



# BENI HUGGEL

Name \_\_\_\_\_ Beni  
 Vorname \_\_\_\_\_ Huggel  
 Geburtstag/Jahrgang \_\_\_\_\_ 07.07.1977  
 Profi-Stationen \_\_\_\_\_ FC Basel, Eintracht Frankfurt  
 Familie \_\_\_\_\_ Verheiratet, 2 Kinder  
 Lieblings-Profigolfer \_\_\_\_\_ Happy Gilmore bzw. keiner  
 Heimat-Golfclub \_\_\_\_\_ ASGI  
 HCP \_\_\_\_\_ Platzreife, noch nie runtergespielt  
 Platzreife seit: \_\_\_\_\_ 2019  
 Lieblingsschläger \_\_\_\_\_ Eisen 6  
 Lieblingsplatz \_\_\_\_\_ LaLargue (wegen der Natur)  
 Hole-in-one schon erlebt? \_\_\_\_\_ Nur an der Bar  
 Lieblings-Flight-Partner \_\_\_\_\_ Zu wenig aktiv bisher

**Als 7-facher Schweizermeister und 5-facher Cupsieger (4 Doubles) sowie als ehemaliger Bundesliga-spieler könnte man meinen, dass Golf für dich eine verhältnismässig langweilige und unspektakuläre Freizeitbeschäftigung ist. Was fasziniert dich an dem Spiel mit dem kleinen Ball?**

Ich finde es nicht langweilig und unspektakulär. Mich fasziniert der Kampf mit mir selber. Also grundsätzlich finde ich es schön, mich in dieser Umgebung zu bewegen. Golfplätze sind ja landschaftlich meistens schön und gepflegt. Rasen und so gefällt mir natürlich sehr. Und dann natürlich den Ball mit so wenig Schlägen wie möglich ins Loch zu befördern – das ist faszinierend, aber auch herausfordernd. Auch weil man mit sich selbst immer wieder gegen den Golferwitz «Jetzt kann ich es» ankämpfen muss.

**Wie regelmässig stehst du auf dem Golfplatz?**

Im Winter hab ich jetzt gar nicht gespielt, im Sommer versuche ich alle zwei Wochen zu spielen.

**Wenn man beim Golf etwas ändern könnte, sei es bei den Regeln oder was die Golfplätze betrifft etc., was wäre das?**

Gibt's hier etwas, das ich gerne ändern würde? Da fällt mir gerade nichts ein.

**Spielt deine Partnerin/Familie auch Golf?**

Nein, leider nicht.

**Fussball hat im Gegensatz zum Golf kein Nachwuchsproblem. Woran liegt das? Hast du eine Idee, wie man Golf den Jungen näherbringen bzw. schmackhaft machen kann?**

Golf hat natürlich immer noch den Ruf, ein elitärer Sport zu sein, im Gegensatz zu Fussball. Man braucht auch mehr Ausrüstung und es kostet einfach deutlich mehr, ins-

besondere, wenn man damit neu anfängt und vor allem in den Jugendjahren. In der Schweiz scheint es auch nicht ganz so verbreitet zu sein.

**Wie bist du als ehemaliger Profifussballer zum Golf gekommen? Wer hat dich inspiriert?**

Irgendwie durch die Mannschaftskollegen. Zum Beispiel über Murat Yakin, der halt Golf gespielt hat, und dann haben wir das auch mal ausprobiert.

**Mit wem würdest du gerne einmal auf dem Golfplatz stehen?**

Mit dir (Dominik Caviezel) natürlich.

**Gibt es einen berühmten Golfplatz in der Welt, auf welchem du gerne einmal spielen würdest?**

Ja, früher habe ich oft an einem Golf Simulator gespielt und dann ist dort immer dieser Pebble Beach gekommen. Auch habe ich Kollegen,

die schon in St Andrews waren und die haben berichtet, dass müsse ich unbedingt mal erleben.

**Siehst du als Sportler Parallelen vom Fussball zum Golfsport?**

Der Ball ist sicher eine Parallele. Doch weitere Parallelen? Mental ist es anders, es kommt einfach auch auf den Moment an. Wenn du dann am Tee oder am Putten stehst und dich auf diesen Moment fokussieren musst. Vielleicht ist es vergleichbar mit einem Freistoss und oder einem Penalty. Also es hat sicher einige Parallelen.

**Viele Fussballer und Ex-Fussballer spielen Golf – trifft man sich da gelegentlich zu einer Runde?**

Bis jetzt nicht, nein. Aber das sollte irgendwann kommen. Das sollte mit meinem neuen Projekt dann doch einige Schnittpunkte geben.

**Denkst du, dass man als Profifussballer einen Vorteil hat beim Golf, was das Ballgefühl betrifft, oder ist es etwas ganz anderes?**

Ja, ich weiss es nicht. Ich denke, eine Flugkurve oder eine Rollkurve vom Ball kann man sich vielleicht etwas leichter vorstellen. Aber vom Kontakt des Schlägers am Ball spüre ich selbst jetzt noch nicht so eine Parallele. Also ich nicht, eventuell andere Fussballer ...

**Zu welchen Spielern, Trainern und Kaderleuten hast Du noch regelmässig Kontakt?**

Vor allem zu ehemaligen Mitspielern. Zu ehemaligen Trainern ab und zu, eher gelegentlich. Nachhaltige Freundschaften sind natürlich mit meinen alten Kollegen wie Marco Streller, Alex Frei usw. entstanden. Wir telefonieren regelmässig und sind so weiterhin oft in Kontakt.



**Welcher Trainer hat dich in deiner Karriere am meisten geprägt?**

Geprägt hat mich sicher Christian Gross, da ich ihn am längsten als Trainer gehabt habe. Ich habe ihm viel zu verdanken und er hat auch immer auf mich gesetzt. Ich habe sehr viel von ihm gelernt.

**Wie lange hast du den Entscheid, als aktiver Fussballer zurückzutreten, reifen lassen und wie stark hattest du dich da bereits mit Plänen für deine weitere berufliche Tätigkeit auseinandergesetzt?**

Ja, das ist jetzt auch schon wieder ein paar Jahre her. Ich hätte mir schon vorstellen können, noch ein Jahr länger zu spielen. Ich habe mit

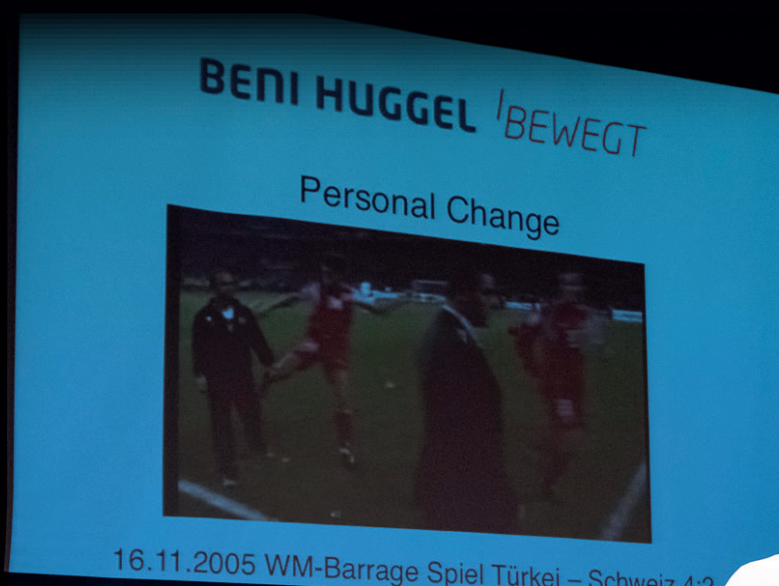
35 aufgehört, das ist ja bei Weitem nicht früh und ich habe auch nicht aufgrund einer Verletzung aufgehört. Der Entscheid ist gereift und innerhalb von drei Monaten umgesetzt worden. Es war ein sehr kurzfristiger Entscheid und ich bin darauf auch nicht so gut vorbereitet gewesen. Länger auseinandergesetzt habe ich mich mit der Entscheidung nicht. Ich habe dann ein Assessment mit Kollegen gemacht, aber keinen professionellen Einstieg über eine längere Zeit geplant. Ich bin überzeugt gewesen, im Fussball zu bleiben, und deshalb habe ich mich nie mit den anderen Möglichkeiten, die ich jetzt habe, auseinandergesetzt.

**Verlief der Wechsel in die Berufswelt nach deiner Aktivkarriere planmässig oder gab es Überraschungen?**

Da hat es extreme Überraschungen gegeben. Ein unglaublicher Weg war das. Ich habe mit ganz vielen Dingen Probleme gehabt, insbesondere mit fehlendem Feedback. Gerade als Sportler hast du immer Feedback und dadurch hast du auch gleich die Möglichkeit, dich zu verbessern und verändern. Beim Arbeiten werden Rückmeldungen oft nicht ausgesprochen und es gibt Leute, die nichts sagen wollen. Ich bin viel mehr in der Schwebel, als ich es früher als Sportler war. Im Sport ist eigentlich alles eher schwarz oder weiss. Nach einem Match oder einem Training gibt es ein klares Resultat. Du weisst sofort, ob du gewonnen hast respektive erfolgreich warst. Man kann natürlich das Resultat schönreden, aber grundsätzlich steht das Resultat. Im Job hat man zuerst ein Kick-off Meeting, dann ein Kennenlern-Meeting, dann nähert man sich erst einmal an. Das war für mich sehr schwer. Als Sportler willst du schnell und effizient sein und deshalb entscheiden wir hier und da sofort.

**Du bist aktuell breit aufgestellt mit deinem Engagement. Was würdest du denn aktuell alles zu deinen Tätigkeiten zählen?**

Hier bin ich in drei starken Säulen unterwegs. Zum einen halte ich Referate, daneben bin ich als Fussball-Experte engagiert. Neu arbeite ich am Aufbau meines Athleten-Netzwerks – aus der Überzeugung, dass die Wirtschaft von der Erfahrung der Athleten profitieren kann. Begleitung von der aktiven Karriere in die Nachsportkarriere nenne ich das.



**Mit diesem Projekt widmest du dich ganz gezielt dem Thema Wechsel von der Aktivkarriere hin zur Nachsportkarriere. Was sind denn hier generell die Schwierigkeiten beim Sportler, dass es hier dein Coaching braucht?**

Es stehen für mich hier zwei Gründe im Vordergrund.

1. Athleten brauchen ein Netz, das sie auffängt, wenn sie sich überlegen, aufzuhören. Oder auch ein Netz, wenn ihnen bewusst ist, dass die Karriere beendet ist oder bald endet.

2. Ich höre immer wieder, aus dem Bereich HR oder sonstigen Abteilungen bei Unternehmen, dass die Skills der Sportler für Unternehmen sehr interessant sind. Durchhaltewillen, Zielorientiertheit, auch wenn das Ziel weit weg zu sein scheint. Die ehemaligen Sportler sind so ehrgeizig, dass sie das gesetzte Ziel auch erreichen wollen. Ein Ergebnis muss immer rauskommen, denn so ist der Sportler getaktet.

Es ist wichtig, dem Sportler auch während der Karriere schon einmal zu zeigen, was es alles gibt. Was er alles für Möglichkeiten hat. Viele Sportler kennen ihre eigenen Kompetenzen ausserhalb vom Sport nicht. Und dadurch wissen sie nicht, wo sie zum Beispiel arbeiten könnten. Hier ist ein sehr grosser Nachholbedarf, um diese zwei Positionen zusammenzubringen. Viele Unternehmen sind ja auch Sponsoren im Sportbereich. Wir suchen Funding-Partner – das können Unternehmen, Stiftungen, Verbände, Vereine und Mäzene sein –, die die Idee des Athletes Network unterstützen, um für die Athleten den Übergang in die Nachsportkarriere zu vereinfachen.

**Kannst du dir vorstellen ...**

- **das Spitzensportler\*innen-Mindset in deinem Unternehmen zu nutzen?**
- **Spitzensportler\*innen in deinem Unternehmen einzustellen?**
- **ehemalige Spitzensportler\*innen nach ihrer Aktivkarriere beruflich zu fördern?**

## Athletes Network

Mehr Infos  
zum Athletes Network:  
[www.athletes-network.com](http://www.athletes-network.com)  
oder  
[mail@athletes-network.com](mailto:mail@athletes-network.com)



**Was ist dein Tipp für Profisportler, wenn es um deren Karriereende geht?**

Ein genereller Tipp ist sicher, sich immer bewusst zu sein, dass die Karriere in der Mitte des Lebens fertig ist. Das ist sicher. Vielleicht ist sie sogar wegen einer Verletzung sofort beendet. Dessen muss sich jeder Sportler immer bewusst sein. So wie ein Manager Sport als Ausgleich macht, sollte ein Athlet Kopftraining zum Ausgleich machen. In irgendeiner Form. Aus organisatori-

schen Gründen ist es nicht immer möglich, während der aktiven Zeit ein Studium zu machen. Man hat aber auch bei Ramon Zenhäusern und bei Daniel Yule, die jetzt ihren Bachelor in Wirtschaft abgeschlossen haben, gesehen, dass es durchaus möglich ist neben dem Sport auf höchstem Niveau. Das Gehirn ist auch ein Muskel, der trainiert werden muss. Das kann ich empfehlen.

**Was sind deine weiteren beruflichen Ziele?**

Also, ich bin immer noch der Meinung, dass der Wandel ein Stück weit zu mir gehört, und darum versuche ich, mir jeden Tag etwas anzueignen, das ich noch nicht kann. Ich habe gemerkt, dass dies zu meiner Persönlichkeit passt, da ich neugierig bin und mich immer wieder auf etwas Neues fokussieren will. Aber um die Frage zu beantworten: Ich will dieses und nächstes Jahr das Athletes-Netzwerk so weit aufbauen, dass wir sagen können, das wird etwas.

**Hast du dir im Golf ein Ziel gesetzt? Wie beabsichtigst Du, dieses zu erreichen?**

(Lacht)..... Nicht so viel zu nerven auf dem Platz. Schön wäre es, im Schnitt mit ein bis zwei Schlägen über Par pro Loch anständig über den Platz zu gehen, ohne zu viele Miss-Hits. Immer weniger Sicherheitsbälle zu spielen, weil der erste ins Gebüsch geflogen ist. Ich übe mit dem Trainer (Michi Roth aus Bad Bellingen) und versuche, das in den Griff zu bekommen. Beispielsweise den Driver, den ich bislang gar nicht im Griff hatte. Jetzt ist der Winter vorbei und ich muss wohl wieder auf einem niedrigeren Niveau anfangen.