

Der ultimative Kick

Früher gern als Pausenhof-Sport belächelt – ist Footbag heute ein international vernetzter Trend-Sport mit eigenen Stars

Text: Steffen Schmid

Stoppt man beim Freestylen den Footbag für einen Moment, spricht man vom Stall oder Delay. Hier ein so genannter Clipper-Stall bzw. Delay

Circle

Die wohl am häufigsten gespielte Form auf Schulhöfen, Festivals oder in Parks: Mindestens zwei Spieler halten den Ball mit allen Körperteilen (außer den Händen) so lange wie möglich in der Luft. Circle ist keine Disziplin bei Weltmeisterschaften. Der weltgrößte Circle bestand übrigens aus 946 Spielern.

Bereits vor 4000 Jahren waren die Menschen vom Spiel mit dem Ball fasziniert: So versuchte man in Asien einen kleinen Ball mit Beinen, Schultern oder Kopf in der Luft möglichst kunstvoll zu jonglieren. Aber auch beim Volk

der Mayas waren diese Ballspiele sehr beliebt. Manchen Experten zufolge soll das Spiel mit dem Ball allerdings äußerst blutig verlaufen sein – so wurde etwa die Verlierer-Mannschaft der höchsten Gottheit geopfert.

Die beiden Amerikaner Mike Marshall und John Stalberger haben sich 1972 auf die Wurzeln dieses Ballspiels besonnen und für ihren Zeitvertreib eine neues Spiel entwickelt. Sie nannten es „Hack the Sack“ (Kurzform: „HackySack“), heute als „Footbag“ bekannt. Ein Sport, bei dem ein kleines mit Granulat oder Sand gefülltes Stoffsäckchen alleine oder in der Gruppe mit

Footbag-Netz

Mit einem möglichst harten Footbag wird auf einem Badminton-Feld über ein Netz gespielt. Footbag-Kicks sind nur unterhalb des Knies erlaubt. Es gibt Doppel und Einzel: Beim Doppel dürfen die Spieler den Ball höchstens dreimal berühren, bis sie ihn wieder ins gegnerische Feld kicken. Beim Einzel sind nur zwei Berührungen erlaubt.

Beinen und Füßen gespielt wird. Laut Definition der IFPA (International Footbag Players' Association) muss der Ball einen Durchmesser von circa 2,5 bis 6,3 Zentimeter haben und aus einigen Teilen (etwa Leder, Leinen oder Kunststoff) zusammengenäht sein. Dabei lässt sich die Füllung des Footbag an die jeweilige Disziplin anpassen, dessen Gewicht dann

zwischen zwanzig und siebenzig Gramm variiert. Für das Spiel am Netz nimmt man gerne ein pralles Säckchen, beim Freestyle hingegen einen weniger strammen Ball. In den zurückliegenden Jahren hat sich Footbag von einer Randerscheinung zu einer ernstzunehmenden Sportart entwickelt. >>

Von wegen Schwerkraft – der amtierende deutsche Freestyle-Meister Yves Kreil in Action

Körperbeherrschung und perfektes Timing sind bei der Disziplin Footbag-Netz gefragt

Ein Klassiker – der gehäkelte Footbag. Ob gekauft, von Omi oder selbst gehäkelte – dieser Bag ist ein echter Allrounder



Ein Meister am Footbag:
Jakob Wagner gewann
2008 den WM-Titel in Prag

»So hat sich im Zuge der ersten großen Europameisterschaft 1999 in Berlin eine professionelle Footbag-Szene auch in Europa etabliert. Kontinuierlich werden neue Vereine gegründet und jährlich stattfindende nationale und internationale Turniere ausgetragen.

Die wichtigsten Wettbewerbe in Europa sind

neben der Europameisterschaft, die German Footbag Open, der Todexon und die French Footbag Open. Und bereits seit 1984 gibt es die jährlichen IFPA-Weltmeisterschaften, bei denen sich die besten Spieler in mehreren Disziplinen messen.

Apropos: Footbags zum Üben gibt's unter www.planetfootbag.com. ■

Consecutive

Hier versucht man alleine oder zu zweit den Footbag ohne Zeitlimit in der Luft zu halten und dabei möglichst oft zu berühren. Der Weltrekord liegt hier bei sagenhaften 63326 Berührungen. Consecutive ist keine offizielle Disziplin bei den Weltmeisterschaften.

Freestyle

Hier ist alles erlaubt, um möglichst spektakuläre Kunststücke auszuführen. Nach jedem Trick fangen die Spieler den Footbag mit einem Körperteil auf – auch Stall oder Delay genannt. Bei Weltmeisterschaften wird eine Choreografie zu einem Musikstück inszeniert.

Steckbrief

Name: Tina Aeberli

Alter: 19

Wohnort: Zürich, Wollishofen

Footbag-Club: Sole Rebels

Lieblingstrick: Whirlingswirl

Größte Erfolge (Auswahl):

„Routine“: Weltmeisterin

(2006-2008), Gewinnerin Todexon-Event, (2006-2009),

„Circle“: Weltmeisterin (2008)

Bei heute gibt es niemanden in der Footbag-Szene, der Tina Aeberli das Wasser reichen kann. In den wichtigsten Turnieren weltweit ist sie seit Jahren unbesiegt. Sie sind die weltbeste Footbag-Spielerin. Wann mischen Sie die Männerwelt auf?

● Footbag erfordert neben Koordination, Schnelligkeit und Geschicklichkeit auch viel Kraft. Männer können daher in der Regel schwierigere Tricks ausführen als Frauen. Die Kategorie „Open“ ist zwar in erster Linie für Männer-Profis gedacht, aber es können auch Frauen teilnehmen. Auf kleineren „Open“-Turnieren war ich auch schon erfolgreich. Bei offiziellen Meisterschaften will ich aber auch künftig nur bei den Frauen mitspielen.

Was ist Ihre Lieblings-Disziplin?

● Nach wie vor „Routine“, obwohl mir „Circle“ auch sehr gut gefällt. „Routine“ ist eine Freestyle-Disziplin bei Weltmeisterschaften, die Technik und Artistik kombiniert. Man muss eine zweiminütige Kür zu Musik vorführen, wobei die Jury nicht nur die Schwierigkeit der Tricks bewertet, sondern auch die gezeigte Choreografie zur Musik.

Wie darf man sich Ihr Training vorstellen?

● Zwei Mal die Woche mit meinem Club und dann mit Freunden oder alleine an coolen Plätzen. Beim gemeinsamen Spiel kann man viel lernen, da auch nicht jeder Spieler die gleichen Tricks beherrscht – von denen es etwa 30 000 gibt. Und bis ein Freestyle-Trick wirklich sitzt, muss man monatelang üben, üben, üben ...

Was zeichnet Ihrer Meinung nach die Footbag-Szene aus?

● Footbag-Spieler sind alle sehr aufgeschlossen und nehmen das Leben leicht. Bei Turnieren sind unzählige Länder und Kulturen vertreten und es herrscht eine fast familiäre Atmosphäre – da man die gleiche Leidenschaft teilt.

Footbag als olympische Disziplin – wäre das nicht großartig?

● Das wäre natürlich genial. Es gibt ja auch ein ausgefeiltes Regelwerk und Organisationen wie die IDPA (International Footbag Player's Association), die auf dieses Ziel hinarbeiten. Footbag ist eine relativ junge Sportart, hat aber enormes Potenzial, da sie viele sportliche Fähigkeiten erfordert.



Die weltbeste Footbag-Spielerin Tina Aeberli im Freestyle-Rausch