

Sport

«Ich bin zu lieb geworden»

Weltklassefechter Max Heinzer Vierte Olympische Spiele oder eine Enttäuschung vor dem Rücktritt? Seit der 36-Jährige Vater dreier Kinder ist, ringt er auf der Bahn um seine früheren Qualitäten.

Monica Schneider

Max Heinzer muss selber lachen darüber, wie kurz und knackig er den steinigen Weg der Fechter an die Olympischen Spiele zusammenfassen kann. Er sagt: «Seit knapp einem Jahr sind wir im Olympiakampf für Paris. Und überstehen wir im März den letzten Teamwettbewerb gut, sind wir schon in den Viertelfinals und haben Swiss Olympic so früh das erste Diplom gesichert.»

Die Krux in dieser Traditionssportart: Nur gerade acht Nationen sind im Teamwettkampf zugelassen. Die Konkurrenz ist enorm, doch seit Samstag und dem 4. Rang am Weltcup in Heidenheim (GER) befinden sich die Schweizer um Teamleader Heinzer wieder in einer aussichtsreichen Position. Teilgenommen haben 33 Länder.

Weltweit ist Heinzer einer der erfolgreichsten Fechter der vergangenen 15 Jahre. An Europa- und Weltmeisterschaften gewann er im Einzel und mit dem Team 18 Medaillen, zudem feierte er zehn Weltcup Siege im Einzel, was mit dem Degen noch nie jemand erreichte. Noch einmal Olympische Spiele, es wären seine vierten, ist natürlich sein Traum. Denn er sagt mit 36 Jahren: «Meine Karriere ist ja nicht mehr megalang.» Oder anders ausgedrückt: Paris wäre wohl der Abschluss.

Optimierer und Perfektionist

Heinzer ist ein Athlet, der in all den Jahren sein Trainingsumfeld optimierte und perfektionierte, der an seinem Material tüftelte und Neues kreierte, der mit seinen Social-Media-Posts verblüffte und damit andere anregte, der sich selber vermarktete und sich kaum je über mangelnde Medienpräsenz beklagte.

Und Heinzer kam auf der Fechtbahn bis vor wenigen Jahren mit Furor daher. Keiner war seinen Sprungangriffen gewachsen, die er mit einem Treffer auf dem Rücken des Gegners – ja, auf dem Rücken – beendete. Und kaum einer konnte wie er in seinen besten Zeiten in so hoher Kadenz punkten – t ä g g , t ä g g , t ä g g . Heute sagt er jedoch ein wenig nachdenklich: «Ich bin zu lieb



Eine Kusshand für die Familie auf der Tribüne: Max Heinzer nach einem Sieg beim Weltcupturnier in Bern. Foto: Marcel Bieri (Keystone)

geworden.» Und: «Nicht mehr so böse wie früher.»

Er glaubt, ein wenig von seiner Aggressivität verloren zu haben, nicht mehr so bedingungslos zu kämpfen wie einst. Und er glaubt auch den Grund dafür zu kennen. Heinzer ist seit 2017 Vater, seit letztem Jahr sogar dreifacher. Er sagt: «Ich habe festgestellt, dass eine Zufriedenheit da ist, dass es noch andere wichtige Dinge gibt neben dem Fechten.» Und dann sagt er noch, was bei ihm früher so nicht vorstellbar gewesen wäre: «Ich bin auch glücklich ohne den nächsten Punkt.»

Heinzer ist nicht von einem Tag auf den anderen so geworden,

«Ich habe festgestellt, dass eine Zufriedenheit da ist, dass es noch andere wichtige Dinge gibt neben dem Fechten.»

ein «softerer» Fechter, er hat die Entwicklung bei sich über Jahre beobachtet. «Und jetzt ist es schwierig geworden, im Wett-

kampf auf den Knopf zu drücken und umzuschalten von lieb auf böse.» Er versucht, seinen Fechtstil dementsprechend anzupassen, vielleicht sei er ein wenig defensiver, aber auch ein wenig überlegter geworden. «Manchmal hilft mir das, und manchmal kann ich so auch meinen Teamkollegen helfen.» Sie gehören alle schon der nächsten Generation an, Lucas Malcott und Alexis Bayard (die Doppelsieger des Heimweltcups in Bern) sind sieben und neun Jahre jünger, Ian Hauri sogar fünfzehn.

Doch manchmal packt es Heinzer noch, auch mitten im Gefecht. «Dann denke ich plötzlich,

dass ich nicht mehr ewig fechte und ein bisschen Risiko Spass macht. So habe ich letzthin wieder ein paar Rückentreffer erzielt.» Mit ein bisschen Risiko meint er manchmal auch ziemlich viel Risiko. Wenn er beispielsweise beim Stand von 14:14, wenn der nächste Punkt entscheidet, angreift. Und gewinnt. Wie jüngst in Vancouver.

Heinzer hat in seiner langen Karriere viele Wandel durchgemacht und einige Wechsel miterlebt. Trainer sind gekommen, sie sind gegangen, er ist geblieben. Dass sich sein Fechtstil in den vergangenen Jahren verändert hat, führt er deshalb nicht

nur auf sein Familienglück zurück. Sondern auch auf den Verlust «des Technischen, des Italienischen» von Gianni Muzio. Der Italiener war einst Nationaltrainer der Schweizer und begleitete Heinzer in seinen grössten Zeiten, als der die Welt Nummer 1 war. «Auch sieben Jahre nach seinem Abgang zehre ich noch von seinen Lektionen», sagt er.

Nach den Olympischen Spielen von Tokio vor drei Jahren, die für ihn enttäuschend endeten, verpflichtete er Muzio als Privattrainer – am Leistungssportzentrum OYM in Cham. Doch schon nach einer Woche tat ihm der ganze Körper weh. Danach hielt der Arzt den 74-Jährigen von der kräftezehrenden Verpflichtung in der Schweiz ab.

Nur ein Durchhänger

Geblieben ist die französische Schule, und trotz der grossen Altersunterschiede sind die Schweizer zu einem schlagkräftigen Team zusammengewachsen. In der Olympiaqualifikationsphase hatte es nur einen wirklichen Durchhänger, diesen aber ausgerechnet an der WM, die punktemässig doppelt zählt. In Mailand schieden die Schweizer schon in der ersten Runde aus und versuchen nun die ganze Saison, das entstandene Loch zu füllen. Mit der Silbermedaille an der EM, einem siebten und zwei vierten Plätzen ist ihnen das gut gelungen, Heinzer sagt sogar: «Mit solchen Resultaten wäre man wohl in vielen anderen Sportarten für Olympia qualifiziert, im Fechten aber leider nicht.»

Und nun diskutieren sie gar, ob sie am letzten Teamwettbewerb am 24. März in Tiflis auf die Einzelwettkämpfe verzichten wollen. Der Fokus soll einzig auf dem Team liegen, die ganze Energie dort hineinfliesen. «In Heidenheim dauerte bei mir die Qualifikation fürs Einzel mit neun Kämpfen von morgens um zehn Uhr bis abends um sieben», sagt Heinzer. Obwohl auch mit 36 noch topfit, geht ein ganzer Tag Fechten nicht spurlos an ihm vorüber. Der Verzicht aufs Einzel wäre die Investition in seinen letzten grossen sportlichen Traum.

Diese Schweizerin gewinnt Brasiliens Slalomgold

Skisport kurios Manchmal gibt es im Skizirkus die schrägsten Events. Genau das Richtige für Elena Stoffel, die einst mit bemerkenswerten Ritualen ihre Nerven in den Griff bekam.

Es gibt nichts, was es nicht gibt.

Und so werden im Skisport sogar brasilianische Slalommeisterschaften ausgetragen. Sie fanden in Fügen statt, in Österreich also, schliesslich gibt es in Brasilien nur ein Skigebiet, in dem erst noch auf bewässerten Matten gefahren wird.

Brasilianerinnen nahmen denn auch keine teil an den, nun ja, «Heimtitelkämpfen» – über Sinn und Unsinn der Veranstaltung darf gestritten werden. Aber schliesslich fanden vor ein paar Jahren in den österreichischen Alpen auch die Meisterschaften von Osttirolo statt. Oder in Südtirol jene Thailands. Natürlich

auch da: ohne Beteiligung eigener Fahrerinnen oder Fahrer. Trotzdem verlangt die FIS solche Meisterschaften von einem Mitgliedsverband. Startberechtigt sind alle Fahrerinnen und Fahrer mit einer FIS-Lizenz.

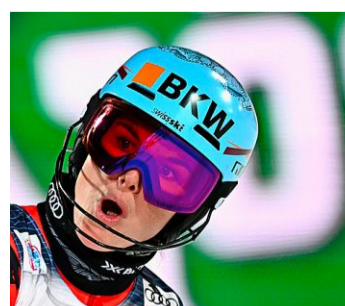
Die Walliserin Elena Stoffel kümmert dieses Kapitel von «Skisport kurios» wenig. An den brasilianischen Meisterschaften gewann sie den Slalom und verbesserte ihre FIS-Punkte, die für die Startposition im Weltcup entscheidend sind. Neben ihr stand als Dritte mit Eliane Christen eine weitere Schweizerin auf dem brasilianischen Podest. 27 ist Stoffel, und wenn man so will,

ist sie eine Spezialistin für nationale Meisterschaften. In der Schweiz hat sie zwar nie triumphiert, sie reüssierte 2017 aber in Liechtenstein, fünf Jahre später reichte es für Platz 2 in Neuseeland.

Überallhin auf eigene Kosten gereist

Ans andere Ende der Welt reiste Stoffel wegen gekürzter Verbandsleistungen infolge der Rückversetzung ins C-Kader auf eigene Kosten. Einen Monat verbrachte sie im neuseeländischen Winter, sie lebte in einem Haus mitten im Wald, kochte und organisierte alles selber.

Es hat sich gelohnt: Stoffel ist wieder fixer Bestandteil der Schweizer Weltcupequipe, auch wenn es in diesem Winter nicht



Gewinnt in Österreich die brasilianischen Meisterschaften: Elena Stoffel. Foto: EPA

wunschgemäss läuft. Rückschläge jedoch hat sie schon manche weggesteckt, einst hatte sie Versagensängste am Start, weil sie sich nach einem auskurrierten Kreuzbandriss zu sehr unter Druck setzte.

Jahrelang sei sie sich selbst im Weg gestanden und mental zerbrechlich gewesen, sagen die Trainer. Die Athletin hält fest, es sei ihr früher schwergefallen, in den Rennrhythmus zu gelangen. Vor dem Start begann sie daher zu singen, teils minutenlang, ab und zu schmetterte sie ein Lied richtiggehend in die Welt hinaus und wurde schräg angeschaut. Später zählte sie zudem vor und

während der Läufe, manchmal bis vierhundert. Mal zählte sie auch in Englisch, mal von 635 rückwärts. Absurd sei es gewesen. Aber es half.

Ungewöhnliche Wege ist Stoffel oft gegangen. Vor dem Einschlafen hat sie jeweils einen Liter Wasser mit einer Infrarotlampe bestrahlen lassen und diesen dann am Morgen auf nüchternen Magen getrunken, zwecks optimaler Aufnahme in den Körper. Die Infrarotlampe führte sie ständig mit sich.

Es gibt nichts, was es nicht gibt.

Philipp Rindlisbacher