

# „Was gibt es Schöneres?“

Wer im Sommer zu wenig macht, bekommt im Winter die Quittung: Der Skirennfahrer Linus Straßer über seinen Weg in die Weltspitze, Träume und Zweifel – und was einen guten Slalomfahrer mit Lionel Messi verbindet.

**Herr Straßer, um im Sport etwas Großes zu erreichen, braucht man da ein Vorbild? Ein Idealbild seiner selbst? Einen Traum?**

Als Kind, und noch als jüngerer Athlet, braucht man ein Idol. Das hatte ich auch: den Norweger Kjetil André Aamodt. Er wurde zu meinem Vorbild, als ich sieben war. Im Kitzbüheler Ski Club durften wir beim Hahnenkammrennen im Zielbereich immer ziemlich nah ran an die Athleten, auch bei der Siegerehrung. Aamodt hatte die Kombination gewonnen, und nachdem er vom Siegerpodest runterkam, bin ich zu ihm hin und habe gefragt, ob ich seine Startnummer haben darf. Er hat mir seine Ski in die Hand gedrückt, seinen Riesenkopel, den Blumenstrauß, ich stand da, und er hat mir noch die Startnummer übergezogen. Ich war völlig geflasht. Aamodt hat mir wahnsinnig imponiert, ein großer Star und ein freundlicher, in sich ruhender Typ. Ich glaube, es ist wichtig, als Kind ein Leitbild zu haben, an dessen Beispiel man sieht, wohin die Reise gehen kann. Irgendwann ist aber der Punkt erreicht, an dem es sich dreht, an dem man sich nicht mehr an einem Vorbild orientiert, sondern an sich selbst. Ich bin jetzt 24 und schaue noch, wie die anderen fahren, klar, ich mache mir ein Bild von ihnen, aber ich habe kein festes Vorbild mehr.

**Wie wichtig ist Realismus? Wie sehr darf man träumen?**

Ich betrachte meinen Sport als großes Puzzle. Man muss es über die Jahre hinweg zusammenfügen. Wenn man meint, das würde allein über Talent gehen, funktioniert es nicht. Das merkt man spätestens, wenn man in der Weltspitze angelangt ist. Bis zu einem gewissen Punkt geht es über Talent, aber irgendwann funktioniert es nicht mehr ohne eisernen Willen, ohne harte Arbeit, die man hineinsteckt. Das gilt nicht nur für den Winter. Wenn man im Sommer denkt, man kann sich ein gemütliches Leben machen, dann bekommt man im Winter die Quittung dafür.

**Hilft ein Ziel, das alles auf sich zu nehmen, ein Traum?**

Ja klar. Ein Riesentraum von mir war immer, einmal ein Weltcup-Rennen zu gewinnen, gar nicht mehr – erst einmal. Es ist noch nicht lange her, da war das sehr weit weg, und dann ging es ziemlich schnell. Man findet seinen Platz,

## ■ ZUR PERSON

**Linus Straßer**, 24, ist ein Münchner Stadtkind, aufgewachsen in Schwabing. Die ersten Schwünge auf dem Weg zu einem Torläufer der Extraklasse machte er in Kitzbühel, wo seine skibegeisterten Eltern eine Ferienwohnung besitzen. Im dortigen Skiclub fuhr er mit den Einheimischen um die Wette und nebenbei viel auf der Buckelpiste – seine skifahrerische Grundausbildung. Das Abitur machte er auf dem Skigymnasium in Berchtesgaden. Seinen ersten Weltcup-Sieg feierte er in der vergangenen Saison beim Parallel-Slalom in Stockholm.

Diese Kolumne beginnt in weiter Ferne, in einem herrlichen Städtchen mit bewegter Vergangenheit. Wir hören mal kurz rein. Aischylos, „Die Perser“, Kapitel drei, wir hören den Chorführer: „Allherrschender Zeus, nun hast du hinweg das unzählige stolz hinziehende Volk der Perser getilgt, hast Susa nun und Ekbatanas Burg mit den Schatten des Grames umnachtet. Wohl manche zerreißt mit der rosigen Hand sich den Schleier und weint, und der weinende Blick netzt Busen und Schoß.“

**Ja, auf Ekbatanas Burg war die Stimmung** nach der Seeschlacht von Salamis so trübe wie an der Säbener Straße nach einer Single-

und auf einmal steht man beim Parallelslalom in Stockholm als Weltcup-Sieger da. Das nimmt einem die Zweifel, dass alles nur ein Traum bleiben könnte. Dann kommt der nächste Traum: mal um eine Weltcup-Kugel fahren, um eine Medaille – und das ist nach Stockholm etwas, was ich mir viel mehr zutraue als zuvor. Ein erfüllter Traum bewirkt eine andere Sicht auf die eigene Zukunft. Man wächst in eine Aufgabe hinein, aber man wächst auch an ihr.

**In welchem Verhältnis müssen Anspruch und Wirklichkeit stehen?**

Man muss sich reflektieren können. Man muss wissen, was im Augenblick wirklich möglich ist, man muss wissen, wo man steht. Ich zum Beispiel weiß jetzt, dass es für mich jederzeit möglich ist, im Slalom um den Sieg mitzufahren, aber ich weiß auch, dass dann vieles zusammenpassen muss.

**Sie sagen, Sie hätten ein gutes Gefühl für sich selbst. Was meinen Sie damit?**

Ich habe gelernt, dass es für mich wichtig ist, nicht nur mit der Mannschaft und den Coaches zu trainieren, sondern einen Mittelweg zu finden zwischen geführtem und eigenem Training. Für sich zu trainieren gibt einem für den Kopf etwas, weil man dann alles bewusster macht, weil man mehr auf seinen Körper hört, auf sein Gefühl. Man steht anders am Start, wenn man es mehr für sich macht, mit einer breiteren Brust. Wenn man nur dieses Arbeiten nach Plan macht, finde ich, geht ein Stück weit das Selbstgefühl verloren, die Selbstverantwortung.

**Wie geht man mit Rückschlägen um, mit Stillstand?**

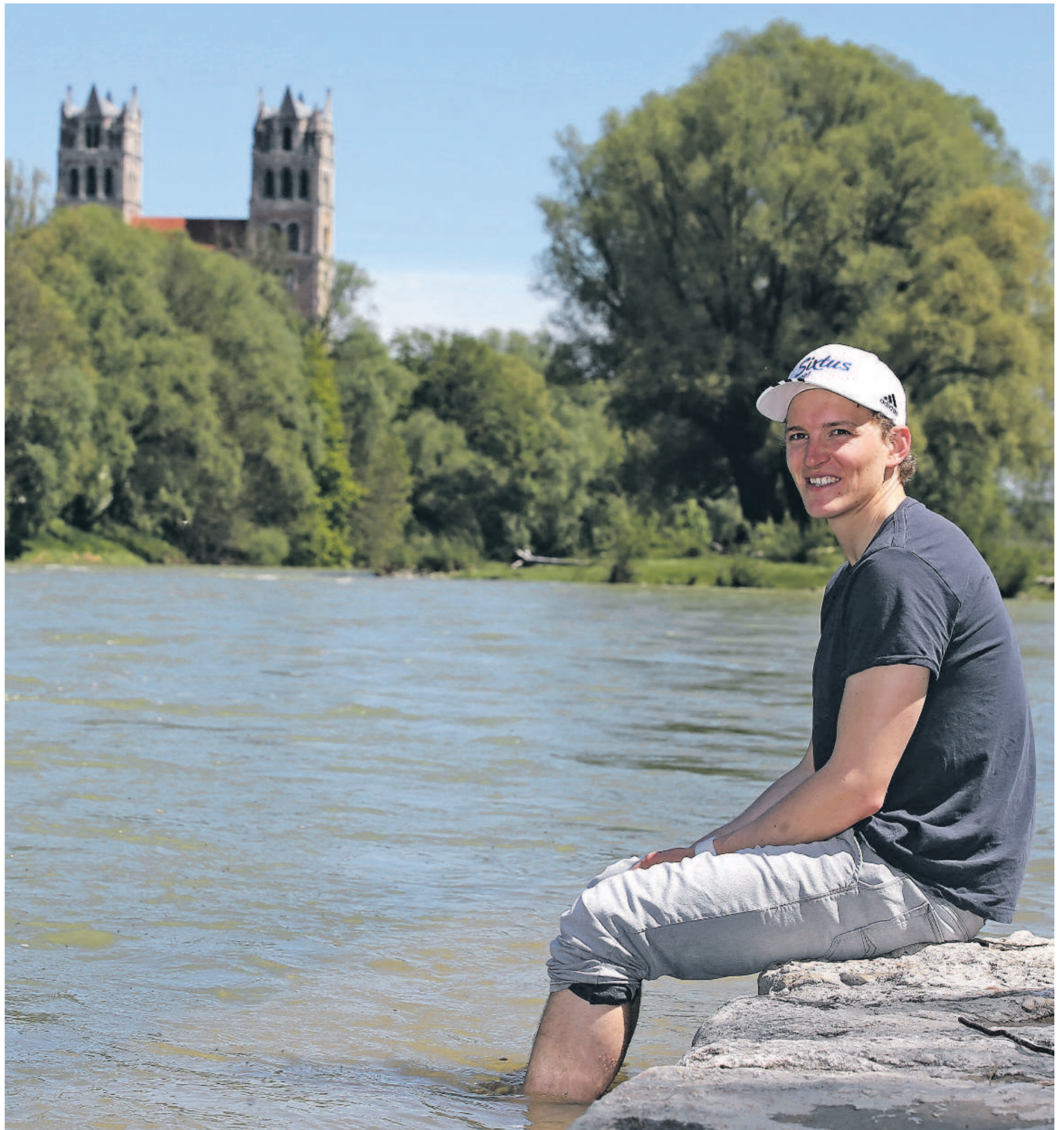
Das sind die schwierigsten Phasen, sie haben aber auch ihre Vorzüge. Wenn es gut läuft, wenn einem alles leicht von der Hand geht, dann genießt man es und macht sich keine großen Gedanken. Im Erfolg wird man leicht etwas schludrig. Das geht bis zu einem gewissen Punkt gut, aber am Ende bekommt man dafür immer die Rechnung. Wenn es mal nicht mehr läuft, muss man sich mit den Dingen beschäftigen, muss vieles aufarbeiten und lernen. Ich hatte vor zwei Jahren einen ziemlichen Rückschlag, habe dann aber alles, die Abläufe, das Umfeld, optimiert. Das hat sich ausgezahlt.

**Hausaufgaben sind das eine, Klausuren das andere. Wie schwierig ist es, das, was man im Training kann, auch im Wettkampf zu können?**

Das ist die große Kunst. Viele können im Training extrem gut Ski fahren, extrem schnell. Aber diese Leistung, dieses befreite Fahren hinzubekommen im Wettkampf, das ist mit das Schwierigste überhaupt. Das ist reine Kopsache. Ein Prozess, der nie abgeschlossen ist.

**Eine Frage der Konzentration? Oder der Lockerheit?**

Eher eine Frage der Lockerheit. Man darf nicht verkrampfen, man darf nicht zu viel wollen. Es wird sehr viel Aufwand um ein Weltcup-Rennen gemacht, und am Start kommt das Adrenalin dazu, aber letztlich sind es auch nur



Kurze Pause in München: An diesem Sonntag beginnt für Linus Straßer und die Ski-Nationalmannschaft die neue Saison mit einem Radtrainingslager auf Zypern.

Foto Christina Pahnke

rote und blaue Stangen, um die man fahren muss.

**Kann man den Wettkampf im Training stimulieren?**

Ich versuche, im Training immer Vollgas zu fahren, mich immer am Limit zu bewegen. Ich probiere nichts anderes, als den Wettkampf zu simulieren. Beim Rennen muss man am Start stehen und sich sagen können, das ist nicht anders als im Training. Und man muss dann aufpassen, dass man nicht zu viel will, weil das Adrenalin und die besondere Situation des Wettkampfes hinzukommen; etwas, was man im Training nicht simulieren kann. Wenn man etwas zu sehr will, ist das nicht gut für den Kopf. Man muss runterfahren, frei und ohne zu viel Druck, das ist so einfach wie kompliziert.

**Cool und sensibel, emotional und rational, Risiko und Kontrolle – alles eine Frage der Balance?**

Ja, absolut, und genau deshalb muss man im Training immer ans Limit gehen. Wenn man das über Jahre hinweg macht, wie Marcel Hirscher (der Gesamtweltcup-Sieger, Anm. d. Red.) zum Beispiel, dann bekommt man die Kontrolle. Hirscher fällt in Rennen praktisch nie aus, das ist kein Zufall, das ist das Ergebnis von jahrelangem Training auf höchstem Niveau. Nur so kann man das Trainierte in Perfektion ins Rennen übertragen.

**Kennen Sie das Gefühl des Flows? Dass etwas wie von allein geht?**

Natürlich. Ich habe immer wieder Durchgänge dabei, nach denen ich keine Ahnung habe, wie es sich angefühlt hat, was da gerade abgegangen ist. Ich musste nicht nachdenken, es ist einfach gegangen.

**Ist das noch Skifahren, was Sie betreiben, oder schon etwas anderes? Reine Akrobatik?**

Nein, die Hauptsache ist und bleibt der Spaß am Skifahren.

**Warum haben Sie sich für den Leistungssport entschieden? Was ist der Antrieb? Geld, Ruhm, besondere Momente? Die Chance, sein Talent auszuleben? Zu sehen, wie weit es reicht?**

Man wächst in so etwas hinein. Man entwickelt eine Leidenschaft, einen Willen, weil man auch viel dafür zurücklassen muss, vieles auf sich nimmt. Man kommt zu einem Punkt, an dem man sich sagt: Ich will das jetzt schaffen, unbedingt.

**Es hätte also auch ein anderes Talent sein können, dessen Grenzen Sie ausloten: Klavier spielen zum Beispiel.**

Definitiv nicht. Meine Klavierlehrerin hat nach zwei Wochen zu meiner Mutter gesagt: „Bitte schön, hier ist Ihr Geld zurück, ich habe keine Lust mehr.“

**Der wahre Profi – und der wahre Künstler – heißt es, seien Amateur. Soll heißen: Sie handeln nicht zuerst aus materiellen Gründen, sondern aus emotionalen, nicht mit einem äußeren Antrieb, sondern einem inneren.**

Absolut. Wenn mich die Leute fragen: „Macht dir das überhaupt noch Spaß, das Skifahren?“ ,dann sage ich: „Ja klar, was gibt es Schöneres?“ Auch wenn nicht jeder Tag perfekt ist. Wenn du im Sommer im Trainingslager in Argentinien bist, in der Kälte, im Regen, und die anderen liegen daheim am Strand, dann denkst du manchmal, das ist jetzt nicht so toll, aber solche Tage gibt es in jedem Beruf.

**Was ist das Geheimnis eines guten Slalomfahrers?**

Es ist ganz viel Intuition dabei. Ein Schwung im Slalom ist so schnell vorbei, da ist nichts mehr mit Denken. Das muss aus dem Bauch heraus kommen. Das sind Sachen, die hat man, oder man hat sie nicht. Wer für mich unglaublich ist, mal vom Skifahren weg, ist Lionel Messi. Wenn der sich auf dem Fußballplatz durch eine Viererkette dribbelt, dann überlegt der nicht, jetzt links, dann rechts, sondern das funktioniert einfach, das hat er in sich, das ist intuitiv. Er macht das Richtige in einer Situation, in der er nicht darüber nachdenken kann. Diese Intuition ist für mich das, was auch einen guten Slalomfahrer ausmacht.

**Ihr Ziel für die nächste Saison?**

Wieder in die erste Startgruppe reinkommen. Das ist extrem wichtig in den Rennen, da zählt jede Nummer. Und dann werden wir sehen, was dabei herauskommt.

**Und Ihre Karriere? Wie weit können Sie kommen, wo soll es enden?**

Ich gehe nicht in ein Rennen und sage, heute will ich Fünfter werden oder Dritter. Ich will einfach meine Trainingsleistung ins Rennen rüberbringen. Wenn ich am Schluss Fünfter werde, und ich bin schlecht gefahren, bin ich trotzdem nicht zufrieden mit dem, was ich geleistet habe. Dann ärgere ich mich trotz des guten Platzes, weil ich weiß, ich hätte auch auf das Podest fahren können. Wenn ich umgekehrt Sechzehnter werde und bin richtig gut gefahren, okay, dann waren eben fünfzehn besser an diesem Tag. So würde ich im Rückblick irgendwann auch meine Karriere betrachten. Wenn ich alles dafür getan habe, was in meiner Macht stand, und habe am Schluss dennoch nur diesen einen Weltcup-Sieg, dann habe ich trotzdem eine Zeit gehabt, eine Lebenserfahrung, die nicht viele so erleben dürfen. Und wenn es anders läuft, was ich hoffe und was ich glaube, dann bin ich gespannt auf das, was noch alles kommt.

Das Gespräch führte Michael Eder.

## ■ SCHLUSS FÜR HEUTE

# Persische Lösung

Von Christoph Becker

der Polizeiwache wegen ungewöhnlich viel Jubel, Trubel, Heiterkeit auf der Gasse. Dann kamen die Kamerateams, und die Welt konnte sich von der Ähnlichkeit zwischen Señor Messi und Agha Reza überzeugen. Ein Doppelpänger, kein Zweifel. Für die Kameras allerdings musste der junge Iraner auch ein bisschen ki-

cken, und, auweia, das sah so übel aus, dass sich Gerüchten zufolge anschließend Fans des Hamburger SV fragten, ob ihr Klub womöglich seit einiger Zeit auf ein paar Fußballer-Doubles hereingefallen ist.

**Kann das sein, liebe Hamburger?** Sicher nicht. Kaum vorstell-

bar, dass die Masche über Jahre unbemerkt bliebe. Bevor aber die 15 Minuten Ruhm von Reza Parastesch nun allzu schnell enden, haben wir einen ernsthaften Vorschlag gegen zu viel fides Fußball-Einerlei.

**Jedes Jahr wird Bayern Meister**, manchmal darf der BVB im

Pokal ran, ganz gewiss aber gewinnt Barçaalmanunitedbayern-odersogarjuve die Champions League. Spannend? Nun ja. Es soll Leute geben, die sind vergangener Sommer während der EM-Vorrunde beim Spiel zwischen Nordirland und der Ukraine in einen tiefen Schlummer gefallen und bis heute nicht aufgewacht. Andere sind längst wach, kneifen aber weiter die Augen zu, weil sie vom wahnwitzigen 48er-WM-Plan des Trump-Blatter-Imitators Gianni Infantino gehört haben. Mehr Fußball? Mehr schnarch.

**Ein sehr bedauerliche Entwicklung.** Zum Glück gibt es die alten Kulturvölker. Nennen wir es die persische Lösung: Doppelpänger kicken lassen, ohne Rücksicht auf

die fußballerische Qualifikation. Heißa, das wird ein Spaß. Sogar für den HSV, versprochen. Also schauen Sie sich um im Bekannntenkreis oder sich selbst an, im Spiegel. Das ist doch... So schnell geht noch was in Sachen Kickerkarriere.

**Einer aber ist unersetzlich.** Zu perfekt, zu trainiert, garantiert kein Doppelpänger. Noch mal Aischylos, immer noch dritte Strophe, der Chor liegt inzwischen im Staub: „Mir verbeut, Herr, deinen Anblick, mir verbeut, Herr, wo du nah bist, zu sprechen die alte Ehrfurcht.“ Problemfall Cristiano. Was tun mit Ronaldo? Es hilft nichts. Stellt die Büste vom Cristiano-Ronaldo-Flughafen Madeira in den Strafraum.