

## Neue Zürcher Zeitung

---

### **Samuel Giger triumphiert am Unspunnen-Schwinget und versöhnt sich mit Grossanlässen – er hat aus Enttäuschungen die richtigen Schlüsse gezogen**

Der 25-jährige Thurgauer gewinnt in Interlaken seinen zweiten eidgenössischen Anlass. Mittlerweile ordnet Giger alles dem Sport unter – das war nicht immer so. Neu setzt er auch auf Impulse aus dem Handball.

Christof Krapf

27.08.2023, 20.01 Uhr ⌚ 5 min



Samuel Giger ruft das riesige Potenzial nun auch dann ab, wenn er unter grossem Druck steht.

Peter Schneider / Keystone

Eine Laufbahn als Spitzenschwinger ist eine Gratwanderung zwischen Leistungssport und Tradition. Wie viel Sponsoring, Reduktion des Arbeitspensums und professionelles Training liegen drin, um die Traditionalisten nicht zu vergraulen? Bis Samuel Giger diese Frage für sich

beantwortet hat, erlebte er einige Enttäuschungen, weil er Stolpersteine im Weg hatte.

Gigers sportliche Qualitäten waren immer unbestritten, er fiel schon als Teenager als Ausnahmetalent auf. 2016 erreichte er am Eidgenössischen Schwingfest in Estavayer-le-Lac im Alter von 18 Jahren den zweiten Rang. In Gigers Körper steckte also schon immer ein Spitzensportler, er ist der kompletteste Schwinger der Gegenwart. Und der 25-jährige Thurgauer ist nach wie vor ein Traditionalist: Zuerst etwas leisten, danach an Geld denken, laute seine Devise. So erzählte er es im vergangenen Jahr der NZZ.

Giger wehrte sich lange gegen Sponsoren, verzichtete auf Einnahmen in der Höhe von mehreren hunderttausend Franken. Er meldete sich nicht für die Spitzensport-RS, sondern rückte in der Armee mit Hinz und Kunz bei den Motorfahrern ein. Er arbeitete zunächst als Zimmermann, dann als Lastwagenchauffeur. Es dauerte lange, bis Giger sich dazu durchgerungen hatte, nur noch 80 Prozent zu arbeiten. Die Konkurrenz war bei der Professionalisierung voraus.



**srf sport**  
194K Follower

[Profil ansehen](#)



[Mehr auf Instagram ansehen](#)

---

Gefällt 5.772 Mal

srfsport

Giger mit Machtdemonstration gegen Staudenmann im Anschwingen 🏹

👉 Weitere 1. Gänge der Favoriten siehst du in der Galerie.

📺 Auf SRF zwei kannst du den weiteren Verlauf des Unspunnen-Schwinget am ganzen Sonntag

## Unterschrieben wie Roger Federer

Giger war in den letzten Jahren vor jedem grossen Fest der meistgenannte Favorit. Doch insbesondere an den Eidgenössischen 2019 und 2022 enttäuschte er, als er früh aus der Entscheidung fiel. Für den Co-Festsieg am Kilchberger 2021 benötigte er Wettkampfglück, um in den Schlussgang vorzustossen. Kritische Stimmen waren sich einig: Giger mangelt es an mentaler Stärke.

Diese Zweifel dürften in Zukunft kaum mehr aufkommen. Denn Giger triumphierte am Sonntag am Unspunnen-Schwinget auf eindrucksvolle Weise. Dieses Schwingfest findet nur alle sechs Jahre statt; es gehört neben dem Eidgenössischen und dem Kilchberger zu den prestigeträchtigen «Anlässen mit eidgenössischem Charakter».

Giger trat auf der Höhenmatte in Interlaken mit einer Überzeugung an, die man bei ihm früher vor allem an grossen Schwingfesten vermisst hatte. Vor jedem Gang marschierte er zum Brunnen und klatschte sich kaltes Wasser ins Gesicht; Giger wirkte fokussiert, das Selbstvertrauen unerschütterlich, die Körpersprache angriffig. Und so trat er auch im Ring auf. Im Anschwingen bodigte er den Mitfavoriten Fabian Staudenmann mühelos nach kurzer Gangdauer. Staudenmann hat in dieser Saison sieben Kranzfeste gewonnen, ein Spitzenwert; die davor letzte Niederlage des Berners hatte vom 23. Juli 2022 datiert.

Bei aller Konzentration und Überzeugung gelang es Giger aber auch, unbeschwert in die Kämpfe zu gehen. Immer wieder umspielte ein Lächeln seine Lippen, nach gewonnenen Duellen jubelte er ausgelassener als sonst. Im fünften Kampf sicherte er sich mit dem Sieg gegen Steven Moser die Teilnahme am Schlussgang. Anschliessend unterschrieb Giger in Roger-Federer-Manier auf der Linse einer TV-Kamera. Solche Spässchen hatte man von ihm noch nie gesehen.

## «Schwingprofi werden? Sag niemals nie»

Giger gelang in Interlaken das perfekte Fest. Er triumphierte mit sechs Siegen – im Schlussgang hatte auch der junge Berner Adrian Walther keine Chance. Ein makelloser Unspunnen-Sieg, das schafften nicht einmal die Granden Christian Stucki (Sieger 2017) und Jörg Abderhalden (1999). Giger sagte, sein Plan sei aufgegangen. Ein Vielredner war er noch nie.

Giger hat diese Dominanz erreicht, weil er nach der neuerlichen Enttäuschung am Eidgenössischen von 2022 die Realität richtig erfasste. Er hat begriffen, dass aus dem Schwingen Spitzensport geworden ist. Dass ein hohes Arbeitspensum zwar die Traditionalisten freut, aber dass man damit keine grossen Feste gewinnt. Und dass das Training eines Spitzenschwingers höchsten Ansprüchen genügen muss: Diese leben heute wie Profis, setzen auf Athletik- und Mentaltraining sowie auf Ernährungsberater.

Giger hat Schlüsse gezogen und einschneidende Veränderungen vorgenommen. Er ordnet jetzt dem Sport alles unter, von Sponsoren lässt er sich schon länger unterstützen. Er arbeitet mittlerweile mit einem 40-Prozent-Pensum. Er habe das Gefühl gehabt, er müsse noch mehr optimieren. Und dem «St. Galler

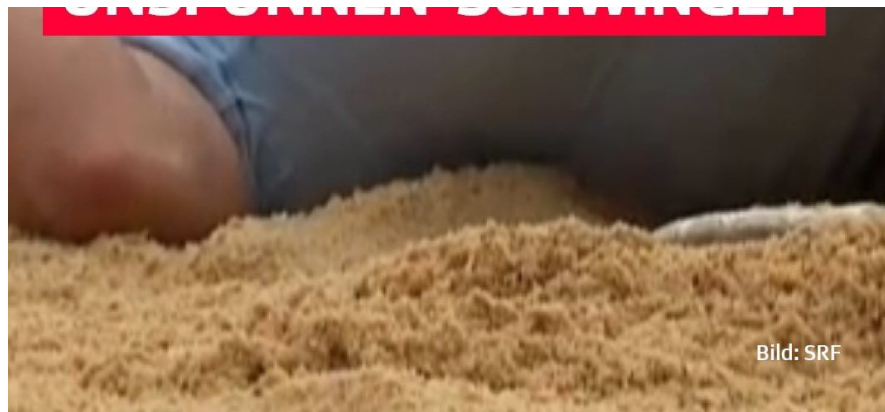
Tagblatt» sagte er den bemerkenswerten Satz: «Schwingprofi werden? Sag niemals nie.»



**srf**sport  
Original-Audio

[Profil ansehen](#)





[Mehr auf Instagram ansehen](#)

Gefällt 5.578 Mal

srfsport

So krönt sich Giger zum Unspunnen-Sieger 🏆

CH Samuel Giger (NOSV) gewinnt den Schlussgang und damit auch das Unspunnen-Schwinget 2023. Im letzten Gang des Tages bezwingt er Adrian Walther (BKSV) nach 81 Sekunden.

CH Im Video siehst du die Entscheidung des Unspunnen-Schlussgangs.

## Wer soll Giger in Zukunft stoppen?

Giger hat nicht nur das Arbeitspensum, sondern auch das Training verändert. Er setzt seit dieser Saison auf zwei Handballer, seine Schwester spielte früher für den Schweizer Serienmeister LC Brühl. Für das Athletiktraining bei Giger ist nun

Goran Cvetkovic zuständig, der Cheftrainer von Pfadi Winterthur. Für das Mentale ist Adrian Brüngger verantwortlich, der Vorgänger von Cvetkovic als Pfadi-Coach. Brüngger arbeitet mit zahlreichen Spitzensportlern, auch mit dem Zehnkämpfer und Weitspringer Simon Ehammer.

Brüngger hilft Giger, Blockaden zu lösen, den Fokus zu finden, Nervosität und Druck abzubauen. Am Unspunnen-Schwinget sagte Giger: «Ich war körperlich schon am letzten Eidgenössischen topfit. Doch dieses Jahr fühle ich mich wohler. Ich habe mental einen Schritt vorwärts gemacht.»

Gigers Auftritt am Unspunnen-Schwinget beweist, dass er unterdessen sein riesiges Potenzial auch dann abrufen kann, wenn er unter grossem Druck steht. Die Veränderungen hat er zum richtigen Zeitpunkt initiiert, mit 25 Jahren ist er im besten Schwingeralter. Und in den kommenden Jahren stehen einige Höhepunkte an: 2024 das Jubiläums-Schwingfest des Eidgenössischen Schwingerverbandes (ESV) in Appenzell, 2025 das Eidgenössische in Mollis, in Gigers Nordostschweizer Teilverband.

Giger wird in Mollis wohl die Chance haben, König zu werden und als dritter Schwinger nach Abderhalden und Stucki den Grand Slam in dieser Sportart zu komplettieren, bestehend aus Königstitel und Siegen am Kilchberger und am

## Unspunnen. Nach dem Auftritt in Interlaken werden sich die Schwingerfreunde auch vor den kommenden Grossanlässen fragen: Wer soll ihn stoppen, diesen Samuel Giger?

---

**Unspunnen-Schwinget** (120 Teilnehmer / 16 000 Zuschauer). Schlussgang: Samuel Giger (Ottoberg) bezwingt Adrian Walther (Habstetten) in der 2. Minute mit Kurz und Kniekehlegriff. - Rangliste: 1. Giger 59,00. 2. Pirmin Reichmuth (Steinen) 58,25. 3. Fabian Staudenmann (Guggisberg) 57,75. 4. Walther 57,25. 5. Armon Orlik (Maienfeld) und Steven Moser (Rechthalten) je 57,00. 6. Bernhard Kämpf (Sigriswil), Domenic Schneider (Frittschen), Benjamin Gapany (Hauteville), Erich Fankhauser (Hasle, LU) und Andreas Döbeli (Sarmenstorf) je 56,75. 7. Kilian von Weissenfluh (Hasliberg Hohfluh), Marc Lustenberger (Hasle, LU), Matthias Aeschbacher (Rüegsauschachen) und Werner Schlegel (Hemberg) je 56,50. - Ferner 14. u. a. Kilian Wenger (Horboden) 54,50.



## Passend zum Artikel



Vor dem Unspunnen-Schwinget stehen die Kampfrichter massiv in der Kritik – wie gehen sie damit um?

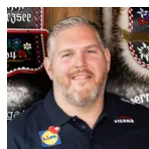
26.08.2023 ⌚ 6 min



## NZZ magazin



Das Drama um die Schwingkränze ist abgewendet



Er wollte nicht mehr «bittibätti» machen, deshalb ist Christian Stucki nun Hausmann – am Sonntag bestreitet er sein letztes Schwingfest

09.06.2023 ⌚ 8 min



---

**Mehr von Christof Krapf (krp) >**



ERKLÄRT

## Welcher Fussballstar spielt eigentlich wo in Saudiarabien? Und wie viel Geld geben die Klubs im Vergleich mit Europa aus?

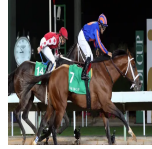
15.08.2023 ⌚ 3 min



## Der Norseman ist einer der härtesten Triathlons der Welt – Flora Colledge gewinnt ihn, weil sie locker geworden ist

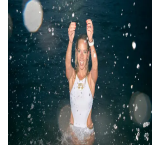
14.08.2023 ⌚ 5 min





## Ein Dopingskandal erschüttert den US-Pferdesport: Ein prominenter Trainer muss für vier Jahre hinter Gitter

11.08.2023 ⌚ 4 min



## Diese Schwimmerin fürchtet sich vor kaltem Wasser – und überquert trotzdem den Ärmelkanal

04.08.2023 ⌚ 5 min



## Jonas Raess peilt einen fast 40 Jahre alten Schweizer Rekord an – sein erster Trainer wurde noch ausgelacht

28.07.2023 ⌚ 5 min



---

**Mehr zum Thema Schwingen >**



**Schnupftabak statt Millionengrab – die Schwinger wenden den Super-GAU gerade noch ab**

20.03.2023 ⌚ 5 min





## Eine Schlammschlacht zwischen Toggenburg und Appenzellerland – wie man eine OK-Präsidentin für ein Schwingfest wählt

27.01.2023 ⌚ 5 min



## Kriegs-Z-Affäre am Schwingfest in Pratteln hat Folgen: Deshalb wird der Verein Russkij von den Basler Schulen verbannt

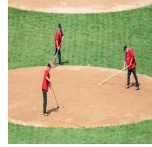
08.09.2022



## Aus der Welt des Königs, der eigentlich ein Chrapfner ist – und die Leute zu Tränen rührt

01.09.2022





KOMMENTAR

## Das Schwingen braucht den Videobeweis nicht – dafür aber eine Reform für wichtige Schlussgänge

30.08.2022



## Joel Wicki ist total abgehoben – auf eine gute Art

28.08.2022



---

Für Sie empfohlen >





KOMMENTAR

## Die Affäre Aiwanger wird zur Affäre der «Süddeutschen Zeitung»

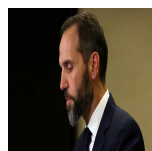
28.08.2023 ⌚ 3 min



## Wo steckt «Super Mario»? Der im Wallis gelandete Fussballstar Balotelli steht für ein absurdes Theater

28.08.2023 ⌚ 6 min





## Unparteiisch und unerschrocken oder ein «Geistesgestörter»? – Trumps Ankläger Jack Smith bestreitet ein Rennen gegen die Zeit

28.08.2023 ⌚ 4 min



DIE NEUESTEN ENTWICKLUNGEN

## Migrationskrise in Europa: Vier Tote beim Untergang eines Bootes vor Lesbos

Aktualisiert vor 1 Stunde



BILDSTRECKE

## «I have a dream»: Vor 60 Jahren hielt Martin Luther King von der Treppe des Lincoln Memorial eine der berühmtesten Reden der Geschichte

28.08.2023 ⌚ 5 min



## Jackson Hole: Die grossen Zentralbanken geben den Märkten keine Richtung vor

27.08.2023 ⌚ 3 min







KOMMENTAR

## Lehren aus der CS-Krise: Der Schweiz wäre nicht gedient, wenn die UBS zu einer politisierten Staatsbank würde

28.08.2023 ⌚ 6 min



## «Du wirst auf dem Rathausplatz gehängt werden»: In Frankreich nehmen die Aggressionen gegen Bürgermeister zu

28.08.2023 ⌚ 5 min



Copyright © Neue Zürcher Zeitung AG. Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von Neue Zürcher Zeitung ist nicht gestattet.