

## T&R Oberland AG

# Kundenanlass mit Jean-Pierre Egger – ein Coach der Extraklasse

Am Donnerstag, 30. November 2017, lud die T&R Oberland AG zum jährlichen Kundenanlass ins Hotel Lenkerhof an die Lenk. Der bekannte Erfolgstrainer Jean-Pierre Egger gewährte als Referent Einblick in seinen Traineralltag mit Spitzenathleten wie Werner Günthör, Schwingerkönig Matthias Sempach und der Crew der Alinghi.

Verwaltungsratspräsident Marc Aellen begrüsst vergangenen Donnerstag rund 170 Gäste im Lenkerhof und freut sich über das grosse Interesse am traditionellen Anlass des Treuhandunternehmens T&R Oberland AG. Der jährlich stattfindende Kundenanlass dient der Information und gibt jeweils einem speziellen Gast die Plattform, über sein Werk zu erzählen. Heuer wurde diese durch den Coach der Extraklasse, dem bald 75-jährigen Jean-Pierre Egger, wahrgenommen.

### Vom Trainer zum Wettkämpfer

Ein Hüne von einem Mann trat nach vorne und hielt mit seinem welschen Charme und seinen spannenden Aussagen zum Coaching im Sport wie im Betrieb die Gäste über eineinhalb Stunden bei Stange. Gestartet hatte der Turn- und Sportlehrer seine Karriere als Leichtathletiktrainer. In dieser Zeit mutierte der auf Krafttraining Spezialisierte selbst vom Trainer zum Wettkämpfer und wurde zwischen 1971 und 1980 neunmal Schweizer Meister im Kugelstossen sowie dreimal im Diskuswerfen.

Mit seiner Bestweite von 20,25 Metern belegt er in der ewigen Schweizer Bestenliste im Kugelstossen den zweiten Rang, welche nur vom Jahrhundertsportler Werner Günthör mit 22,75 Metern getoppt wurde. Zusammen mit Kugelstosser Werner Günthör, der mit ihm dreimal Weltmeister wurde, mutierte er zum absoluten Erfolgstrainer. Zudem amtierte er als Krafttrainer, unter anderem für das Schweizer Segelteam Alinghi, den Skispringer Simon Ammann und Swiss Olympic. Auch Schwingerkönig Matthias Sempach nahm seine Dienste vor dem Königstitelgewinn in Burgdorf in Anspruch.



Der Verwaltungsrat der T&R Oberland AG mit dem exzellenten Coach Jean-Pierre Egger: Marc von Felten, Res Möhle, Jean-Pierre Egger, Marc Aellen und Matthias Lüdi (es fehlt Victor Steimle).

### Appell zu mehr Bewegung im Alltag

«Training macht furchtbar müde, das ist auch das Ziel, aber zusammen mit richtiger Ernährung und Erholung macht das Training einen Sportler besser. Sportler oder Team müssen zuerst genau analysiert werden, bevor Ziele definiert werden können». Ein weiteres Anliegen ist für Jean-Pierre Egger jedoch auch die Aktivität des Durchschnittsschweizers: «Ein Drittel der Schweizer bewegt sich nicht: Nur eine halbe Stunde Aktivität und Bewegung täglich gibt schon eine verbesserte Lebensqualität. Man kann sich auch im Alltag, wie im Haushalt oder im Garten bewegen, aber wir müssen etwas machen, damit der Körper nicht einrostet. Die ansonsten daraus resultierenden gesundheitlichen Probleme sowie die physische und mentale Belastung sind für unsere Gesellschaft sehr komplex».

### Unglaublich starkes Team

Jean-Pierre Egger hat als Coach und Trainer Unglaubliches geleistet, so auch mit der weltbesten Kugelstosserin Valerie Adams aus Neuseeland, welche zweifache Olympiasiegerin und vierfache Weltmeisterin ist:

«Coach, I'm not Werner Günthör – I'm a woman», entgegnete sie ihm einmal bei einer Trainingseinheit, die nicht wie gewohnt gelang. Damit wies sie auf den biologischen Zyklus der Weiblichkeit hin. «Ich habe in den fünf Jahren Zusammenarbeit mit Valerie viel mehr Energie gebraucht als in den zwölf Jahren mit Werner», schmunzelte der Erfolgscoach. Zusammen mit Egger bildet sie im wahrsten Sinn des Wortes ein unglaublich starkes Team, gewann mehrere Weltmeistertitel und sagt dennoch nach jedem Training noch heute: «Merci, Coach».

### Spitzentrainer mit Menschlichkeit

Eggers Ausführungen zu folgen – beispielhaft am bild des Dreirades erklärt «Ich bin am Steuer meines Lebens und lebe von der Arbeit und der Familie» – waren hoch spannend und gleichzeitig tief beeindruckend. Trotzdem er ein anerkannter und erfolgsverwöhnter Trainer ist, liess er die Menschlichkeit immer wieder durchblicken, was ihm zusätzliche Sympathien eintrug. «Ich habe in meinem Leben gelernt, dass man etwas gibt, bevor man etwas zurückbekommt. Das wünsche ich euch allen, dass ihr auch das zurückbekommt, was ihr in die Menschen investiert, die ihr liebt, mit denen ihr lebt und arbeitet, dann ist euer Leben mehr oder weniger erfüllt. Mit den Worten «Anstatt mein Leben zu träumen habe ich entschieden, meine Träume und die meiner Athleten zu leben», beendete Jean-Pierre Egger seinen hoch spannenden und emotionalen Vortrag. Jean-Pierre Egger gelang während seinen Ausführungen der Sprung vom Sport- zum Personalcoach hervorragend und er gab den vielen anwesenden KMUs wertvolle Tipps im Team- und Personalcoaching mit auf den Weg. Beim anschliessenden Apéro Riche in der einladenden Hotelhalle des Lenkerhofs wurde denn auch angeregt darüber diskutiert. Und viele nutzten die Gelegenheit, mit dem sympathischen Coach der Extraklasse persönlich noch ins Gespräch zu kommen. Merci, Coach!

LUZIA WYSSEN