



G.O.A.T.

Text und Interview: Thomas Lüthi
Fotos: Gabriel Monnet/Swiss Paralympic

Nicht mal dem grossen Emil Zatopek gelang an Olympia, was Rennrollstuhlfahrer Marcel Hug an den Paralympics in Tokio schaffte. Zatopek, der erste moderne Langstreckenläufer, siegte an den Nachkriegsspielen 1948 in London über 5000m, 10000m und am Marathon. Hug holte in Tokio 2021 noch eine Goldmedaille mehr. Um Ausdauerathleten zu finden, die den Nottwiler an Olympia übertrafen, muss man in die 20er Jahre zurückgehen. In Paris 1924 gewann der Finne Paavo Nurmi fünfmal Gold. Danach war an Olympia keiner mehr besser. Keiner.

Zudem ist Hugs Bilanz bei den grossen Städtemarathons atemberaubend. Während Kipchoge & Co. bloss zweimal pro Jahr antreten, gewann Marcel Hug alleine 2021 in Berlin, London und Boston – innerhalb von zwei Wochen. Weitere Rennen stehen noch bevor. Marcel Hug würde Vergleiche mit Sportikonen wie Nurmi oder Zatopek nie anstellen – auch aus Bescheidenheit. Doch weil der Rennrollstuhlsport der Leichtathletik zugewandt ist, können nur Vergleiche mit anderen Ausdauerathleten veranschaulichen, in welche Liga Marcel Hug gehört. Nämlich in die der G.O.A.T.s – Greatest of All Time –, wo Federer, Jordan und Ali zu Hause sind. Bei den Frauen bewegt sich auch Manuela Schär dort oben.

Ihr zwei seid momentan kaum zu schlagen. Warum ist die Schweiz so gut?

Man muss fairerweise sagen, dass andere Nationen ziemlich aufgeholt haben. Die Weltspitze ist zwar nicht breit, aber wir sind trotzdem ganz nah beieinander. Was die Schweiz angeht: Wir haben eine lange Tradition im Rennrollstuhlsport. Heinz Frei, Franz Nietlisbach, Edith Hunkeler und viele andere haben Pionierarbeit geleistet. Dann haben unsere Erfolge viel mit dem Paraplegiker-Zentrum Nottwil zu tun. Die Infrastruktur mit den Trainingsmöglichkeiten und dem medizinischen Zentrum ist unübertroffen. Ich sage immer: Die Fussgänger haben Magglingen, wir haben Nottwil. Und natürlich spielt auch das Material eine Rolle.



Nicht zu vergessen der Faktor Talent. Wie hat eigentlich alles begonnen?

Als Zehnjähriger fuhr ich meine ersten Rennen. Dort begegnete ich übrigens meinem heutigen Trainer Paul Odermatt und habe rasch gemerkt, dass mir das liegt. Schon als Jugendlicher habe ich vom Paralympics-Sieg geträumt und mit einer Karriere als Profi geliebäugelt. Ich absolvierte das Sportler-KV, machte aber bald nach dem Abschluss den Schritt zu den Profis und gewann 2004 in Athen meine ersten Medaillen an paralympischen Spielen.

Bei Ihren Erfolgen müssten Sie längst mehrfacher Millionär sein!

Wenn ich sehe, was schon einige internationale junge Fussballer im Vergleich zu uns verdienen... Es ist schon etwas unverhältnismässig. Aber die Zeiten, in denen ich damit gehadert habe, sind längst vorbei. Ich kann es mittlerweile auch nachvollziehen, dass ich nicht steinreich bin und es wohl nie sein werde. Was ich aber enorm schätze: Dank meinen Sponsoren, der Verbandsunterstützung und den Preisgeldern kann ich gut von meinem Sport leben. Ich konnte meine Leidenschaft zum Beruf machen. Ich empfinde das als enormes Privileg.

Sie absolvierten 2021 innerhalb von zwei Wochen vier grosse Marathonwettbewerbe, gewannen dreimal. Wie ist das überhaupt möglich?

Wir sind weniger Schlägen ausgesetzt als die LäuferInnen. Unsere Muskeln werden deshalb weniger in Mitleidenschaft gezo-

gen. Wir dürfen windshadowfahren, können zwischendurch auch mal die Arme hängen lassen und uns erholen. Und weil wir bedeutend weniger lang unterwegs sind als die LäuferInnen, ist auch die Belastungszeit kürzer...

...also könnte man Ihre Disziplin mit dem Radsport vergleichen?

Naja. Der grosse Unterschied dazu: Wir

haben keine Gangschaltung und treiben die Räder mit den Armen an, statt den Beinen. Ich vergleiche unseren Sport von der Belastung her lieber mit dem Langlauf. Aber auch wenn es einige Unterschiede zu den LäuferInnen gibt: Wir gehören ganz klar in die Leichtathletik.

Mit welcher Einstellung gehen Sie an den Start?

Im Sport ist es allgemein wichtig, dass ich mich auf mich und meine Leistung konzentriere und weniger auf die Konkurrenten achte. Deren Leistung kann ich nicht beeinflussen. Aber dafür meine. Es geht darum, die beste Version meiner selbst zu sein und im richtigen Moment mein Potenzial abzurufen. Und es geht auch um eine Balance: sein Ziel erreichen und dabei aber gelassen bleiben. Das ist mir wichtig.

Ihr Wissen geben Sie auch dem Nachwuchs weiter, im Swiss Silver Bullet Camp.

Genau. Neben Training, Ausflügen und gemütlichem Beisammensein vermitteln mein Trainer Paul Odermatt und ich auch Dinge, wie ich sie vorhin geschildert habe. Neben Gelassenheit gehört auch Demut dazu: Denn niemand bleibt von Niederlagen, Enttäuschungen und Rückschlägen verschont. Sie sind ein wichtiger Bestandteil im Prozess zum Erfolg. Dank ihnen lernen wir Erfolge einzuordnen und zu schätzen.