

## PORTRÄT

**Verona Gjinaj ist die jüngste Kickboxmeisterin der Schweiz – die 16-jährige Krienserin hat noch viel Grösseres im Sinn**

Verona Gjinaj will Weltmeisterin im Thaiboxen werden. Dann will sie zum Boxen wechseln.

Stephan Santschi 11.11.2020, 18.00 Uhr

**abo+** Exklusiv für Abonnenten



Verona Gjinaj im Individualtraining mit ihrem Trainer Tefik Bajrami.  
Bilder: Roger Grütter (Littau, 28. Oktober 2020)

Im November 2019 liess die Krienserin Verona Gjinaj aufhorchen. Im Alter von nur 15 Jahren gewann sie die Goldmedaille an den nationalen Titelkämpfen im Kickboxen – jünger war bisher noch keine Schweizer Meisterin.

Ein Jahr später bleiben die grossen Erfolgsmeldungen aus, doch das ist nicht ihre Schuld. Sowohl die Weltmeisterschaft in Kanada, als auch die Neuauflage der Schweizer Meisterschaft fiel den Coronarestriktionen zum Opfer. 2020 hat sie erst einen einzigen Kampf bestritten und den, wen wundert es, hat sie ebenfalls gewonnen. Nach insgesamt sieben Duellen weist ihre Statistik sechs Siege aus. «Verona», so findet ihr Trainer Tefik Bajrami, «ist ein Ausnahmetalent.»



Absehbar war dies nicht, als sie sich an der Kampfsportschule Bajrami in Littau als 10-Jährige angemeldet hat. «Sie fiel damals nicht auf. Doch wer mitmachen will, den nehmen wir auf», erklärt Bajrami. Gjinaj selbst lacht, wenn sie auf Videos sieht, wie sie sich anfänglich bewegt hat. «Was machte ich da eigentlich? Ich wirkte steif, führte die Kombinationen nicht richtig aus – eine Blamage!» Die Freude am Kampfsport, die der Boxer Wladimir Klitschko am TV und der Schweizer Thaiboxer Andy Hug auf Youtube in ihr geweckt hatten, war indes schon immer auf einem hohen Niveau. Und so machte sie weiter, wechselte bald ins Lady Kick zu den Frauen, legte an Körpergrösse und Schlagkraft zu.

### **Die Angst ihrer Mutter gibt ihr im Ring Kraft**

Im Jahr 2018 trat sie schliesslich an Tefik Bajrami heran und teilte ihm mit, dass sie künftig nicht nur trainieren, sondern auch in den Ring steigen wolle. «98 Prozent unserer Schüler machen Kampfsport für ihre Ausdauer, nur die wenigsten wollen kämpfen», erzählt Bajrami, der mehrere Welt- und Europameistertitel nach Version WBU (World Boxing Union) in seinem Palmarès stehen hat. Für Verona Gjinaj bedeutete dies: mehr Training, mehr Sparring, mehr Fokus auf den Sport. Mittlerweile bringt die 16-Jährige die wöchentlich zehn Übungsstunden gut mit der beruflichen Ausbildung unter einen Hut – an der Talent School der Frei's Schulen absolviert sie die Lehre zur Kauffrau.



Ihr Kampfstil ist offensiv, unerschrocken stellt sie sich den Gegnerinnen, die gewöhnlich mehrere Jahre älter sind. Einstecken gehört dazu, blaue Flecken, blaue Augen, Prellungen am ganzen Körper und Kopfweh zählen zum Alltag. Im Training ist sie auf diesem Level die einzige Frau, die männlichen Kollegen schonen sie nicht, decken sie mit harten Tritten und Schlägen ein. Im Ring dürfen Gegentreffer ohnehin keine Rolle spielen, auch wenn das vor allem ihre Mutter im Publikum kaum mit ansehen kann. «Sie kommt nicht gerne an meine Kämpfe, doch sie muss, weil ich sonst verliere», verrät Verona und schmunzelnd fügt sie an: «Wenn ich ihre Angst sehe, gibt mir das Kraft. Ich möchte meine Familie stolz machen.» Die Schmerzen spüre sie ohnehin erst nach dem Wettkampf und das sei auch gut so. «Wenn dir nach einem Schlag in den Bauch die Luft wegbleibt, musst du das wegdenken und auf Distanz bleiben. Sonst kassierst du gleich noch einen da rein und dann bricht der Schiedsrichter vielleicht den Kampf ab.» Für jemanden wie Verona Gjinaj, die immer gewinnen will, wäre dies das Worst-Case-Szenario. «Ich konzentriere mich derweil auf harte Tritte gegen die Beine, damit mache ich meine Gegnerinnen kaputt», sagt sie.

### **Gjinajs Plan: WM-Titel und dann Wechsel zum Boxen**

Verona Gjinaj weiss, dass solche Worte und generell das Kick- oder Thaiboxen nicht ihre weibliche Seite zeigen. Als kleines Mädchen habe sie denn auch anderes ausprobiert. Sie war beim Schwimmen zum Beispiel, oder im Gesangsunterricht. Auch heute lässt ihr äusseres Erscheinungsbild mit 1,66 Metern Grösse und 60 Kilos Gewicht in Zivil nicht auf eine Kampfsportlerin schliessen. «Wenn ich Videos von mir zeige, auf denen ich kämpfe, sind die Leute meistens erstaunt.» Kampfsport

wollte sie aber schon immer ausprobieren. «Und jetzt kann ich damit nicht mehr aufhören.»

Geht es nach ihr, wird sie künftig noch viele Beobachter ins Staunen versetzen, denn die junge Frau mit kosovarischen Wurzeln hat Grosses im Sinn. Sie will Weltmeisterin im Thaiboxen werden. Und dann, ganz im Sinne ihres Mentors, zum Boxen wechseln. «Im Boxen», so erklärt Tefik Bajrami, «hat Verona die Möglichkeit, sich für die Olympischen Spiele zu qualifizieren.» Bereits jetzt fördert er ihre Boxqualitäten. Was ihr in diesem Jahr fehlt, ist die Wettkampfpraxis, zudem ist seit zwei Wochen wegen den verschärften Coronamassnahmen auch im Training der Körperkontakt verboten. Ihren Weg nach oben soll dies jedoch nicht behindern. «Verona geht vorwärts, sie macht mehr, sie will den Sieg», sagt Trainer Bajrami. Kurz: «Sie ist einfach stark.»

---

Hinweis Website: [www.bajrami.ch](http://www.bajrami.ch)

### Mehr zum Thema



#### Trainings ohne Meisterschaften: So meistern Zentralschweizer Vereine die Krisensituation

Wettkämpfe im Breitensport sind bis auf wenige Ausnahmen verboten. Trainings für Erwachsene müssen wegen Corona angepasst werden.

[abo+](#)

René Barmettler, Stephan Santschi, Theres Bühlmann, Daniel Schriber, Roli Bucher, Albert Krütli und Sven Aregger · 10.11.2020

#### 600 Zuschauer feiern den alten und neuen Box-Weltmeister Tefik Bajrami

Tefik Bajrami (42) bleibt nach dem Punktesieg über Paata Aduaschvili Weltmeister im Cruisergewicht nach Version WBU. Im kommenden Jahr tritt der Schweiz-Kosovare endgültig von der Boxbühne ab.

Urs Leupi · 22.04.2019

---

Copyright © Luzerner Zeitung. Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von Luzerner Zeitung ist nicht gestattet.



