



## Ein Tag im Leben

von [REDACTED] (13)  
Eishockeyspieler

Wenn ich um 5:30 von meiner Mutter geweckt werde, schaffe ich es kaum aufzustehen, weil der letzte Tag so streng war und ich nicht genug schlafen konnte. Zehn Minuten später mache ich mich für das Training bereit. Ich und ein paar andere Spieler gehen extra eine Stunde früher freiwillig um das Schiessen zu üben. Ich habe etwas Stress, weil ich um 6:45 auf dem Eis stehen muss. Meine Mutter fährt mich zum Glück nach Oerlikon. Wenn sie dies nicht tun würde, müsste ich etwa 20 Minuten früher gehen.

Nun binde ich meine Schlittschuhe und bin schon wieder im Stress, weil ich in fünf Minuten auf dem Eis sein muss. Ich schaffe es pünktlich. Als erstes schieße ich auf den Torhüter und mache Übungen, die der Trainer mir sagt. Nach dieser freiwilligen Stunde muss ich direkt auf das andere Eisfeld und dort wieder eine Stunde trainieren. Es steht Powerskating, das heisst Schlittschuhfahren, auf dem Programm.

Nach den zwei Trainings bin ich ziemlich müde. Jetzt muss ich mich schnell umziehen und Morgenessen gehen. Dann lauf ich schon mit meinen Freunden los Richtung Schule. Als wir am Bahnhof Oerlikon in den Zug einsteigen, treffen wir meist die Klotener, weil sie mit dem gleichen Zug in die Schule gehen. Nun bin ich in der Schule und mache meine Planung. Ich habe drei Stunden IU. Um 12:45 beginnt die Mittagspause. Ich gehe in die Mensa und lasse mich überraschen, Welches Gericht es heute gibt.

Um 14:00 Uhr fängt die letzte Schulstunde an. Anschliessend muss ich runter zur Tramhaltestelle laufen. Mit dem 4er fahre ich zum Bahnhof Stadelhofen. Dort warte ich bis die S3 kommt. Nach drei Stationen bin ich in Altstetten angelangt. Dort nehme ich entweder den 78 oder den 80. Jetzt bin ich endlich Zuhause und habe kurz Zeit um mich auszuruhen. Um 18:00 muss ich schon wieder los, weil ich um 18:10 den Zug am Bahnhof habe. Dann habe ich zuerst um 19:15 Kraft bis etwa 20:15. Dann habe ich nur noch etwa 15 Minuten Zeit, bis ich auf dem Eis stehen muss. Wir trainieren nochmals eineinhalb Stunden. Ich bin nun so müde, dass ich im Stehen schlafen könnte. Zuhause esse ich mein Nachtessen um 22:00 Uhr. Jetzt habe ich mein Ziel erreicht und kann endlich schlafen gehen und für den nächsten harten Tag Kräfte sammeln.