

MEIN SONNTAG

DER NATIONALTORHÜTER ÜBER FAMILIENTAGE IM WALD, FRÜHSTÜCKSMÜESLI UND SEINE BEIDEN LEBENDEN WECKER ZU HAUSE.

Was ist für Sie ein Sonntag – ein Tag wie jeder andere oder doch etwas Besonderes?

YANN SOMMER: Ein eigentliches Wochenende gibt es bei mir eher selten, oft haben wir Spiele oder Training.

Wie sieht das Sonntagsfrühstück aus, wenn Sie kein Spiel haben?

Mit zwei kleinen Kindern ist das gar nicht so einfach: Die eine kriegt noch den Schoppen, wir ändern frühstücken gemeinsam. Wir essen Haferflocken mit Samen und Kernen, dazu selbst gemachtes Granola, Beeren oder Früchte der Saison sowie Mandelmilch.

Welche drei Songs müssen dazu laufen?

Morgens höre ich gern akustische Musik, aber wir genießen auch mal die Stille ohne Hintergrundgeräusche.

Was haben Sie sonntags lieber, Abenteuer oder Zeit zum Entspannen?

Mit Kindern ist das Leben immer ein Abenteuer (lacht).

Wenn möglich gehen wir auf den Spielplatz oder in den Wald – Rambazamba halt.

Wohin gehen Sie sonntags essen, wenn Sie nicht selber kochen?

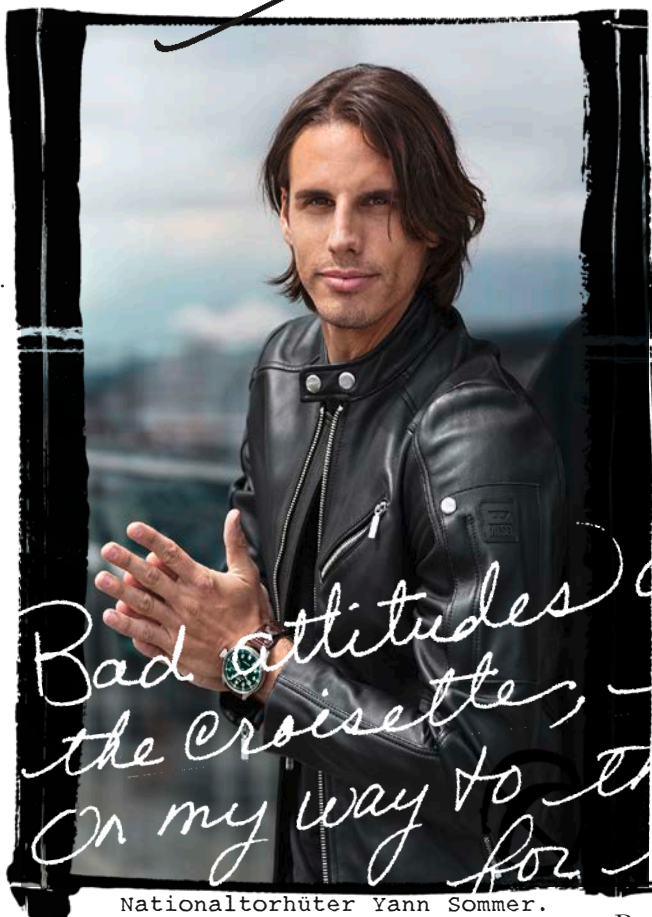
Unsere Kinder schlafen ab sieben Uhr, meistens bleiben wir deshalb zu Hause. Wenn wir jemanden zum Hüten haben, besuchen wir am liebsten Freunde und essen dort in angenehmer Gesellschaft.

Fängt die Woche am Sonntag an, oder endet sie?

Gefühlsmäßig geht sie dann los. Wir haben ein Spiel, und danach beginnt auch schon die Vorbereitung auf das nächste.

Was ziehen Sie sonntags an?

Meistens trage ich einen schlichten Puma-Jogginganzug. Da bin ich ganz Fussballer.



Nationaltorhüter Yann Sommer.

Ihre Töchter mit ihrer Kindheit verbinden?

Wenn ich nicht mehr aktiv Fussball spiele, wird es sicher einfacher, ein Ritual zu etablieren, an das sich meine Töchter erinnern werden. Wir werden sehen, wie das aussieht.

Hatte der Sonntag einen besonderen Stellenwert in Ihrer Familie?

Am Sonntag gab es immer Programm, meine Eltern haben ihn oft mit mir auf dem Fussballplatz verbracht. Abends kochten wir zusammen und sassen lang gemeinsam am Tisch. Daran erinnere ich mich gern.

Erlauben Sie sich sonntags etwas, was Sie sich sonst verbieten?

Wenn wir samstags spielen, esse ich am Sonntag auch mal etwas, was ich mir vor dem Spiel nicht erlaube: einen

Burger mit Pommes, eine Pizza oder ein feines Dessert.

Wenn Sie sonntags zum ersten Mal auf die Uhr schauen, was sehen Sie?

Meistens ist es auf meiner IWC Big Pilot etwa 6.45 Uhr. Zu dem Zeitpunkt bin ich aufgestanden, habe mich angezogen und bin bereit für den Tag.

Bekommt Zeit am Sonntag eine andere Bedeutung?

Am schönsten ist es, die Zeit sein zu lassen und in den Tag hinein zu leben. Wenn wir ein Spiel haben, ist das Programm streng getaktet: Wir treffen uns im Hotel, es gibt eine Sitzung und einen Spaziergang mit der Mannschaft, dann Mittagessen, wieder Sitzung, und dann fahren wir mit dem Bus zum Stadion.

Benutzen Sie einen Wecker?

Wir haben zwei kleine lebende Wecker (lacht). Aber manchmal stelle ich mir tatsächlich den Wecker etwas früher, damit ich in Ruhe noch einen Tee trinken kann.

Wonach riechen Sie sonntags?

Ich verwende immer das gleiche Parfüm: «Tomo» von Annayake.

Gibt es ein Sonntagsritual, das Ihnen heilig ist?

Ich liebe es, mit den Kindern in den Wald zu gehen, wenn es feucht und gern auch etwas pflotschig ist. Unsere Tochter Mila stecken wir dann in einen Regenanzug mit integrierten Gummistiefeln, damit sie sich richtig austoben kann.

Welche Traditionen, Gerüche oder Gefühle verbinden Sie mit den Sonntagen Ihrer Kindheit?

Den Geruch von frischem Zopf, den ich mit Honig oder Nutella bestrichen habe, ist eine schöne Erinnerung. Aber schon in meiner Kindheit und Jugend war Sonntag Fussballtag, insofern erinnert mich auch der typische Umkleidekabinen-Geruch daran.

Welche Traditionen, Gerüche, Lieder und Gefühle werden