

# GC AMICITIA ZÜRICH

## VERLÄNGERUNGEN

UNSERE LEISTUNGSTRÄGER  
LUIQJ QUNI UND MARTIN  
POPOVSKI VERLÄNGERN IHRE  
VERTRÄGE

## MATTIA MECENERO

U17 NACHWUCHSHOFFNUNG  
IM INTERVIEW

## TEAMARZT ANDREAS PLATZ

MIT SWISSCROSS IM IRAK

## PETR HRACHOVEC

IM INTERVIEW

## GC LEGENDS

WALTER "WÄDI" MÜLLER



## Liebe Fans

Mit grosser Freude und nicht wenig Stolz präsentieren wir Euch kurz vor den Playoffs unser allererstes GC Ami Magazin. Dieses Projekt, das über lange Zeit geplant und mit viel Herzblut vorangetrieben wurde, liegt uns besonders am Herzen. Es markiert nicht nur den Abschluss eines umfangreichen Planungsprozesses, sondern auch den Beginn einer neuen Ära der Kommunikation und Gemeinschaft innerhalb unseres Clubs.

Wir sind uns bewusst, dass dieses Magazin noch nicht perfekt ist. Doch gerade in seinen Unvollkommenheiten spiegelt sich der Geist unseres Teams wider: stets lernbereit, offen für Neues und bereit, sich Herausforderungen zu stellen. Es ist ein Anfang, auf dem wir aufbauen möchten, und wir laden jeden Einzelnen von Euch ein, Teil dieses Prozesses zu sein. Ob als Fan, Spieler, Trainer, Partner oder einfach als Mitglied unserer GC Community – Eure Beiträge, Ideen und Feedbacks sind nicht nur willkommen, sondern essenziell für kommende Ausgaben.

Wir streben danach, jede neue Ausgabe des Saisonhefts informativer, unterhaltsamer und inklusiver zu gestalten. In diesem Sinne laden wir Euch herzlich ein, Euch aktiv an der Gestaltung zukünftiger Ausgaben zu beteiligen. Lasst uns gemeinsam diese Plattform nutzen, um unsere Erlebnisse zu teilen, uns gegenseitig zu inspirieren und zu motivieren.

Abschliessend möchten wir uns bei allen bedanken, die zur Fertigstellung dieser Ausgabe beigetragen haben. Wir wünschen Euch viel Freude beim Lesen und freuen uns auf die kommenden Playoffs voller Herausforderungen, Erfolge und unvergesslicher Emotionen.

Sportliche Grüsse  
GC Amicitia Zürich



# 23

## ICH HABE MEINEN PLATZ GEFUNDEN! CAPTAIN LUIGJ QUNI VERLÄNGERT BIS 2027!

**GC Amicitia Zürich und sein Captain Luigj Quni verlängern den Vertrag um drei Jahre bis zum Ende der Saison 2026/27.**

Er ist einer dieser Spieler, die man lieber in der eigenen Mannschaft als beim Gegner sehen möchte: Luigj Quni. Der 27-jährige Kreisläufer und Captain der Hoppers verlängert seinen Vertrag um drei weitere Saisons bis 2027.

Der 38-fache kosovarische Nationalspieler stiess als 17-jähriger vom TV Thalwil zu GC Amicitia, für den bisher in 164 OHL-Spielen 327 Tore erzielte. Nach einem zweijährigen Abstecher zu Pfadi Winterthur und ØIF Arendal (Norwegen), kehrte er 2020 zu den Hoppers zurück, die er im Mai 2022 als Captain zum Cupsieg führte.

Luigj Quni zu seiner Vertragsverlängerung: «Ich liebe es, jeden Tag mit den Jungs in der Saalsporthalle zu trainieren, uns zu verbessern und akribisch auf einen Titel mit GC Amicitia hinzuarbeiten. Ich habe meinen Platz gefunden und die Entscheidung zu verlängern fiel mir sehr leicht, nicht zuletzt auch deshalb, weil ich im Verein als Spieler und Captain eine grosse Wertschätzung verspüre.»

Sportchef Gabor Vass: «Luigj Quni liebt und lebt den Handball mit jeder Faser seines Körpers. Er ist ein absoluter Mentalitätsspieler und gibt der Mannschaft auf und neben dem Platz ungemein viel Energie. Wir sind sehr froh, unseren Captain auch in den kommenden Jahren bei uns in der Mannschaft zu haben.»



GEI  
GER  
architektur



## Ihr Spezialist für Events, Medientechnik und Kommunikationslösungen



Bern | Basel | St. Gallen |  
Lausanne | Zürich  
[www.kilchenmann.ch](http://www.kilchenmann.ch)

Kilchenmann ist schweizweit der führende Partner und Systemintegrator wenn es um professionelle Audio- und Videotechnik für Ihr Unternehmen geht. Setzen Sie auf unser langjähriges Know-how.

**Kilchenmann**

## Hand in Handball

# Pink Ribbon Schweiz x GC Amicitia Zürich

Am 13. Dezember wurde in einer bemerkenswerten Sportveranstaltung nicht nur der Kampfgeist, sondern auch die Solidarität grossgeschrieben. Im Rahmen der **Pink Ribbon Night** trafen die Teams von GC Amicitia Zürich und Kadetten Schaffhausen in einem spannungsgeladenen Handballspiel aufeinander.

Die Begegnung war geprägt von Dynamik und einem hart umkämpften Spielgeschehen, das die Zuschauer bis zur letzten Sekunde in Atem hielt. Höhepunkt und entscheidender Moment war der "Last Second Treffer" durch #7 Ante Kaleb, der GC Amicitia Zürich mit einem knappen, aber wichtigen Sieg von 25:24 gegen Kadetten Schaffhausen zum Erfolg führte.

Neben der sportlichen Leidenschaft war dieser Abend jedoch auch eine Demonstration von Gemeinschaft und Unterstützung für einen wichtigen sozialen Zweck. Gemeinsam mit **Pink Ribbon Schweiz** sammelten wir Spenden für wichtige Brustkrebs Awareness-Projekte, denn Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen.

Durch verschiedene Initiativen kam ein beeindruckender Betrag von CHF 12'000.- zusammen, der nun wichtigen Projekten im Kampf gegen Brustkrebs zugutekommt.

Unser Dank gilt **Pink Ribbon Schweiz**, den Spielern, den Organisatoren, den ehrenamtlichen Helfern, den Sponsoren und natürlich den Fans, die mit ihrer Anwesenheit und ihrer Unterstützung die Atmosphäre zu etwas ganz Besonderem gemacht haben.

Wir freuen uns bereits darauf, euch alle bei der nächsten Ausgabe der **Pink Ribbon Night** in der Saison 24/25 wiederzusehen!





# LEBEN NEBEN DEM HANDBALL

## WAS EIN MANNSCHAFTSARZT NEBEN DER BETREUUNG VON LEISTUNGSSPORTLERN SONST SO MACHT

Täglich lesen wir von kriegerischen Auseinandersetzungen an vielen Orten auf unserem Globus. Meist sind es kurze Nachrichten, die wenn überhaupt schnell überflogen und vergessen werden. Das unendliche Leid bei diesen Auseinandersetzungen bleibt unerwähnt. Schon vor Jahren habe ich mich als Unfallchirurg an verschiedenen Orten (Sudan, Aethiopien) für Opfer dieser Konflikte engagiert. Damals war ich mit dem IKRK (Internationales Komitee des Roten Kreuz) unterwegs, heute bin ich bei Swisscross und kümmere mich mit einem Team um kurdische Flüchtlinge in Erbil (Irak). Erbil ist eine der ältesten Städte der Erde mit einer der grössten Zitadelle (Ringbefestigung) und ist die Hauptstadt der Provinz Kurdistan im Norden des Irak. Rund um Erbil finden sich grosse Flüchtlingslager, in denen es kaum medizinische Versorgung gibt.



Andreas Platz, Im Hintergrund die ringförmige Befestigung (Zitadelle) in Erbil

**Swisscross ist eine Non-profit Organisation gegründet in der Schweiz, die überparteilich (unpolitisch) Opfer von bewaffneten Konflikten behandelt.**

Mit vom Team sind, neben mir als Unfallchirurg, auch zwei Wiederherstellungschirurgen, ein Narkosearzt und eine OP-Instrumentierfachperson. Das Team ist regelmässig in Erbil und behandelt Opfer der verschiedenen Flüchtlingslager.

Das Spektrum der Probleme ist vielfältig: Folgen von Verbrennungen mit sog. Kontrakturen (Bewegungseinschränkungen durch ausgeprägte Vernarbung) bis hin zu Folgen von Minen- und Schussverletzungen sind die häufigsten Verletzungsmuster, die wir antreffen und behandeln.

Meistens sehen wir Wunden, die entzündet sind, u.a. wegen schlechter oder ausgebliebener Erstbehandlung. Wir versuchen Leiden zu lindern, indem wir Extremitäten rekonstruieren und versuchen Funktionen wieder herzustellen, was dazu führt, dass der Alltag wieder besser bewältigt werden kann. Als Beispiel sei hier die Rekonstruktion eines Vorderarmes bei einer jungen Frau gezeigt, die durch eine Granatsplitterverletzung einen Teil des Ellenknochens verloren hatte und ihr Arm im Alltag nur noch in vermindertem Umfang einsetzen konnte. Durch die Rekonstruktion u.a. mit eigenem Knochen und Fixation mit einer Platte konnte sie den funktionslosen Arm wieder gebrauchen.



Gute Funktion nach der Rekonstruktion:





Prof. Dr. med. Andreas Platz  
Senior Consultant, Schulthess Klinik  
Mannschaftsarzt GC Amicitia Zürich



Ahmed und Andy bei einer der zahlreichen Operationen

Diese Operationen allein wären nicht nachhaltig genug und bedeuten nur einen Tropfen auf den heißen Stein. Aus diesem Grund bilden wir auch lokale Ärzte aus, damit sie, auch wenn wir nicht vor Ort sind, komplexere Eingriffe mit guten Resultaten und Qualität durchführen können. Mit Ahmed, einem fertigen Facharzt für Orthopädie mit fehlender Erfahrung in Unfallchirurgie, kann ich einen geschickten, lernbegierigen und extrem freundlichen Kollegen ausbilden. Ich assistiere ihm die meisten Operationen und wir besprechen, wie in bestimmten Fällen die Behandlung aussehen könnte. Wir tauschen uns in der Zwischenzeit regelmässig aus.

Ein Einsatz dauert in der Regel 10 – 14 Tage, dabei wird von 9 Uhr bis meistens bis spät abends operiert. Neben dieser harten, aber befriedigenden Arbeit bleibt aber auch Zeit, um sich mit den einheimischen Mitarbeitern auszutauschen, so gehört ein Abschiedsessen mit irakischen Köstlichkeiten dazu.

Irakische Köstlichkeiten beim Abschiedsessen:



## JEDE SPENDE ZÄHLT!



**Text und Bilder: Andreas Platz**



# PETR HRACHOVEC

«Es gibt vieles, was mich stolz macht»

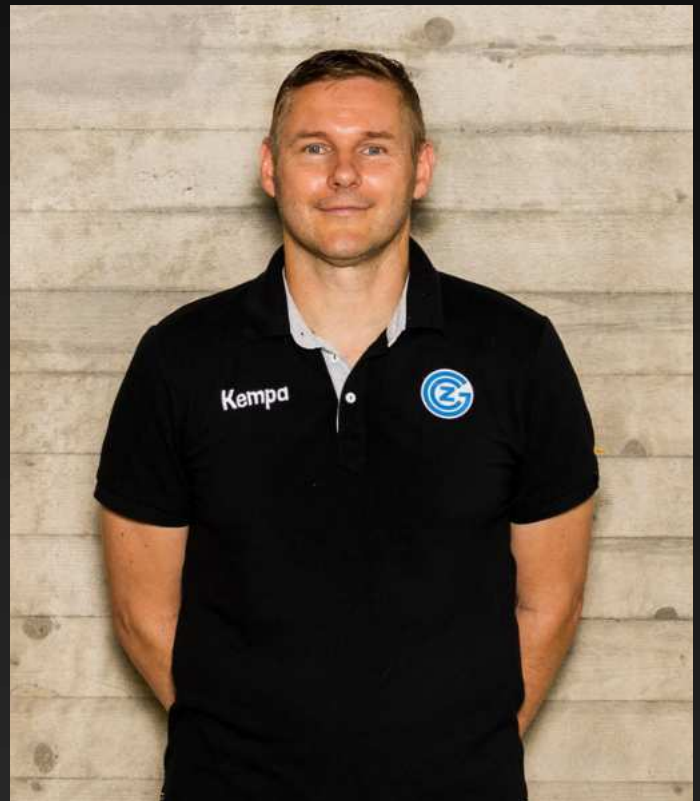
Petr Hrachovec hat GC Amicitia Zürich zu einem Spitzenteam geformt. Ende Saison hört der Handball-Trainer trotz Erfolg bei den Hoppers auf. Im Interview spricht er über die Gründe und den schönsten Sieg.

**Petr Hrachovec, das wollen wahrscheinlich viele Fans von Ihnen wissen: Warum haben Sie Ihren Vertrag bei GC Amicitia Zürich nicht verlängert?**

Ich habe mich mehrheitlich aus persönlichen Gründen dazu entschieden aufzuhören. Es war keine Entscheidung gegen GC, sondern für mich selbst. Ich bin jetzt dreieinhalb Jahre hier. Wir haben sehr viel geleistet und uns aus dem Tabellenkeller hochgearbeitet. Nun braucht es noch den letzten Schritt, um langfristig zu den Spitzenteams zu gehören. Ich gehe mit einem reinen Gewissen.



LANDGASTHOF  
LEUEN



**Wohin zieht es Sie nach dieser Saison – etwa zu Pfadi Winterthur oder den Kadetten Schaffhausen?**

Nein, nein, aber ich werde vermutlich Trainer bleiben, definitiv unterschrieben ist jedoch noch nichts. Im Handball kann sich schnell alles ändern, das habe ich schon oft erlebt.

**Blicken wir zurück: GC war ein Abstiegs kandidat, als Sie das Team übernommen haben.**

Ja, das war eine sehr schwierige Lage, als ich gekommen bin. Hinzu kam die Corona-Zeit. Es drohte sogar der Abstieg. Seither sind wir stetig nach oben geklettert.

**Was braucht es, um definitiv ein Spitzenteam zu werden?**

Sportlich braucht es eigentlich nicht viel, aber es fehlt noch an Details. Eine bessere Infrastruktur, mehr Budget. Bei uns sind zum Beispiel nicht alle Spieler Vollprofis. Mehr als die Hälfte arbeitet oder studiert nebenbei. Das erschwert auch den Trainingsprozess. Wir können uns nicht mit Teams wie Schaffhausen vergleichen. Das sind unterschiedliche Welten. Es braucht aber auch Zeit. Wenn der Verein so weiter macht, bleibt er konkurrenzfähig.

**Aber Sie waren ja der Grund, weshalb GC jetzt wieder erfolgreich ist.**

Das würde ich nicht so sagen. Es müssen viele Zahnrädchen ineinandergreifen. Ich hatte extreme Ansprüche an die Mannschaft und das Umfeld. Alle haben sehr gut mitgezogen, auch der Vorstand. Hinter den Ergebnissen steht viel Arbeit des ganzen Vereins.

**Sie haben die Kadetten Schaffhausen trainiert und waren bei Pfadi Winterthur Assistentstrainer. Beides Topteams. War GC Amicitia nicht ein Abstieg für Sie?**

GC ist eine sehr gute Marke im Handball. Mich hat es darum gereizt, daraus wieder ein erfolgreiches Team zu formen. Vorher habe ich bei Top-Mannschaften gearbeitet und darum die gleiche Einstellung, die ich von den Profis immer verlange, auch hier von allen Spielern verlangt. Natürlich muss man gewisse Kompromisse machen. Aber gerade beim Training konnten wir viel herausholen. Ich wollte eine andere Mentalität entwickeln. Dort liegt der Hauptgrund für unseren Erfolg.



**Worauf sind Sie besonders stolz?**

Ach (denkt nach) ... Da gibt es ganz Verschiedenes. Was mich stolz macht, ist, dass die Einstellung der Mannschaft in den dreieinhalb Jahren immer top war. Ausserdem haben wir uns auch jedes Jahr in der Tabelle entwickelt. Der Höhepunkt war aber klar der Cup-Sieg 2021/22 gegen Pfadi Winterthur. Das ist natürlich etwas Einmaliges. Auch für mich in meiner Karriere war das eines der besten Erlebnisse.

**Und welches Ziel haben Sie sich für diese Saison noch gesetzt – den Meistertitel?**

Wir müssen realistisch bleiben. Wir haben jetzt unser Ziel, die Top 4, erreicht. Der nächste Schritt wäre das Überstehen des Playoff-Viertelfinals. Das wird eine harte Nuss. Wenn wir das schaffen, ist aus meiner Sicht viel möglich.

**In der Schweiz haben Fussball und Eishockey klar die Nase vorn. Was fasziniert Sie persönlich am Handball?**

Ich bin schon seit meiner Kindheit fasziniert von Handball. Mein Bruder hat gespielt, mein Onkel auch. In Tschechien hat neben Eishockey auch Handball Tradition. Der Sport ist einfach meine Leidenschaft. Wer mal ein Spiel von GC sieht, der kommt ganz sicher auf seine Kosten. Es ist schade, dass wir in der Saalsporthalle nur einen Schnitt von zirka 400 Zuschauerinnen und Zuschauern pro Spiel haben. Aber in Zürich ist die Konkurrenz durch andere Sportarten wie Fussball halt zu gross.

**Welche Teams sollte man unbedingt mal live gesehen haben?**

In der Schweiz würde ich natürlich GC und Schaffhausen empfehlen. Und international Barcelona und Magdeburg.



Im Januar verlor die Schweizer Nati an der EM gegen Deutschland vor über 50 000 Zuschauerinnen und Zuschauern. Was braucht es, damit die Schweiz zu einer Handball-Topnation wird?

Das ist eine schwierige Frage. Deutschland hat ein viel grösseres Reservoir an Nachwuchsspielern. Es braucht bei uns eine bessere Nachwuchsförderung. Wir müssen einfach Kinder und Jugendliche für den Sport begeistern.

Vermutlich hilft es auch nicht, dass viele Spieler nebenbei noch arbeiten müssen.

Das ist aus meiner Sicht nicht das Hauptproblem. Ich bin der Meinung, dass man ein Studium oder eine Ausbildung gut mit Handball verbinden kann.

**Interview: Pascal Turin**

**Dieser Artikel ist in den Städtzürcher Zeitungen der Lokalinfo AG erschienen.**

Familie Hrachovec nach dem Cupsieg 2022 Bern.

Adam, David, Petr und Karin



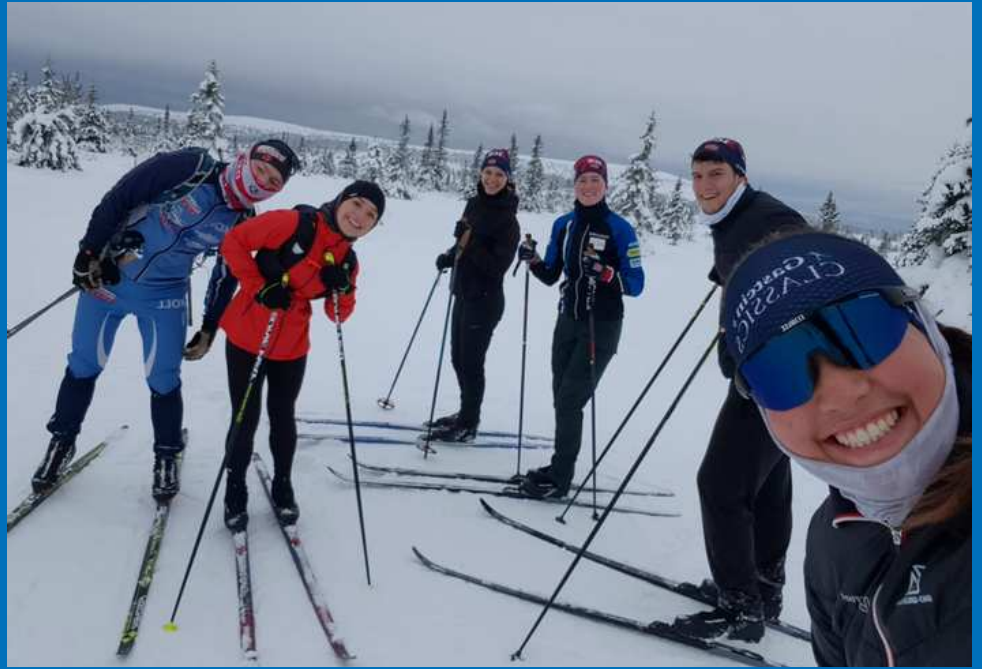
## Zur Person

Der Tscheche Petr Hrachovec (51) ist noch bis Ende Saison Cheftrainer bei GC Amicitia Zürich. Er spielte in seinem Heimatland für den HC Zubří, danach in Deutschland unter anderem für die Rhein-Neckar Löwen und in der Schweiz für die Kadetten Schaffhausen.

Als Trainer holte er mit den Kadetten vier Meistertitel. Im Januar 2021 stiess Hrachovec zu den Hoppers. Er übernahm das Team auf dem zweitletzten Platz der Quickline Handball League (höchste Liga). Der bisherige Höhepunkt seiner Karriere bei GC Amicitia Zürich war der Cup-Sieg 2021/22. (pat.)

# zürich 24

MEINE STADT, MEINE NEWS.



## Liebi GC Familie

Ich verbringe die Saison in Norwege, woni mis Studium in Bewegigswüesseschafte wett abschlüsse und näbed dem au meh über die nordisch Kultur lerne. Ich schaffe ide Knieverletzigsforschig, was ja ganz passend isch mit minere Vorgschicht vom Handball. Näbed em Schaffe hani aber au viel Ziit zum neuu Sache usprobiere, wie zB Iisbade, s'erste mal Langlaufe oder au mal s'Studenteläbe mit vielne internationale Mitstudente gnüsse 😊 Natürli fehltmer ab und zue au die gliebt Saalsporthalle und d Lüüt vom Verein, aber mer gesed sich sicher au bald wieder!

Vi ses  
Hilse fra Simon

# TOPFIT MIT WISSENSCHAFT: SCHULTHESS KLINIK HÄLT HANDBALLER VON GC AMICITIA IN FORM

**In der Schulthess Klinik absolvieren die Handballer von GC Amicitia zweimal im Jahr umfassende Leistungstests. Diese Tests, von Sprungkraft bis Ausdauer, sind massgeschneidert, um ihre Fitness zu maximieren, Verletzungen vorzubeugen und das Teamspiel zu stärken.**

Die Handballer der ersten Mannschaft absolvieren zweimal jährlich Kraft- und Ausdauer tests in der Leistungsdiagnostik der Schulthess Klinik. Dieser Termin dauert jeweils 2.5 h. Er beinhaltet einen Sprungkrafttest, einen Rumpfkrafttest und einen Laktatstufentest auf dem Laufband. Nach einem kurzen Aufwärmen werden auf der Sprungplatte verschiedene Sprungformen durchgeführt, durch welche sich spezifische Eigenschaften der Sprungleistung herauskristallisieren. Neben der Sprunghöhe und der Explosivkraft werden auch Dysbalancen erfasst (z.B. die Kraftverteilung zwischen linkem und rechtem Bein).



Mobilier Topscorer Martin Popovski beim Rumpfkrafttest.



Kreisläufer Marc Bader beim Sprungkrafttest

Als Zweites folgt der Rumpfkrafttest in einem computergestützten Testgerät. Bei diesem sitzt der Athlet in einem Sessel, ähnlich einem Achterbahnsessel, und drückt in verschiedene Richtungen gegen den Stuhl. Dieser misst die Kräfte von Bauch, Rücken, Seite links/rechts sowie Rotation links/rechts und zeigt ebenfalls allfällige Dysbalancen auf.

Nach den Krafttests und einer Erholungspause geht es weiter mit dem Ausdauerstest. Der Test auf dem Laufband beginnt mit niedriger Geschwindigkeit und wird stufenweise gesteigert, bis das individuelle Maximum erreicht ist. Nach jeder Stufe werden verschiedene Messparameter aufgenommen, welche die Wirkung der Belastung aufzeigen. Anhand der Informationen über die aerobe und anaerobe Leistungsfähigkeit sowie der Grundlagenausdauer entwickeln die Spezialisten der Schulthess Klinik individuelle Trainingszonen und Empfehlungen fürs Lauftraining. Die Resultate dieser gemessenen Kraft- und Ausdauerleistungsfähigkeit geben dem Trainerteam Auskunft darüber, welcher Spieler in welchem Bereich der Athletik seine Stärken hat und wo er sich konkret verbessern kann. Zudem sind die Resultate wichtig zur Sicherung der Belastbarkeit und für die Verletzungsprävention. Jeder Spieler erhält seine individuelle Auswertung und hat so die Möglichkeit, seine Leistungsfähigkeit gezielt zu verbessern. All dies verhilft dem Team als Ganzes zu mehr Power!

Schulthess Klinik

David Trütsch  
Leistungsdiagnostiker  
Therapien & Training



**"EINWURF, KREIS, FREIWURF, DOPPEL, ABWURF UND SIEG  
FÜR DEINE GESUNDHEIT.  
DIE SCHULTHESS KLINIK ALS MEDICAL PARTNER WÜNSCHT  
ALLEN SPIELERN SOWIE DEN FANS EIN SPANNENDES SPIEL."**



Spitzenhandball  
und Spitzenmedizin  
Ein perfekt  
eingespieltes Team

[www.schulthess-klinik.ch](http://www.schulthess-klinik.ch)

 schulthess  
klinik



# 9

## **DER TOPSCORER BLEIBT GC AMICITIA TREU MARTIN POPOVSKI VERLÄNGERT BIS 2026**

**GC Amicitia Zürich und sein aktueller Mobililar Topscorer Martin Popovski verlängern den Vertrag um zwei weitere Jahre bis Ende Saison 2025/26.**

Er spielt aktuell seine wohl beste Saison, seit er im Sommer 2020 vom HC Prolet 62 Skopje zu den Hoppers wechselte. Und er wird mindestens zwei weitere Jahre das blau-weiße Trikot des Rekordmeisters tragen. Die Rede ist von Martin Popovski, dem polyvalenten Linkshänder und aktuellen Topscorer von GC Amicitia Zürich.

Der 29-Jährige hat seinen im Sommer auslaufenden Vertrag bis Ende der Spielzeit 2025/26 verlängert und kommentiert dies wie folgt: «Ich freue mich sehr über die Vertragsverlängerung. In den vergangenen Jahren konnten wir uns unter den Top-4 Mannschaften der Schweiz etablieren. Ich hoffe und bin überzeugt davon, dass wir diese erfreuliche Entwicklung weiterführen und in Zukunft sogar die Podestplätze angreifen können.»

Sportchef Gabor Vass: «Martin steht wie kaum sonst jemand für die Entwicklung der Mannschaft in den vergangenen Jahren. Seit er bei uns ist, hat er sich handballerisch stetig weiterentwickelt und ist zu einem absoluten Führungsspieler gewachsen. Mit seiner professionellen Einstellung und seinem Spirit ist er zudem ein Vorbild für die vielen jungen Spieler in unserem Team.»



**smzh**  
www.smzh.ch



GAME | 6



# WALTER «WÄDI» MÜLLER

**Es gibt kaum eine Funktion, die er bei GC Amicitia nicht ausgefüllt hat. Egal ob als Spieler (auch als Junior), Trainer, Sportchef oder Vorstandsmitglied, Walter «Wädi» Müller hat den Verein so geprägt, wie nur wenige. Und der Verein, bei dem der 94-fache Schweizer Nationalspieler so viele Jahre aktiv war, hat auch ihn nachhaltig geprägt, wie er im Interview erzählt.**

**Was sind die prägendsten Erinnerungen Deiner Zeit bei GC Amicitia?**

Da gibt es natürlich einige. Als Spieler gehört sicherlich das Champions-Turnier 1980 in Bosnien dazu. Wir spielten eine Woche lang jeden Tag vor 6'000 Zuschauern. Und zwar draussen, teilweise bei strömendem Regen. Aber auch die Teilnahme an den olympischen Spielen 1980 in Moskau war ein gigantisches Erlebnis.

Als Funktionär gehört der Transfer von Øystein Havang zu den eindrücklichsten Episoden, die ich erleben durfte. Den haben wir 1993 zu GC geholt – per Handschlag. Er hat zwei Jahre bei uns gespielt, war eine Teamstütze und wurde Torschützenkönig. Und alles, ohne jemals einen Vertrag oder ähnliches unterschrieben zu haben. Alles nur auf Vertrauensbasis.

Zu den schmerzhaften Erlebnissen gehört zweifellos der Abstieg 1985/86, dem ich tatenlos zusehen musste. Zu dieser Zeit war ich verletzt in den USA. Da sind Tränen geflossen.

**Letztes Jahr wurdest Du von Deinem Heimatort Wettingen für Deine sportliche Karriere geehrt. Was bedeutet diese Ehrung für Dich?**

Wenn man sieht, dass sich offenbar jemand nach so langer Zeit noch daran erinnert, was Du für den Handball geleistet hast, ist das natürlich eine sehr schöne Wertschätzung. Und diese Ehrung von meinem Heimatort zu erhalten, machte das Ganze noch spezieller für mich.



Die Wettinger Handballlegende Walter «Wädi» Müller gemeinsam mit Landhockeylegende Kudi Müller, der sich in den Ruhestand verabschiedet. Quelle: Badener Tagblatt, Alexander Wagner

**Wie bist Du eigentlich zum Handball gekommen?**

Der Trainer von SATUS Wettingen, dem Arbeitersportverband, war bei uns zuhause und hat meiner Mutter gesagt, sie solle mich doch in die Jugendriege schicken. So bin ich in die Handballmannschaft gekommen. Wenig später durfte ich ein internationales Handballturnier in Baden besuchen, bei dem auch GC mitgespielt hat. Und da hat es mich gepackt. Da ist der Funke übergesprungen und mir war klar, was meine Sportart ist. Wegen Mike Funk war ich zunächst noch Torwart, bin dann aber bald aufs Feld raus.



**Du hast als Spieler, Trainer und Funktionär viele Höhen und Tiefen des Vereins miterlebt. Wie eng verfolgst Du die aktuelle Entwicklung von GC Amicitia Zürich noch?**

Ich verfolge sie als interessierter Beobachter und freue mich sehr über die Entwicklung, und zwar nicht nur der QHL-Mannschaft, sondern des gesamten Vereins. Der Klub ist auf einem guten Weg. Es entsteht etwas Nachhaltiges bei den Männern, bei den Damen und im Nachwuchsbereich. Gerade bei letzterem wird sehr gute Arbeit geleistet. Am meisten gefreut hat mich der Sieg der QHL-Mannschaft im Playoff-Viertelfinale vorletzte Saison, als man mit sieben U20-Spielern, davon fünf Eigengewächsen, den HSC Suhr Aarau schlagen konnte.

Wenn ich das sehe, geht mir das Herz auf und ich kann mich wieder zu hundert Prozent mit GC Amicitia identifizieren. Die Leidenschaft ist wieder überall zu spüren – von der Führung bis zum Junior. Und genau das braucht es, um erfolgreich zu sein.

Interview: Elad Ben-Am



1998 - 2023

**25**  
Jahre

# ROBUR GERÜSTBAU GmbH

Das Gerüst eines Sportlers ist entscheidend für seinen Erfolg.



Unser Gerüst, an Ihrem Objekt, ist entscheidend für Ihren Erfolg!

---

Leuen sei die  
Antwort - was  
war die Frage?



Das Team vom Landgasthof Leuen in Uitikon Waldegg freut sich auf Ihren Besuch.  
Landgasthof Leuen, Birmensdorferstrasse 56, Tel. 044 406 15 00, [www.leuen.ch](http://www.leuen.ch)



# 32 FLURIN PLATZ

## Wie bewertest Du den bisherigen Saisonverlauf von GC Amicitia Zürich?

Sehr gut! Wir spielen eine überaus starke Saison und stehen nach der Vorrunde mit 35 Punkten auf dem dritten Rang, nur 2 Punkte hinter dem zweitplatzierten aus Kriens Luzern. Ich muss sagen, bis jetzt konnten wir in den meisten Spielen unsere Leistung abrufen und so auch viele Punkte sammeln.

## Was sind die Teamziele für die Saison 23/24 und welche Ziele hast du dir persönlich gesetzt?

Playoff Halbfinale! Das ist sicher unser wichtigstes Ziel. Ich persönlich möchte wieder einen Finaleinzug erreichen! Für mich selbst will ich auch unbedingt den nächsten Schritt in meiner sportlichen Entwicklung machen. Noch mehr Verantwortung auf dem Spielfeld übernehmen und meine individuellen Fähigkeiten verbessern.

## Du hast im Cupfinal 2022 eine tragende Rolle beim Sieg gegen Pfadi Winterthur gespielt. Wie realistisch ist ein Titelgewinn in naher Zukunft?

Das ist eine schwierige Frage. Ich denke, wir haben uns sportlich gesehen, als Mannschaft und auch als Verein in den letzten Jahren sehr stabilisiert und auch etabliert. Ob dieses Jahr oder in den nächsten 1-2 Saisons ein erneuter Titel folgen wird, ist unglaublich schwierig vorauszusagen, da es mittlerweile einige gute Mannschaften in der OHL gibt. Doch ich werde alles dafür geben, dass wir nicht nur bei einem Titel und einer «Traumsaison» bleiben.

## Du bist ein GC Amicitia Eigengewächs und spielst nun im Fanionteam. Was traust du dir im Handball noch zu?

Alles! Ich weiss, es spielen im Sport viele verschiedenen Faktoren eine wichtige Rolle. Einige kann man beeinflussen und einige nicht. Ich persönlich möchte immer noch ein Stück besser werden. Ob mir dies gelingt und ob ich meine langfristigen Ziele erreichen kann, wird sich zeigen.

## Wie gross ist dein Aufwand um Handball als OHL-Spieler in der Schweiz zu betreiben?

Ziemlich gross. Die OHL ist mittlerweile eine gute und ausgeglichene Liga. Wenn man sich nicht richtig vorbereitet, damit meine ich alles von Videoanalyse bis zur Ernährung, wird man als Spieler und als Mannschaft nicht erfolgreich sein. Nebst dem Handball studiere ich noch Gesundheitswissenschaften an der ETH, was mich auch noch ein wenig Zeit kostet. Darum ist es für mich auch wichtig, dass ich mir meine Zeit gut einteile. Bis jetzt klappt das noch.

Quelle: [www.smzh.ch/de/blog](http://www.smzh.ch/de/blog)





**Eine erfolgreiche Partnerschaft.**

**Nicht nur im Sport wichtig,  
sondern auch für deine und meine  
finanzielle Zukunft.**

**smzh – dein unabhängiger Finanzdienstleister für  
massgeschneiderte und umfassende Lösungen.**

Flurin Platz



  
**massgeschneidert. umfassend. für Sie.**  
[www.smzh.ch](http://www.smzh.ch)

 **smzh**

# 22

## NOAH GRAU

Noah Grau entstammt der Nachwuchsabteilung des HSC Suhr Aarau und debütierte im August 2019 beim TV Eendingen in der QHL. Obwohl erst 23 Jahre alt, bringt er bereits die Erfahrung von 57 QHL- und 56 NLB-Spielen mit. In der Endphase der vergangenen Saison spielte er mit einer TFL-Lizenz zudem noch leihweise beim BSV Bern, mit dem er im Playoff-Viertelfinale auf die Hoppers traf. Der flinke Flügelspieler unterschrieb bei GC Amicitia einen Vertrag bis zum Ende der Saison 2025/26.

### Lieber Noah, wer ist der Handballer Noah Grau?

Sicher eine sehr offene und aktive Person mit sehr vielseitigen Interessen. Der Spass am Handball und das Team steht dabei ganz weit vorne. Wie jeder Sportler bin ich sicher sehr ehrgeizig und liebe es unter anderem kleine Challenges ins Training einzubauen, um somit aus mir selbst und meinen Mitspielern noch mehr rausholen zu können.

Am Ende des Tages will ich aber einfach nur unbeschwert guten Handball spielen können und mich dabei sportlich, wie aber auch menschlich, weiterentwickeln.



### Wolltest du schon immer Handballer werden oder gab es auch andere Sportarten in der Auswahl?

Als ich noch klein war, wollte ich immer Fussball spielen, aber es gab beim damaligen Fussballverein keine freien Plätze mehr und ich ging daraufhin spontan mit einem guten Freund von mir ins Handballtraining mit. Es gefiel mir sehr und ich blieb bis heute dabei.

Eine zweite Möglichkeit wäre noch Eishockey gewesen, welches ich mit meinem Bruder immer sehr gerne spielte. Schlussendlich haben wir uns aber beide für das Handball entschieden.

### Was gab den Ausschlag, das Angebot von GC Amicitia anzunehmen?

Ich wollte sicher wieder in die QHL, wo ich Handball auf höchstem nationalem Niveau spielen kann. Ausserdem überzeugte mich das Projekt und die Philosophie des Vereins, welche ich im Gespräch mit GC Amicitia kennen lernen durfte. Das Team von GCA hat sich in den letzten Jahren sehr gut entwickelt und ich habe sehr Lust in einem jungen, motivierten Team spielen zu können.

## Was sind deine persönlichen Ziele für die Saison 24/25?

Ein persönliches Ziel von mir ist sicher, dass ich meine Rolle im Team finde und somit bestmöglich meinen Beitrag für die Mannschaft leisten kann.

Ausserdem will ich mich hier auch als Handballer körperlich und technisch weiterentwickeln und stetig Fortschritte erzielen.

Dazu gehört auch, dass ich mich mit dem Team so gut wie möglich verkaufen will, um die Saison so hoch wie möglich abschliessen zu können.

## Welche Vorbilder hast du im Handball und wer hat dich am meisten geprägt?

Eines meiner Vorbilder im Profihandball war schon immer der ehemalige linke Flügel von Island, Gudjon Valur Sigurdsson. Sein athletischer Spielstil, ergänzt mit einer gewissen Leichtigkeit und Spielwitz beeindruckte und faszinierte mich schon früher als Jugendlicher sehr.

Ansonsten prägten mich auch einige ehemalige Mitspieler und Trainer bei meinen früheren Stationen Siggenthal, Suhr und Endingen. Die Mitspieler prägten mich sicher auch handballerisch, aber auch mehr im Sinne von Mannschaftskultur und was es heisst, ein gutes Team zu sein, wie man sich im Team mit anderen Mitspielern verhält und was ein gutes Team ausmacht.

## Was machst du, wenn du nicht Handball spielst?

Zurzeit studiere ich Sport und Geschichte an der Universität Basel.

Wenn man mich allerdings nicht in der Halle oder an der Uni antrifft, probiere ich auch gerne oft andere Sportarten aus, unternehme sehr viel mit Freunden, oder reise auch sehr gerne.

**Lieber Noah,  
herzlich willkommen bei GC Amicitia!**



talsee bietet die einzigartige Kombination aus zeitlosem Design, höchstem Komfort und erstklassigem Service. Die Fertigung nach Mass eröffnet dabei den Spielraum für eine individuelle Gestaltung Ihres persönlichen Bads. [talsee.ch](https://www.talsee.ch)



PROBUS  PLEION

# **Am Ball für Sie und Ihr Anlageportfolio. Seit über 40 Jahren.**

Purer Kundenfokus seit 1980 &  
Business Partner QHL GC Amicitia Zürich

Pleion SA  
Andreas Schenk

Seidengasse 13, 8001 Zürich  
T +41 43 322 15 83  [www.pleion.ch](http://www.pleion.ch)





# MATTIA MECENERO

## «MIR GEFÄLLT JANN BAMERT'S DYNAMISCHE SPIELWEISE»

Der 17-jährige Mattia Mecenero spielt in der U17 Elite von GC Amicitia Zürich und in der U19-Nationalmannschaft der Schweiz. Mit letzterer konnte er sich kürzlich für die Europameisterschaft in Montenegro qualifizieren, nachdem er mit der U17-Nati im vergangenen Sommer bereits den hervorragenden vierten Platz an der European Open EM erreicht hat. Damit bewegt er sich auf dem Pfad seines Vaters Gaetano Mecenero, ehemaliger NLA-Handballer und Spieler von Amicitia Zürich. Grund genug für uns, mit beiden ein Doppel-Interview zu führen.

**Mattia, hattest Du als Sohn eines ehemaligen NLA-Handballers überhaupt eine Wahl oder hast Du Handball freiwillig für Dich entdeckt?**

Mattia: Ich hatte definitiv eine Wahl, als es um meine Entscheidung ging, Handball zu spielen. In meiner Familie spielt Sport eine grosse Rolle und das hat mich schon früh beeinflusst. Meine Mutter spielte in der NLA-Fussball, mein Vater NLA-Handball und ich habe als Kind sowohl Fussball als auch Handball gespielt. Ich habe meine Wahl getroffen, weil ich mich wirklich für Handball begeistere und die Sportart spannend finde.

Gaetano: Ein Veto hätten wir nur beim Eishockey eingelegt. Bei drei Kindern wäre der logistische Aufwand für unsere junge Familie nur schwer machbar gewesen. Wir sind aber glücklich, dass unsere drei Jungs mit viel Freude ihren sportlichen Aktivitäten nachgehen.

**Mattia, Träumst du von einer Profikarriere im Handball oder würdest Du lieber Handball und Job kombinieren, wie das Dein Vater getan hat?**

Ja, natürlich träume ich von einer Profikarriere im Handball. Seit meiner Zeit in der Regionalauswahl und der Nationalmannschaft ist das mein klares Ziel. Gleichzeitig ist mir bewusst, wie wichtig eine gute Ausbildung ist. Mein Vater betont immer die Bedeutung einer Erstausbildung und dem stimme ich zu.



**Gaetano, Ist Mattia der bessere Handballer als Du es in seinem Alter warst, oder sollte er sich beim Vater noch den einen oder anderen Tipp abholen?**

Gaetano: Mattia ist weiter und besser, als ich es in seinem Alter war. Die heutige Förderung beginnt viel früher und ist professioneller als zu unserer Zeit. Ich habe erst mit 13 Jahren angefangen, während Mattia bereits im Alter von 5 Jahren mit dem Handball begonnen hat. Daher denke ich, dass er viel besser wird, und ich bin stolz darauf, ihn auf seinem Weg zu unterstützen. Es gibt immer Raum für Verbesserungen, aber ich bin zuversichtlich, dass er sein Potenzial weiter ausschöpfen wird.

**Mattia, was hättest Du gerne von deinem Vater?**

Mattia: Seinen Körperbau und seine linke Hand (lacht). Es ist inspirierend, von seinem Erfahrungsschatz und Ratschlägen zu lernen, auch wenn ich mich nicht mehr so richtig an seine aktive Karriere erinnern kann.

**Gaetano, was traust Du Deinem Sohn zu?**

Gaetano: Ich traue meinem Sohn definitiv zu, an die nationale Spitze des Schweizer Handballs zu kommen und auch international erfolgreich zu sein. Wichtig wird sein, dass er seinen Weg so konsequent weiterverfolgt und stets die Freude am Sport beibehält. Seine ruhige Art, seine mentale Stärke sowie sein gutes Auge für die Spielsituation werden ihm helfen.

**Wie sieht es mit Familienrivalitäten aus?**

Mattia: Mein mittlerer Bruder spielt Fussball beim FC Maur, während sich der jüngste auf Handball konzentriert (TV Witikon). Aufgrund des Altersunterschieds zum Jüngsten sind direkte Vergleiche schwierig. Mein kleiner Bruder ist jetzt 10 Jahre alt und beginnt bereits, bestimmte Abläufe und Techniken, die er bei meinen Handballspielen beobachtet, zu kopieren. Das macht mich stolz, bereits in meinen jungen Jahren ein Vorbild für meinen Bruder zu sein.

**Welche sind Deine Stärken auf dem Spielfeld und wo siehst Du Bereiche, in denen Du Dich verbessern möchtest?**

Mattia: Meine Stärken liegen in der Verteidigung im 6-0-System, insbesondere auf der Position des Dreiers. Diese Rolle macht mir extrem viel Spass, und ich fühle mich in der Defensive generell sehr wohl. Es gibt immer Bereiche, die man verbessern kann. Bei mir ist es sicherlich das Entscheidungsverhalten und die Konsequenz im Abschluss. An diesen Dingen arbeite ich intensiv.





## **Welche Vorbilder oder Idole hast Du im Handball, und wie haben sie Dich beeinflusst?**

Mattia: Auf internationaler Ebene schaue ich zu Andy Schmid auf, der eine beeindruckende Karriere hingelegt hat und gezeigt hat, was für Schweizer Spieler möglich ist. Auf nationaler Ebene ist es Jann Bamert von GC Amicitia Zürich. Seine dynamische Spielweise gefällt mir und seine Leistungen in der QHL sind eine grosse Motivation für mich.

## **Welche Aspekte des Handballsportes faszinieren Dich am meisten?**

Mattia: Es sind mehrere Aspekte. Handball ist eine extrem dynamische Sportart, in der Spiele innerhalb von Sekunden kippen können. Besonders in den Schlussminuten wird es sehr spannend und anspruchsvoll. Zudem sind die körperlichen Anforderungen im Handball sehr hoch, was mir gefällt. Ein weiterer Punkt, der mich am Handball begeistert, ist die Fairness untereinander im Vergleich zu manchen anderen Sportarten.

## **Wie sieht das Unterstützungssystem in Form von Arbeitgeber, Familie und Freunden aus? Wie haben sie Dich auf Deinem Weg begleitet?**

Mattia: Ich habe das Glück, auf die Unterstützung von Trainern, Familie und Freunden zählen zu können, die mich auf meinem Weg begleiten. Meine Familie steht fest hinter mir und unterstützt mich auf allen Ebenen. Auch mein Arbeitgeber, Swisscom, ist flexibel und unterstützend, was es mir ermöglicht, meinen Sport und meine beruflichen Verpflichtungen erfolgreich zu koordinieren. Es ist schön zu sehen, dass Unternehmen wie Swisscom jungen Sportlern die Chance geben, ihre Ziele zu erreichen.



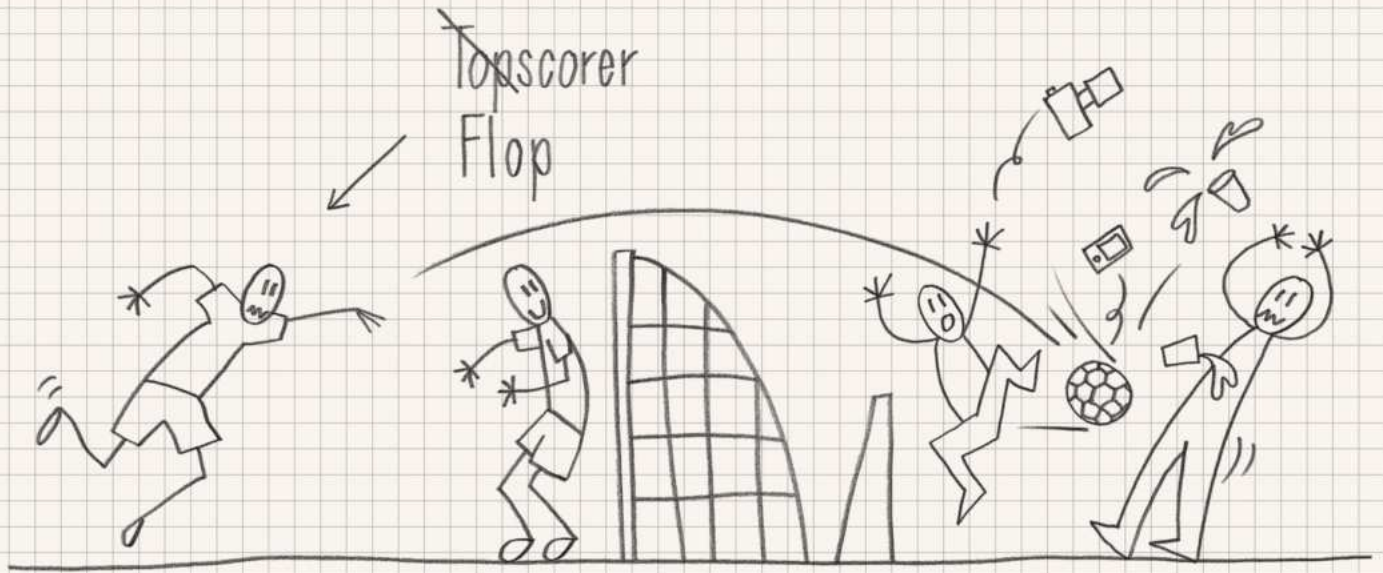
**Gaetano und Mattia Mecenero**

## **Am U-17 European Open EM habt Ihr sensationell den vierten Platz geholt. Welche Eindrücke nimmst Du von diesem Turnier mit?**

Mattia: Der vierte Platz an den U-17 European Open, genauso wie die Qualifikation für die U19-Europameisterschaft vom kommenden Sommer, waren für uns unglaubliche Erfolge. An den European Open EM lag unser Fokus zunächst einzig auf das erste Spiel gegen Norwegen. Dieses gewannen wir überraschenderweise, genauso wie gegen starke Gegner wie Israel und Island. Wir hatten nicht die besten Einzelspieler, zeichneten uns aber durch unseren starken Teamgeist und Zusammenhalt aus. Die Niederlagen gegen Frankreich im Halbfinal und gegen Schweden im Spiel um Platz drei waren nicht zwingend. Trotzdem war das ganze Turnier eine einmalige Erfahrung und ich nehme diese Erlebnisse auf meinem Weg mit.



Interview: Elad Ben-Am



Was immer kommt – wir helfen Ihnen rasch und unkompliziert. **mobiliar.ch**

Generalagentur Zürich  
Christian Schindler  
Nüscherstrasse 45  
8021 Zürich  
T 044 217 99 11  
zuerich@mobiliar.ch

**die Mobiliar**



**GEIGER**  
architektur

**LUST AUF EINE NEUBAUWOHNUNG IN RÜSCHLIKON?**

# UNSERE PARTNER

# TENNOR

**Kilchenmann**

 LANDGASTHOF  
**LEUEN**

PROBUS  PLEION

**die Mobiliar**

Generalagentur Zürich

**OBT** 

 **smzh**  
www.smzh.ch

 AAA DIGITAL AG

**UMB**

**ROBUR**  
GERÜSTBAU AG

**sweetz.ch**

**gateB**

Transforming Digital  
Into Value

**HEDIN AUTOMOTIVE**



**BMW  
MOTORRAD**

**INEOS  
AUTOMOTIVE**

 PICARD ANGST

**linkgroup**

**neubau.ch**

 **schulthess  
klinik**

**@cryodukt**

PINK RIBBON  SCHWEIZ

**HAND  
BALL**  
SCHWEIZ  
LIGUE

**QUICKLINE**

**HANDBALL LEAGUE**

# Immer informiert in der GC Amicitia Whatsapp Community



GC Amicitia Zürich - QHL  
WhatsApp-Community



Kontakt:

GC Amicitia Zürich

Erlachstrasse 25

8003 Zürich

[boris.ivankovic@gc-amicitia.ch](mailto:boris.ivankovic@gc-amicitia.ch)

