan vom Pferd aus seinen Widersachern zusetzte. Volkarts Bogen hat einen recht schweren Mittelteil aus Holz und zwei zurückgebogene Wurfarme aus Carbon. «Je fortschrittlicher der Bogen, desto mehr Fehler werden verziehen», erklärt er. Trotzdem hält er das Material eigentlich für weniger wichtig als die richtige Technik beim komplexen Schussablauf. So habe er – zum Erstaunen seines Instructors – auch mit seinem «primitiven», selbst gebauten Langbogen gute Resultate geschossen.

Seine Technik auf die richtige Bahn gelenkt hat der Gründer des Bogensportzentrums, Kurt Nünlist, selbst zweifacher Weltrekordhalter in der Kategorie Langbogen, 20-facher

Schweizer Rekordhalter und 41-facher Schweizer Meister. Volkart gerät ins Schwärmen, wenn er von seinem Lehrer und dessen Ausbildungsverständnis spricht. «Kurt gibt alles, was er weiss, an seine Schülerinnen und Schüler weiter.» Er behalte – in der Sportwelt sehr aussergewöhnlich – die Geheimnisse des eigenen Erfolgs nicht für sich. Die Schüler besser machen als den Lehrer selbst, heisse kurz und bündig sein Ziel. Und er habe ein riesiges Talent, «alle mit seiner Freude am Bogensport nachhaltig zu infizieren».

### Alles rund herum vergessen

Und worin besteht nun das Geheimnis des erfolgreichen Bogenschiessens? «Immer wieder alles möglichst gleich zu machen wie bei der ersten erfolgreichen Schussabgabe», hat Volkart gelernt. Genau dieses Wiederholende, Rituelle findet er übrigens auch das Lässige am Bogenschiessen. Das sei doch ein wunderbarer Ausgleich zu einem Arbeitsalltag, in dem man stets innovativ sein müsse und immer wieder mit neuen Problemstellungen konfrontiert sei.

Auch wenn ihm seine Körpergrösse respektive Armlänge vielleicht ei-

nen gewissen Vorteil beim Ausziehen der Bogensehne bringe – Kraft brauche dieser Sport eigentlich nicht, meint der Schütze. Dafür aber sicher die Fähigkeit, eine gewisse innere Ruhe herzustellen. «Man darf nur noch an den Schussablauf denken, alles rundherum muss man vergessen.» Kein leichtes Unterfangen bei Wettkämpfen. «Ich war unglaublich nervös an den Schweizer Meisterschaften», bestätigt Volkart. Obwohl er die Aufregung dann doch irgendwie in den Griff bekam, überlegt sich der frischgebackene Schweizer Meister nun, im Klub ein spezielles mentales Training zu absolvieren, um Wettkämpfe künftig entspannter anzugehen.

Seine rasante Karriere scheint dem Bogenschützen selbst etwas unheimlich. «Ich hatte einfach Glück, dass ich alles so umsetzen konnte, wie ich es gelernt hatte», meint er bescheiden. Wie gehts weiter? Nach den Indoor- sind jetzt bald die Outdoor-Schweizer-Meisterschaften dran. Statt wie bisher auf 18 Meter, heisst es dort auf 30 Meter Distanz 72 Mal möglichst ins Gold zu treffen. Danach möchte er aber auch auf dem Langbogen und mit dem «3D-Bogen-

schiessen» – einer Art Jagdsimulation im Wald – Erfahrungen sammeln, bevor er sich auf einen Stil festlegt.

### Familienkompatibler Sport

Spas und Ehrgeiz hin oder her: Besonders zeitintensiv gestaltet sich der Bogensport für Volkart nicht. Wie bisher will er weiter ein- bis zweimal in der Woche zum Training gehen. Das Bogenschiessen sei jedenfalls familienkompatibler als das Mountainbiken, das er nur noch selten betreibt, meint der bald zweifache Vater. Sicher werde er aber auch zwischendurch öfters mal in der Werkstatt übungshalber zu Pfeil und Bogen greifen. Sagts, richtet die beiden Kartonzielscheiben an der Wand gerade, hängt Pfeilköcher und Bogen an ein extra hierfür gezimmeretes Tischchen («Wozu bin ich denn Schreiner?»), zieht sich einen Lederärmel über (zum Schutz vor Verletzungen durch die zurückschnellende Bogensehne), legt den Pfeil in die Kerbe am Bogen, zieht die Sehne weit nach hinten, konzentriert sich – und paff, ein trockener Knall – schon steckt der mit Gänsefeder bestückte Pfeil in der kleinen schwarzen Mitte.

www.bogensportzentrum.ch

### Interesse an Diakonie Bethanien

Am Sonntag öffnete die Diakonie Bethanien in Altstetten ihre Türen für die Besucher. Der Andrang war gross. In den Gängen des neuen Hauptsitzes mit den unterschiedlichsten Angeboten stauten sich die Interessierten. Seite 3

### Ein Fussball- und Familienfest

Auf der Sportanlage Letzi in Albisrieden findet am Auffahrtswochenende vom 25. bis 28. Mai das Fussball-, Familien- und Quartier-Fest des BC Albisrieden statt, wobei nicht nur der Rasen, sondern auch ein Festzelt lockt. Seite 5

### Vor 50 Jahren im Hardturm

In der fast 80-jährigen Geschichte des Hardturmstadions gab es immer wieder grosse Spiele. Eines der legendärsten ist das EM-Qualifikationsspiel Schweiz-Rumänien am 24. Mai 1967. Robert Schönbächler war vor 50 Jahren dabei. Seite 7