

Joëlle Baumgartner - Sportheldin Armbrust 2025

Verdienter Titel für die Rümlanger Armbrustschützin

Alles begann vor 18 Jahren, als die in Mitholz/BE aufgewachsene Joëlle Baumgartner von ihrem Grossvater motiviert wurde, einen Armbrust-Nachwuchskurs bei den Armbrustschützen in Frutigen/BE zu besuchen. Damals entdeckte die heute 31-jährige Zürcherin ihre Liebe zum Armbrustsport. Mittlerweile hat sich die Rümlanger Armbrustschützin durch ihre unzähligen Erfolge national und international einen Namen gemacht und gehört zu den Aushängeschildern des Armbrustsports.

Markus Roth

Für das Jahr 2025, in dem die Fussball-Europameisterschaft der Frauen in der Schweiz stattfindet, hat sich die Stiftung «Idée Sport» etwas Besonderes einfallen lassen und will mit dem Projekt «Sportheldinnen» auf den Mädchen- und Frauensport in der Schweiz aufmerksam machen.

«Da mache ich mit!»



Durch einen Vereinskollegen auf das Projekt aufmerksam gemacht, musste Joëlle Baumgartner nicht lange überlegen. «Die Idee hinter dem Projekt fand ich gut und wollte diese aktiv unterstützen. Also bin ich dem Aufruf von Idée Sport gefolgt und habe ich mich gemeldet.», erklärt die sympathische Sportlerin.

Ihr Interesse und Ihre Bereitschaft, als Botschafterin für den Armbrustsport aufzutreten, wurde von den Projektverantwortlichen mit Handkuss angenommen und es war schnell klar, dass der Rümlanger Armbrustschützin der Titel «Sportheldin Armbrust» zugesprochen werden wird.

Ein besonderer Titel

Beim Titel «Sportheldin Armbrust» ging es für einmal nicht darum, möglichst viele Pfeile ins Scheibenzentrum schnellen zu lassen. Die Erbringung von Höchstleistungen an einem bestimmten Wettkampf stand für einmal nicht im Vordergrund.

Der Titel «Sportheldin Armbrust» bedeutet Joëlle aber dennoch sehr viel und macht sie stolz. «Auch wenn es kein Titel ist, den man in einem Wettkampf gewinnen kann und auch wirklich jede Sportlerin und jeder Sportler eine Sportheldin bzw. ein Sportheld ist, bin ich stolz darauf und betrachte es als grosse Ehre, als Vorbild gesehen zu werden.» erklärt Joëlle und führt weiter aus: «Es ist wichtig, junge Menschen für den Sport begeistern zu können und die Jugend ist wichtig für jede Sportart. Wenn es gelingt, durch das Sportheldinnen-Projekt auch nur ein paar zusätzlichen Jugendlichen die eine oder andere Sportart - vielleicht sogar die Faszination des Armbrustschliessens - näher zu bringen und sie dafür zu begeistern, haben wir das Ziel erreicht!».



Ein Teil des Projektes «Sportheldinnen» ist auch die Herausgabe eines Sammelheftes mit Stickern der ausgewählten Sportheldinnen. Das Sammelheft richtet sich an Kinder zwischen sechs und zwölf Jahren und spornt die Kinder an, die Sticker zu sammeln, zu tauschen und sich auch über die verschiedenen Sportarten zu unterhalten. «Dies war auch einer meiner Gründe, warum ich an diesem Projekt teilnehmen wollte. Kids für einen Sport zu begeistern, liegt mir sehr am Herzen!» erklärt die engagierte Armbrustschützin.



Der Umstand, dass der Titel «Sportheldin Armbrust» an keine weiteren Verpflichtungen geknüpft ist, war ebenfalls ausschlaggebend für die junge Sportlerin: «Mein Trainings- und Wettkampfschema für meinen Armbrust- und Gewehr-Sport lässt es leider nicht zu, dass ich mich auf viele Verpflichtungen, die meine persönliche Anwesenheit erfordert hätten, hätte einlassen können.»

Eine tolle Erfahrung

«Die Gespräche mit dem Projekt-Team und die Begegnungen mit den anderen Sportlerinnen waren eine echte Bereicherung und eine tolle Erfahrung!», erzählt die Sportheldin Joëlle. Besonders gut in Erinnerung ist ihr der Drehtag in Olten geblieben, an dem der Image-Film «Sportheldin Armbrust» gedreht wurde.



«Das Ganze wurde sehr professionell aufgezogen und ich habe mich dabei sehr wohl gefühlt. Spannend war auch, dass ich die Gelegenheit nutzen konnte, einen Einblick in die Film-Aufnahmen anderer Sportarten, wie Hornussen und Judo zu erhaschen. Das hat mich wirklich beeindruckt!», weiss Joëlle zu berichten und die bescheidene Armbrustschützin erzählt auch von ihrem persönlichen Highlight an diesem Tag: «Dass ich dann noch zwei Autogramme an dort anwesende Judo-Sportheldinnen geben durfte, war eine besondere Erfahrung, die mich mit Stolz und Dankbarkeit erfüllt hat.»



Faszination Sportschiessen

Was vor 18 Jahren begann ist noch immer ihre grosse Leidenschaft. Zufällig mit dem Schiesssport in Berührung gekommen, ist Joëlle vom sportlichen Schiessen nach wie vor fasziniert: «Was mir besonders daran gefällt ist das unbeschreibliche Gefühl bei der Schussauslösung, die unbedingte Konzentration und das Zusammenspiel zwischen Körper und Geist.»



Erfolg ist kein Zufall und Talent allein - und dies ist Joëlle offensichtlich gegeben - genügt nicht! Neben den Wettkämpfen investiert Joëlle viel Zeit für mentale und schiess technische Trainingseinheiten und hält sich auch mit Fitness- und Krafttrainings körperlich fit. Während der Schiess-Saison ist jede einzelne Woche vollgepackt mit Aktivitäten rund um den Schiesssport. Von Montag bis Freitag stehen mindestens drei schiess technische Trainingseinheiten auf dem Programm und die Wochenenden sind in der Regel durch Armbrust- und/oder Gewehr-Wettkämpfe ausgebucht. Konzentriert und fokussiert geht Joëlle ihren Weg und wurde durch beeindruckende Erfolge auf nationaler und internationaler Bühne dafür belohnt.

«All dies könnte ich aber nicht tun, wenn ich nicht auf die tolle Unterstützung aus meinem Umfeld zählen dürfte. Man lässt mir den Freiraum und die Zeit, die ich für den Schiesssport brauche. Dafür bin ich dankbar!», erklärt Joëlle und ergänzt: «Und es freut mich jedes mal ungemein, wenn an einem Wettkampf mitgefiebert wird und ich diese Unterstützung spüren darf. Das motiviert und gibt Kraft.»



Frauen im Sport

Generell empfindet Joëlle die Stellung der Frau im Sport als gut und meint dazu: «Natürlich gibt es noch massive Unterschiede in der Akzeptanz und der Anerkennung in den verschiedenen Sportarten. Immerhin konnten in den letzten Jahren teilweise - wie zum Beispiel im Frauen-Fussball - leichte Verbesserungen festgestellt werden. Aber noch ist - wenn ich z.B. im Speziellen an das Skispringen denke - nicht alles im grünen Bereich. Aber wir arbeiten daran!»



Im Schiesssport sieht Joëlle die Frauen nicht im Nachteil. Im Gegenteil! «Im Schiesssport haben die Frauen durch ihre Leistungen ein besonderes Standing und sie laufen den Männern regelmässig den Rang ab!» erklärt Joëlle mit einem verschmitzten Lächeln im Gesicht und ergänzt: «Ohne die Frauen wäre der Schweizer Schiesssport nicht dort, wo er heute steht. Man denke aktuell bloss an die Olympia-Siegerin Chiara Leone, die in Paris im 50m-Gewehrwettbewerb die einzige Olympia-Goldmedaille für die Schweiz gewinnen konnte, oder an die Olympia-Bronzemedailien-Gewinnerin und 10m-Gewehrschützin Audrey Gogniat!».



«Die Geschlechter-Trennung bei den 30m-Armbrustschützen ist etwas speziell.» erklärt Joëlle und erläutert weiter. «An nationalen Wettkämpfen als auch bei Weltcup-Wettbewerben wird in der Open-Class, also Frauen und Männer in derselben Kategorie, um Medaillen gekämpft. An Europa- und Weltmeisterschaften werden die Wettbewerbe dann aber jeweils in einer Männer- und in einer Frauen-Kategorie ausgetragen.» Auf die Frage, warum dies so ist, wusste die amtierende Weltmeisterin keine Antwort und meinte etwas verschmitzt: «Allenfalls will man denn Männern auch eine Chance geben, sich einen Europa- oder Weltmeistertitel zu sichern.».

Ein grosses Ziel

Das letzte Eidgenössische Armbrustschützenfest fand 2022 in Neuwil/TG statt. Im Schützenkönig-Ausstich, dem wohl höchsten Schweizer Titelwettkampf überhaupt, musste sich Joëlle lediglich dem Schützenkönig Simon Beyeler (Schwarzenburg/BE) beugen und durfte sich als Vize-Schützenkönigin feiern lassen.





«Für uns Armbrustschützen ist die Teilnahme am Eidgenössische Armbrustschützenfest absolute Pflicht und das absolute Highlight!», erklärt Joëlle und auf die Frage, ob sie sich ein besonderes Ziel für das nächste und im kommenden Jahr in Weesen/SG durchgeführte Eidgenössische Armbrustschützenfest gesetzt habe, lächelt sie zurückhaltend und meint: «Der Titel Schützenkönigin am Eidgenössischen Armbrustschützenfest fehlt mir noch in meinem Palmarès.»



Link-Tipps

- Idée-Sport - Sportheldinnen: <https://www.ideesport.ch/sportheldinnen>
- Sportheldinnen – Mädchen bewegen die Schweiz: <https://www.sportheldinnen.ch>

Palmarès Joëlle Baumgartner (kleiner Auszug)



Erfolge 2023 (kleiner Auszug):

Weltcup Armbrust 30m:

- Final; Strasbourg Bronze
- Gesamtwertung Silber

Schweizermeisterschaft Armbrust:

- A10m / stehend Gold
- A30m / 2-Stellung Gold

Swiss-Trophy Armbrust 30m:

- Gesamtwertung Silber

Erfolge 2024 (kleiner Auszug):

Weltcup Armbrust 30m:

- Final; Strasbourg Gold

Schweizermeisterschaft Armbrust:

- A10m / stehend Gold

Swiss-Trophy Armbrust 30m:

- Gesamtwertung Gold

Inhaberin der Weltrekorde:

Armbrust 30m (A30m) / Frauen und Männer:

- ✓ Stehend: 292 Wil/SG 05.08.2023
- ✓ Kniend: 297 Strasbourg 06.10.2023
- ✓ 2-Stellung: 586 Wil/SG 05.08.2023

