

Alex Schwazer

DAS ZIEL IM BLICK

Mein Leben zwischen Triumph
und Tragödie



TAPPEINER.



Die Drucklegung dieses Buches wurde ermöglicht durch die
Südtiroler Landesregierung / Abteilung Deutsche Kultur.

INHALTSVERZEICHNIS

1. **STERZING**. Februar 1998
2. **MERAN**. November 2000
3. **PENSER JOCH**. März 2001
4. **REGGIO CALABRIA**. Oktober 2003
5. **SALUZZO**. Dezember 2004
6. **HELSINKI**. August 2005
7. **OSAKA**. August 2007
8. **PEKING**. August 2008
9. **TURIN-PIACENZA**. Oktober 2008
10. **ST. MORITZ**. September 2009
11. **FERRARA**. April 2010
12. **KALCH**. April 2011
13. **BOZEN**. August 2012
14. **KALCH**. November 2013
15. **ROM**. April 2016
16. **ROM**. Mai 2016
17. **RIO DE JANEIRO**. August 2016
18. **RATSCHINGS**. Februar 2018
19. **RIDNAUNTAL**. September 2019
20. **ROM**. November 2019
21. **MERAN**. Oktober 2020

22. **SAMBUCI.** April 2021

NACHWORT





1 STERZING

Februar 1998

Ich laufe.

Es ist sechs Uhr morgens, im Dorf ist noch alles still.

Das Thermometer zeigt minus dreizehn Grad an. Wenn ich mein Laufpensum absolviert habe, geht es unter die Dusche und dann in die Schule, später muss ich zum Eishockey-Training in die Eishalle.

Warum tue ich mir das an? Um ehrlich zu sein - ich weiß es selbst nicht.

Aber es gefällt mir, und ich fühle mich wohl dabei. Ich glaube, es verleiht mir mehr körperliche Ausdauer. Vor allem aber gibt es meinem Leben eine Richtung, ein Ziel. Ich engagiere mich für etwas, das ganz und gar meins ist. Mit all meinen Kräften. Die Anstrengung, der Schweiß und die Aufopferung sind der größte Lohn.

Ich bin zehn Minuten vor fünf Uhr aufgestanden. Mit dem Fahrrad radle ich zum Autohof Sadobre, meinem Startpunkt. Dieser LKW-Parkplatz mit seinem rissigen Asphalt und den kahlen Bäumen ist fast immer menschenleer. Meine Trainingsstrecke beginnt dort und verläuft etwa zehn Kilometer entlang der Autobahn. Ideale Bedingungen, denn hier treffe ich auf keine Menschenseele - weder Mannschaftskameraden noch Schulfreunde. Die Umgebung ist nicht gerade einladend, aber das kümmert mich nicht, denn auf diesen Feldwegen gibt es keinen Verkehr und ich begegne nie jemandem. Es gibt auch keine Straßenbeleuchtung, sodass ich immer im Dunkeln laufe.

Meine Füße versinken im Schlamm. Der Schnee ist größtenteils schon geschmolzen, aber an einigen Stellen sind noch einige graue, mit Matsch vermischte Haufen. Die

Felder zu meiner Rechten können das Wasser nicht mehr aufnehmen, und so wallt ein dichter Nebel über den Weg, der mir kalt in die Knochen kriecht und mich frösteln lässt. Ich ballte meine Fäuste und versuche, mein Tempo zu steigern.

Im Sommer vor zwei Jahren habe ich mit dem Laufen begonnen. Die Eishockeysaison war zwar vorbei, aber ich wollte weiter trocken trainieren.

Beim Eishockey dreht sich alles um Geschwindigkeit. Geschwindigkeit ist alles: schnelle Wendungen, Gegenangriffe, fliegende Wechsel. Meine Technik ist gut, ich möchte sie jedoch noch verbessern. „Ein guter Eishockeyspieler befindet sich dort, wo der Puck ist“, sagte einmal Wayne Gretzky, einer der besten Spieler aller Zeiten. „Der *große* Eishockeyspieler ist schon dort, wo der Puck sein wird.“ Das ist wahr, aber wie stellt man das an? Es genügt nicht, den Spielverlauf „lesen“ zu können. Man braucht wirklich starke Beine.



Alex war bereits in jungen Jahren sehr ehrgeizig ... auch beim Minigolf!

Deshalb bin ich hier und laufe. Noch bis vor ein paar Monaten habe ich meist nachmittags im Dorf am Weg entlang des Flusses trainiert. Sowohl bei den Einheimischen als auch bei den Touristen ist dieser Weg sehr beliebt, denn er ist wie geschaffen für Spaziergänge. Manchmal begleitete mich Pepi – mein Vater – auf seinem Fahrrad. Mein oberstes Ziel war immer die Geschwindigkeit. Der Wettlauf mit der Zeit. Jeden Tag versuchte ich, meine bisherigen Leistungen zu übertreffen. Die Rundstrecke am Fluss ist drei Kilometer lang, und die Herausforderung bestand darin, die Strecke in weniger als zehn Minuten zu bewältigen. Wie lange hatte ich gebraucht, um dieses Ziel zu erreichen! Und wie groß war meine Freude, als ich es endlich geschafft hatte!

Von jenem Tag an setzte ich mir immer höher gesteckte Ziele. Wenn ich meine Laufzeiten wirklich verbessern wollte, musste ich bergauf trainieren.

Und so fand ich nach einigem Suchen eine neue Laufstrecke, einige Hundert Meter entfernt vom Sadobre-Parkplatz. Sie verläuft am Hang des Berges und endet auf einem Plateau, auf dem eine Antenne steht. Ich nahm mir vor, die Strecke ohne Atempause in weniger als einer halben Stunde zu bewältigen. Als ich auch diese Hürde genommen hatte, legte ich die Messlatte wieder höher. Irgendwo hatte ich gelesen, dass Pietro Mennea (seine 200-Meter-Sprintzeit war siebzehn Jahre lang Weltrekord) beim Training Knöchelgewichte trug, also probierte ich das aus.

Nun, es funktioniert. Sobald man die Gewichte wieder abnimmt, sprintet man los wie ein Hase.

Ich überquere die Autobahnüberführung, biege links ab und laufe auf der jetzt schnurgeraden Strecke weiter in Richtung Stilfes. Zu meiner Linken fließt, verdeckt von einer Baumreihe, ein Wildbach, der von Ratschings heruntersprudelt und weiter vorne in den Eisack mündet. Die einzigen Lichtquellen hier sind die roten und weißen Lichter der Fahrzeuge auf der Autobahn. Vor mir, kaum erkennbar, sehe ich die Kontur eines Berges, die mich an

den Buckel eines riesigen schlafenden Monsters erinnert. Ich mag diese neue Laufroute und bin gern allein hier, in dieser frühen Morgenstunde. Pepi arbeitet für die ANAS (italienische Straßenaufsichtsbehörde), wie schon sein Vater vor ihm, und verlässt das Haus sehr früh. Er steigt in sein orangefarbenes Auto, dessen Bestimmung man an dem Besen auf dem Dachgepäckträger erkennen kann, und fährt los.

Mir gefällt es, gleich nach ihm das Haus zu verlassen. Ich fühle mich dabei großartig. Eine Stunde später erschöpft nach Hause zu kommen, ist noch schöner, weil mich niemand und nichts außer meiner eigenen Willenskraft dazu gezwungen hat.

Ich laufe nicht mehr ausschließlich, um meine Beine zu trainieren.

Ich laufe, weil es mir Spaß macht. Seit ich meinen persönlichen Wettlauf gegen die Zeit gewonnen habe – erst am Flussufer, dann auf der neuen Strecke zur Antenne hinauf –, ist Geschwindigkeit zweitrangig. Mehr als die Laufzeit fasziniert mich jetzt die Distanz und meine Fähigkeit, die Anstrengung zu ertragen. Ich will die Grenzen meiner Ausdauer immer weiter verschieben. Und während ich laufe – mit einer Mütze auf dem Kopf, einer laufenden Nase und vor Kälte roten Händen –, habe ich große Freude daran, neue Orte zu entdecken, wie zum Beispiel diese Talecke, die ich bis vor Kurzem nicht kannte, obwohl ich mein ganzes Leben hier in den Bergen verbracht habe.

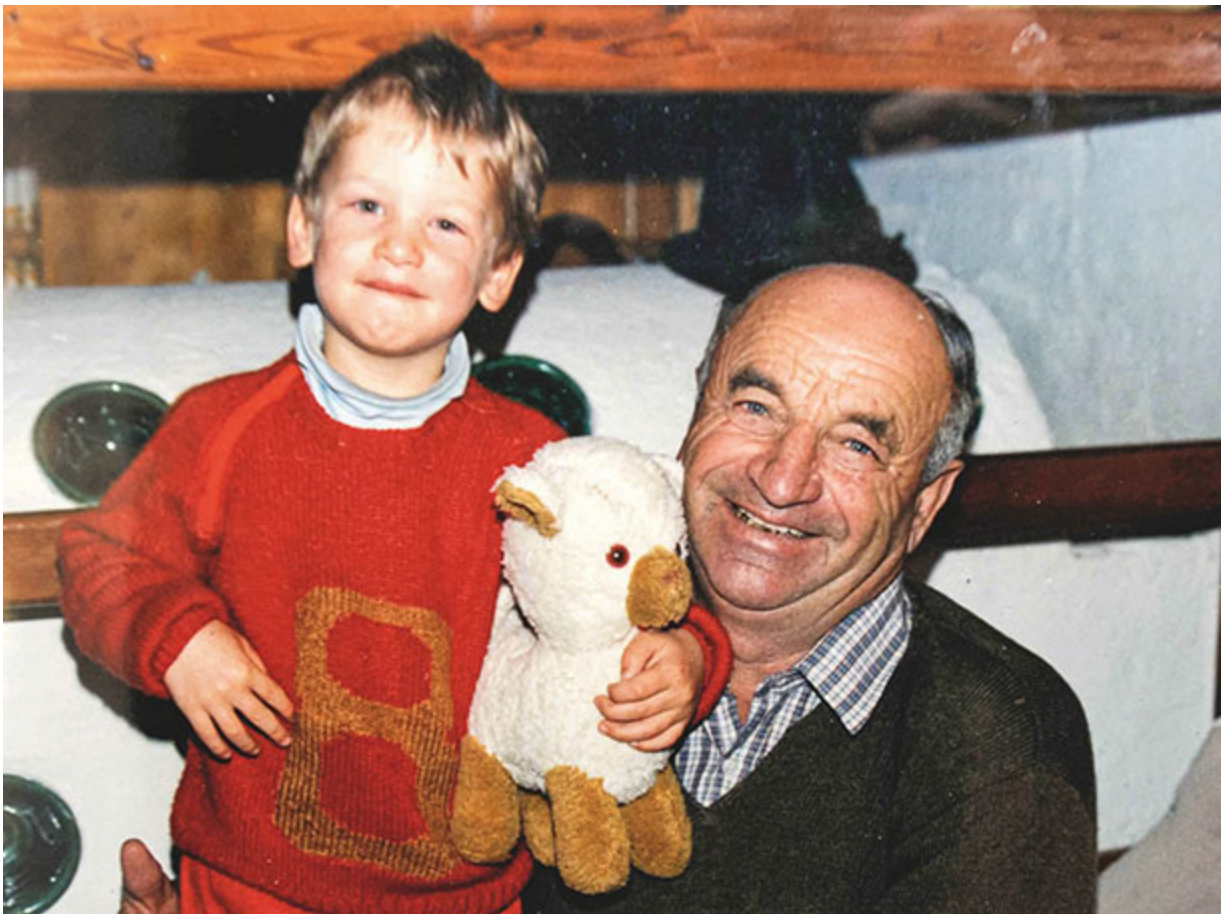


Alex mit 3 Jahren in einem Oldtimer

Ich wuchs in Kalch auf, neun Kilometer entfernt von hier.

Kalch ist ein Weiler mit gerade mal sieben Häusern, und liegt an der kurvenreichen Straße, die von Ratschings zum Jaufenpass führt. Eigentlich ist Kalch wenig mehr als eine einfache, von Lärchen und Tannen gesäumte Alm auf 1443 Meter Meereshöhe. Der Brennerpass ist fünfundzwanzig Kilometer entfernt, Bozen fast achtzig Kilometer. Dort oben besitzen meine Großeltern väterlicherseits, Albert und Clara, einen Bauernhof mit Schweinen, Hühnern, ein paar Kühen. Eine Zeit lang hatten sie sogar einen Stier. Rundherum erstreckt sich eine weite, steile Wiese, auf der das Vieh grast. Auf der anderen Straßenseite, hinter der kleinen weißen Kirche, in der meine Eltern geheiratet haben, gehört uns ein Waldstück.

Als ich erst ein paar Monate alt war, brachte mich meine Mutter morgens vor der Arbeit zu meinen Großeltern, die sich den Rest des Tages um mich kümmerten. Im Bauernhaus steht ein sehr alter Ofen, und Opa hat sich immer gerne danebengelegt, um sich auszuruhen. In der Familie erzählt man sich, dass ich schon früh zu laufen begann, und zwar, während ich mit ihm spielte. Erst hielt ich mich mit den Händen fest, dann ließ ich los, ohne Furcht zu zeigen, im Gegensatz zu meinem Bruder Oliver, der erst spät laufen lernte und schon bald darauf zu sprechen anfang.



Alex mit Opa Albert beim Spielen

Etwa zwanzig Meter vom Bauernhof entfernt gibt es einen kleinen Skilift, der mir viele glückliche Stunden beschert hat. Skifahren zu lernen war für mich so selbstverständlich wie

das Laufen. Als ich drei oder vier Jahre alt war, stand ich zum ersten Mal auf Skiern. Schon immer treibt meine Familie Sport – eine Leidenschaft, die uns alle verbindet. Von Kindheit an waren die Weltcup-Rennen im Fernsehen ein fester Bestandteil unseres Alltags, fast schon ein Ritual. In jungen Jahren war Pepi ein guter Skifahrer, und vielleicht wäre er gern Profiskifahrer geworden. Aber das waren andere Zeiten.

Er und Mutter lernten sich 1979 in einem Tanzlokal kennen, als Pepi seinen Militärdienst ableistete. 1983 heirateten sie, und im Jahr darauf wurde ich am zweiten Weihnachtsfeiertag geboren. Meine Eltern konnten es sich nicht erlauben, Flausen im Kopf zu haben, und wussten, dass sie sichere Anstellungen brauchten, wenn sie eine Familie gründen wollten. Mutter arbeitete in der Schule, Pepi in der Straßenmeisterei. Nur wenigen jungen Leuten gelang es damals, sich von der konservativen Mentalität ihrer Väter zu lösen, die ihnen nahelegte, ihre Träume vom Ruhm aufzugeben und einen ehrbaren Weg einzuschlagen.

Mein Onkel, Walter Brunner, der Bruder meiner Mutter, war einer dieser wenigen. Mit der italienischen Nationalmannschaft nahm er zweimal im Doppelsitzer (Rodeln) an den Olympischen Spielen teil, das erste Mal 1984 in Sarajevo, das zweite Mal vier Jahre später in Calgary.

Außerdem gewann er in Olang einen Europameistertitel im Doppelsitzer. In meinen Augen waren seine Leistungen legendär, auch wenn er kaum mehr darüber spricht. Wir unternahmen oft lange Trekkingtouren zusammen und bestiegen alle Gipfel der Umgebung. Wir standen gemeinsam auf dem Zuckerhütl, dem Hochfeiler, dem Tribulaun, der Weißspitze, dem Wilden Freiger und auf dem Turnerkamp, und wanderten auch sechs oder sieben Stunden am Stück, um die oft auch über 3000 Meter hohen Gipfel zu erreichen. Meinem Onkel wurde manchmal vorgeworfen, dass er mir zu viel abverlange, aber ich

begleitete ihn sehr gern und war stolz auf mich, wenn wir nach einer langen Wanderung gemeinsam auf dem Gipfel standen und den Ausblick genossen.

Als er dem Rennsport den Rücken kehrte, erbte er die Schuhmacherwerkstatt meines Großvaters Paul im Erdgeschoß unseres Wohnhauses in Sterzing.

Vor allem in den ersten Grundschuljahren verbrachte ich ganze Nachmittage in dieser Werkstatt. Schuhe neu besohlen, Absätze austauschen, Verschlüsse reparieren, Sportausrüstungen auf Vordermann bringen – das alles bereitete mir große Freude. Von Zeit zu Zeit kam ein Sportler in den Laden – mal ein Rennrodelfahrer, mal ein Eishockeyspieler – und ich rannte ins Hinterzimmer, von heller Aufregung gepackt.

Ich kannte sie alle – Menschen wie Markus Prock, Wilfried und Norbert Huber, Hansjörg Raffl, Maria-Luise Rainer – und ich wusste, was sie vollbracht hatten. Ich las über ihre Heldentaten in der Zeitung und hätte sie unter Tausenden wiedererkannt. Sie waren meine Helden, aber die Vorstellung, ihnen von Angesicht zu Angesicht gegenüberzutreten, machte mir Angst – zu überwältigend war die Aufregung.

Zu jener Zeit, in meinen ersten Grundschuljahren, begann ich, Eishockey zu spielen. Seit meinem fünften Lebensjahr konnte ich Schlittschuhlaufen, daher fiel mir der Einstieg ins Eishockey leicht. Eishockey für unter 8-Jährige ist Eishockey im Miniformat. Wir spielten auf einem Drittel des Spielfeldes, das durch Kegel markiert war, und die kleinen Tore standen an dessen kurzen Seiten. Wir sollten uns vor allem die grundlegenden Techniken dieser Sportart aneignen, aber schon damals drängte ich darauf, im Angriff zu spielen, und wenn ich im Puckbesitz war, spielte ich ihn nicht mehr ab, sondern griff direkt das gegnerische Tor an.

Mama Maria Luisa mit ihren beiden Söhnen Oliver und Alex





Alex mit seinem Bruder Oliver, der derzeit in London lebt und arbeitet

Pepi saß immer auf der Tribüne. Er verpasste kein einziges meiner Spiele, nicht einmal die Auswärtsspiele, und manchmal erschien er sogar zum Training. Das macht er auch heute noch. Er war schon immer ein ausgesprochener Perfektionist. Am Ende des Spieles wies er mich auf die begangenen Fehler hin, selbst wenn ich zwei oder drei Tore geschossen hatte. Vielleicht erinnerte ich ihn an sich selbst, als er jung und voller Begeisterung war.

Meinen Eltern verdanke ich, dass mir Sport so leichtfällt; nicht nur meinem Vater Pepi, sondern auch meiner Mutter. Beide haben mich immerzu ermutigt, neue Sportarten zu betreiben, ganz egal ob Langlaufen, Skifahren, Fußball, Schwimmen, Tennis oder Leichtathletik – was eben möglich war.

Als Oliver geboren wurde, war ich sechs Jahre alt, und mein erster Kommentar lautete wohl recht lapidar: „Er ist zu klein, Mama. Mit ihm kann ich nicht Fußball spielen.“



Alex mit seinem Vater Josef inmitten der großen Trophäensammlung

Eines Tages überredete ich meine Mutter nach langem Drängen, mich nach Meransen zu begleiten. Hier gibt es eine Rennrodelbahn, aber ich wollte unbedingt Erika Lechner, die erste Südtiroler Olympiasiegerin, kennenlernen. Erika war mit meiner Großmutter befreundet, so wurde es mir erzählt, und schon der Gedanke, ihr von Angesicht zu Angesicht gegenüberzustehen, versetzte meinen Magen in Aufruhr. Schon seit Längerem besaß ich ein Bild von ihr, das ich wie meinen Augapfel hütete. Auf dem Bild trug sie einen hellblauen Rodelanzug und eine brünette Pagenfrisur, ihr Blick strahlte Entschlossenheit aus. Um den Hals trug sie

eine Medaille an einem Regenbogenband. Meine Mutter brannte nicht darauf, mich zu begleiten, da sie befürchtete, sich lächerlich zu machen. Ich hatte sie schon einmal gebeten, mich zu einem Sportler zu begleiten, und sie hatte dann im letzten Moment einen Rückzieher gemacht. Bei dem Sportler handelte es sich um Patric Lochi, einen meiner Lieblingshockeyspieler. Ich hatte sein Bild aus einer Zeitschrift ausgeschnitten und in der Hoffnung auf ein Autogramm auf ein Stück Pappe geklebt, aber am Ende war ich zu schüchtern, versteckte mich und schickte meine Mutter vor.

Mein Herz drohte zu zerspringen.

Bei Erika Lechner hingegen verlief alles bestens. Sie sah anders aus, als ich erwartet hatte. Ihre Haare waren heller, ihr Lächeln breiter. Ich konnte kaum glauben, dass sie es wirklich war. Vor mir stand leibhaftig die erste Italienerin, und noch dazu eine Südtirolerin, die bei den Olympischen Winterspielen auf der obersten Stufe des Podiums gestanden hatte.

Mama Maria Luise unterstützt ihren Alex, wo immer sie kann!





Das hätte ich mir nie träumen lassen!

Ich starrte vor lauter Aufregung auf den Boden und blieb stumm wie ein Fisch. Erika begrüßte uns in der Lobby ihres Hotels, als wären wir Freunde der Familie. Sie fragte nach meinem Namen und zeigte mir die Medaille, die sie in Grenoble gewonnen hatte.

„Möchtest du sie mal in den Händen halten?“

„Ja, bitte.“

Ich hatte noch nie ein so großes Goldstück berührt. Die Medaille glänzte nicht nur, nein, sie verströmte regelrecht

Licht.

„Und, Alex? Was für einen Sport betreibst du?“

„Ich spiele Eishockey.“

„Eishockey?“

„Ja.“

„Dann wird es nicht einfach werden, eine solche Medaille zu gewinnen.“

Zumindest nicht hier in Italien. Btreibst du noch einen anderen Sport?“

„Etwas Leichtathletik.“

„Aha.“ Erika warf meiner Mutter einen Blick zu. „Nun, mit Leichtathletik könntest du es vielleicht schaffen.“

Dann lächelte sie mich an, wandte sich an meine Mutter und flüsterte ihr zu, ich sähe so niedlich aus mit der Medaille in meinen Händen.

Ich tat so, als hätte ich nicht zugehört. Es war mir im Grunde gleichgültig.

Ich spielte Eishockey aus Leidenschaft, um einfach Sport zu betreiben, und nicht, weil ich vorhatte, die Olympischen Spiele zu gewinnen.

„Vielen Dank“, sagte ich, und gab ihr die Medaille zurück.

Vor etwa zwei Jahren, in der ersten Klasse der Mittelschule, hatte ich damit begonnen, ein *guter* Eishockeyspieler zu werden. Seither verbrachte ich jeden Nachmittag in der Eissporthalle. Wenn ich nicht selbst trainierte, sah ich dem Training der älteren Jungs zu.

Die erste Mannschaft von Sterzing spielte in der Serie A1, aber es gab nur wenige Eishockeyspieler meines Jahrgangs, und wir gewannen selten ein Spiel. Und doch konnte ich jeder Niederlage etwas Positives abgewinnen. Selbst wenn wir fünfzehn Tore kassierten, reichten mir zwei oder drei Treffer, um zufrieden zu sein. Immer öfter durfte ich mit den älteren Jungs der oberen Kategorie spielen. Das gab mir die Möglichkeit, meine Spieltechnik zu verfeinern, und verschaffte mir große Genugtuung.

Ein Elfjähriger, der in der U16 spielt ... nicht schlecht,
lieber Alex.



**CALICE
KALCH**
(RACINES - RATSCHINGS)

5/0



Alex beim Training in seinem Heimatdorf Kalch

Für einen wirklichen Entwicklungssprung hätte ich ins Ausland gehen und mich mit Gegnern auf einem anderen Niveau messen müssen - in Kanada oder den Vereinigten Staaten, oder vielleicht in Russland. Aber wer konnte sich das schon leisten? Niemals habe ich gewagt, meine Eltern danach zu fragen, denn ich hätte sie damit nur in Schwierigkeiten gebracht.

Ich dachte, vielleicht hat Erika Lechner recht. Es wird nicht leicht sein, es ihr nachzutun und eine solche Medaille zu gewinnen. Jedenfalls nicht im Eishockey.

Ich laufe.

Bald habe ich es geschafft.

Ich laufe unter der Überführung hindurch und erhasche einen Blick auf die Bäume des Sadobre-Parkplatzes. Noch einige Kehren, und auch diese zehn Kilometer sind geschafft.

Es ist beinahe hell. Ich laufe an der Fünfhundert-Meter-Markierung vorbei, die ich mit einer Sprühdose auf der Leitplanke angebracht habe.

Nicht mehr lange und ich bin da.

Ich freue mich schon auf eine schöne Dusche. Nach einem anstrengenden Training gibt es nichts Besseres als die Befriedigung, sich total ausgepowert zu fühlen. Ich habe ja ohnehin noch den ganzen Vormittag in der Schule vor mir: besser kann man sich gar nicht erholen.

Das Laufen habe ich mir selbst beigebracht. Ich laufe nach Gefühl, aber ohne wirkliche Vorbereitung, nach dem Grundsatz „Versuch und Irrtum“. Wenn ich im Fernsehen den Kenianern zusehe, nehme ich mir vor, es ihnen gleichzutun und hart zu trainieren, aber das ist nicht so einfach, wie es scheint. Immerhin trainieren sie im Team, spornen sich

gegenseitig an und tauschen untereinander Erfahrungen und Ratschläge aus.

Ich hingegen laufe allein.

Die Sommerwettkämpfe, an denen ich teilgenommen habe, waren ein Trauerspiel. Die Streckenlänge war immer dieselbe, 1000 Meter. Jedes Mal startete ich gut, lag bis kurz vor der Ziellinie in Führung und wurde dann im Zielsprint abgehängt. Klar, einige Läufe habe ich gewonnen, aber ansonsten musste ich mich mit einem zweiten, dritten oder vierten Platz abfinden.

Bisher kann ich nur ein ermutigendes Ergebnis vorweisen. Das war im vergangenen Jahr, als ich an der StraBolzano teilnahm. Da die Anmeldung nur für Läufer über achtzehn Jahre möglich war, flunkerte ich. Ich meldete mich für die Kategorie Junioren an und hoffte, dass niemandem auffallen würde, dass ich keinen Bartwuchs hatte, geschweige denn den Körperbau eines Mannes. Mein Plan hat hervorragend geklappt. Meine Eltern sprachen sich gegen meine Teilnahme aus, und so musste ich ohne ihr Wissen meine Großeltern, Paul und Maria, überreden, mich zu begleiten.

Das war nicht besonders schwierig. Sie waren überglücklich, einen ganzen Tag mit mir zu verbringen.

An der Startlinie sah ich mich um und realisierte, dass ich ausschließlich von erwachsenen Männern umgeben war. In den ersten Minuten studierte ich das Gewirr von Beinen, um die jüngeren Läufer, die Junioren, auszumachen. Sie waren nicht sehr zahlreich vertreten. Als ich einen entdeckte, blieb ich an ihm dran und war entschlossen, ihm bis zur Ziellinie auf den Fersen zu bleiben. Es war sehr anstrengend, aber ich schaffte es und überquerte die Ziellinie mit einem Vorsprung von wenigen Metern.

Später stand ich vor der Anzeigetafel mit den Ergebnissen, die gerade veröffentlicht worden waren, und traute meinen Augen nicht. Der Bursche vor mir musste viel älter gewesen sein als ich. Der erste Platz in der

Juniorenkategorie ging an mich! Ein ermutigendes Ergebnis, sicherlich, allerdings nicht genug.

Früher oder später muss man eine Entscheidung treffen, sagt Pepi immer, man kann nicht zwischen Baum und Borke leben, wenn man etwas gut machen will. Früher oder später musst du dich entscheiden.

Eishockey oder Laufen?

Er hat recht. Aber nach all den Jahren meine noch nicht begonnene Eishockeykarriere aufgeben, ist das sinnvoll? Der Gedanke, alles selbst organisieren zu müssen, macht mir Angst und beflügelt mich gleichzeitig.

Um ein erfolgreicher Läufer zu werden, muss ich nicht nach Amerika oder Kanada auswandern. Dafür kann ich auch hier auf diesen Wegen trainieren. Doch was würde Pepi davon halten, der mich immer in die Eissporthalle begleitet hat, um mir beim Spielen zuzusehen?

2 MERAN

November 2000

Ich gehe.

Meine Schuhe und mein T-Shirt sind durchnässt. Diesmal haben wir uns nicht für die lange Strecke entschieden, das Wetter ist zu schlecht.

Aber auch heute muss ich trainieren, Regen hin oder her. Ich höre den Kleinbus hinter mir und warte darauf, dass er mich überholt. Stattdessen fährt er langsam neben mir her.

„Hans“, keuche ich, „ich bin erledigt. Mehr schaffe ich nicht.“ „Na los, nur noch bis zur Kurve. Nach der Kehre warte ich auf dich.“ Dann prescht er los, bevor ich protestieren kann.

In Ordnung, denke ich. Nur noch bis zur Kurve, aber dann ist Schluss für heute.

Ich habe den steilen Anstieg heute schon einmal bewältigt und bin mit meinen Kräften am Ende.

Ich beiße die Zähne zusammen und schleppe mich weiter. Meine Beine sind schwer wie Blei, meine Lungen brennen. Endlich erreiche ich die Kehre ... kein Kleinbus da! Hans hat mich hereingelegt. Wenn ich jetzt nicht zu Fuß zurückkehren will und er mich mitnehmen soll, muss ich es bis auf den Hügel schaffen, und das heute schon zum zweiten Mal, und dann auch noch im Regen.

Typisch Hans, das ist mir jetzt klar. Das Training geht vor, koste es, was es wolle. Es spielt keine Rolle, ob es kalt ist, regnet, schneit oder hagelt.

An das Trainingsprogramm muss man sich halten und es durchziehen, keine Diskussion. Das sind die Regeln.

Er ist klein, stämmig und schon seit einiger Zeit im Ruhestand, hat jedoch nicht das gutmütige Aussehen eines Rentners. Ein halbkahler Kopf und die eingedrückte

Boxernase, daran erkennt man Hans. Ein Blick reicht aus und man weiß, woher der Wind weht, und das gilt für jeden.

Mit Hans streitet man nicht, man gehorcht. Jeden Samstag nach der Schule trainiere ich mit ihm. Letzte Woche musste ich immer wieder die gleiche Strecke ablaufen, achtmal tausend Meter. Ich war vollkommen erschöpft und befürchtete, jeden Moment zu Boden zu gehen und nicht mehr aufzustehen. Er ließ sich nicht erweichen. Im Gegenteil: Als er mich taumeln sah, brüllte er mich an.

„Schneller, komm schon! Nicht langsamer werden! Na los, komm schon, komm schon!“

Jetzt verfluche ich ihn, weil ich wirklich am Ende bin und sich diese Strecke wie der Mortirolo-Anstieg (Pass in der Lombardei) anfühlt. Im Grunde jedoch mag ich seine Methoden. Hans ist der Trainer, nach dem ich gesucht habe. Als junger Mann war er Boxer, und das merkt man. Die gleiche Einstellung, Entschlossenheit und ostdeutsche Unerbittlichkeit legt er auch in der Leichtathletik an den Tag. Im Sportclub Meran ist er morgens immer der Erste und abends immer der Letzte. Für ihn ist das Training mehr als nur ein Job: Es ist eine Berufung. Abends, wenn er nach Hause geht, verabschiedet er sich stets auf dieselbe Weise. „Ich besuche mal meine Frau“, gerade so, als sei er in Wahrheit mit der Leichtathletik vermählt.

Am Ende unserer ersten gemeinsamen Trainingseinheit überreichte er mir einen lilafarbenen Ordner. Darin befanden sich das Trainingsprogramm für die kommende Woche und die Anleitungen für die Dehnübungen, die ich machen sollte. Seit ich vor zehn Jahren mit dem Leistungssport begonnen habe, hat mich noch nie jemand so professionell betreut.

Wir werden gut miteinander auskommen, dachte ich sofort.

Da, der Bus! Endlich!

Ich habe es geschafft.