

Nachgefragt

«Highlight reihte sich an Highlight»

Der Nottwiler Marcel Hug ist Paralympischer Sportler des Jahres. Der vierfache Paralympicsieger, Marathon-Majors-Gewinner und neue Marathon-Weltrekordhalter setzte sich bei der Wahl gegen Manuela Schär (Kriens) und Heinz Frei (Oberbipp) durch.

Sie gewannen die Wahl zum siebten Mal in den vergangenen zehn Jahren. Eine unglaubliche Serie.

Marcel Hug: Das sehe ich auch so und es freut mich riesig, zumal ich diese Wahl letztmals 2017 hatte gewinnen können. Für mich ist diese Auszeichnung eine ganz besondere.

Wieso?

2021 war ein unglaubliches, fantastisches Jahr. Fast surreal. Highlight reihte sich an Highlight – vor allem im Spätsommer und im Herbst. Auf die vier Paralympics-Goldmedaillen folgten die erfolgreichen Städtemarathons und der Gewinn der Marathon-Major-Serie. Und der Weltrekord in Oita rundete das Gesamtwerk, wie ich es nenne, ab. 2021 ist meine bis anhin erfolgreichste Saison gewesen.

Körperlich waren diese Monate herausfordernd. Und mental?

Das war fast noch anspruchsvoller. Die Saison war streng. Zum Geniessen eines Erfolges gab es kaum Zeit. Es hiess abhaken, den Blick vorwärtsrichten, das nächste Projekt ansteuern. Da mussten viele Puzzleteile zusammenpassen. Allein hätte ich dies nicht geschafft. Diese Saison hat mich auch sehr dankbar und demütig gestimmt...

Können Sie Namen nennen?

Da ist Trainer Paul Odermatt. Mit ihm arbeite ich seit 25 Jahren, es ist eine Erfolgsgeschichte. Er lernte mich als Kind kennen. Diese Zusammenarbeit



Marcel Hug. Bild: Keystone

passt nach wie vor perfekt. Die Kontinuität zeigt sich generell in meinem Sportlerleben. Auch mit meinem Krafttrainer arbeite ich mittlerweile seit 16 Jahren zusammen. Und immer auch wichtig: die Familie, die Freunde, die Trainingskollegen...

Für Aufsehen sorgten Sie in auch mit ihrem neuen Rennrollstuhl. Ein Wundergefahr?

Den Stuhl zu fahren, ist ein Genuss. Dieses Tempo, diese Direktheit. Für mich aber ebenfalls von höchster Bedeutung ist, wie wir dieses Projekt in der Schweiz angehen, umsetzen und vollenden konnten. Das war eine Riesenerfahrung, eine gewaltige Bereicherung. Etwas, worüber ich noch immer staune. (gg)

«Tokio war erst der Anfang»

Elena Kratter (25) gewann an den Paralympics Bronze im Weitsprung. Jetzt absolviert die Schwyzerin die Spitzensport-RS in Magglingen – und profitiert von optimalen Bedingungen.



Ihr eiserner Wille treibt sie an: Elena Kratter will Grenzen verschieben.

Bild: Ennio Leanza/Keystone (Nottwil, 15. Mai 2021)

Peter Birrer

Sie liebt das Skifahren. Sie hat Talent. Und Ehrgeiz. Aber auf einmal geht es nicht weiter.

Elena Kratter, deren rechter Unterschenkel kurz nach der Geburt amputiert werden musste, ist vier Jahre lang einbeinig gefahren, und trotz hoher körperlicher Belastung hat sie um ihre Karriere gekämpft. Bis die junge Frau aus Vorderthal SZ im Januar 2019 an der WM im Super-G stürzt, dabei eine verhängnisvolle Knieverletzung erleidet und gezwungen wird, ihre Leidenschaft aufzugeben.

Kratter, die im Skiteam von Swiss Paralympic zu den hoffnungsvollen Athletinnen zählt, ist ein Mensch mit Bewegungsdrang. Ein Leben ohne Sport – für die PluSport-Athletin unvorstellbar. Sie fängt an zu joggen, die Belastung ist für sie dabei kein Problem. Die Leichtathletik ist für sie keine Notlösung, im Gegenteil. Jahr für Jahr nahm sie in Luzern an einem Laufwochenende teil, das Heinrich Popow leitete, ein mehrfacher Paralympics-Gewinner im Sprint und Weitsprung aus Deutschland.

Der gelungene Start in die zweite Karriere

Dass sie begabt ist, bleibt nicht verborgen. Georg Pfarrwaller, Nationaltrainer bei PluSport, macht ihr schmackhaft, in Magglingen ein paar Trainings unter seiner Leitung zu absolvieren. Kaum hat sie die ersten Einheiten hinter sich, tritt sie an einem nationalen Wettkampf

erstmals überhaupt zu einem Rennen über 100 m an. Und liefert den Nachweis, dass sie über eine Menge Potenzial verfügt. Es ist der gelungene Start in ihre zweite sportliche Karriere.

Kratter nutzt die Zeit des Lockdowns, um an ihrer Technik zu feilen. Sie hat ein neues Ziel, auf das sie hinarbeitet: «Die harten Trainings sollen auch Sinn machen.» Ihr ist bewusst, dass sie viel investieren muss, um ihr Niveau als Leichtathletin zu verbessern. Dafür muss sie zuerst ihre koordinativen Defizite wettmachen, Defizite, die darauf zurückzuführen sind, dass sie als Skifahrerin ihr rechtes Bein nicht eingesetzt hatte. Ihr eiserner Wille treibt sie an, die Lust, Fortschritte zu erzielen, und: an den Paralympics in Tokio an den Start zu gehen. Sie nutzt die Zeit des Lockdowns konsequent, schafft tat-

sächlich die Qualifikation, nimmt an den Spielen aber nicht bloss teil, sondern kehrt aus Japan mit einer Bronzemedaille im Weitsprung nach Hause.

Behindertensportler in der Spitzensport-RS

«Tokio war erst der Anfang», sagt sie heute. Aber um sich noch intensiver dem Sport widmen zu können, benötigt sie ein entsprechendes Umfeld. Das findet sie – dank dem Militär. Seit dem 1. November besucht die 25-Jährige die Spitzensport-Rekrutenschule. Zusammen mit dem Berner Oberländer Fabian Recher sorgt sie dabei für ein Novum: Die zwei sind die ersten Sportler mit körperlicher Einschränkung, welche die RS absolvieren dürfen. Kratter profitiert nun von Bedingungen wie andere Athleten aus dem Leistungssport. Nach drei Wochen

Grundausbildung, die sie bewältigt wie jede und jeder andere auch, trainiert sie so viel wie noch nie in ihrem Leben. «Ich sehe das als Riesenchance», sagt sie und erzählt davon, dass im Grunde nur etwas jeweils eine Herausforderung sei: die Kampfstiefel anzuziehen. «Das dauert mit der Beinprothese halt etwas länger.»

Wenn sie die RS hinter sich hat, darf sie pro Jahr bis zu 130 WK-Tage leisten, an denen sie trainieren kann. Daneben wird sie sich ihrem Beruf und zusätzlichen Ausbildungen widmen. Kratter hat sich zur Prothesentechnikerin ausbilden lassen, und als sogenannte Orthopädistin produziert sie ihre eigene Prothese gleich selber. Dieses Metier fasziniert sie. Die Entwicklung sei bei weitem nicht abgeschlossen, «da liegt noch sehr viel drin». Kratter tüfelt und ver-

sucht, ihre Erfahrungen einzubringen, um Prothesen für den Alltag besser zu machen, aber auch für den Sport. Was sich wiederum für sie bezahlt machen soll. An den Paralympics 2024 in Paris strebt sie erneut eine Medaille an, will aber noch besser abschneiden als in Tokio. Der Weltrekord im Weitsprung liegt bei 5,30 m. «Natürlich ist es ein hohes Ziel, diese Marke zu übertreffen», sagt Kratter, «aber ich weiss, wozu ich in der Lage bin.» Grenzen verschieben, das ist ihre Ambition. Die Gefahr, dass sie genügsam wird, besteht nicht: «Ich bin sehr selbstkritisch.»

Heinrich Popow ist für sie eine Inspiration

Wenn sie ein Vorbild nennen soll, zögert sie nicht lange: Heinrich Popow. Er war es, der Kratter immer wieder zu überzeugen versuchte, in die Leichtathletik zu wechseln. Jahrelang hat sie abgelehnt, weil das Skifahren für sie Priorität hatte. Dann zwangen sie Verletzungen dazu, umzudenken – und nun blüht sie in ihrer neuen Sportart auf. Popow ist für sie eine Inspiration: «Er hat wahnsinnig viel erreicht und unterstützt uns Athleten, wo er nur kann.»

Elena Kratter ist als Rekrutin eigentlich Profi-Sportlerin. In Magglingen hat sie alles, was sie braucht, um optimal zu trainieren. «Am Abend falle ich oft todmüde ins Bett», sagt sie, «aber es ist eine Müdigkeit, die sich richtig gut anfühlt. Ich bin in der RS, um voranzukommen. Und ich kann jetzt schon sagen: Es hat sich gelohnt.»



Als Rekrutin hat Elena Kratter in Magglingen alles, was sie braucht, um optimal zu trainieren. Bild: Kompetenzzentrum Sport Armee

«Am Abend falle ich oft todmüde ins Bett.»

Elena Kratter Behindertensportlerin