

## INSPIRATION

**Frage:** Was macht den Profi-Rollstuhlsportler Marcel Hug zum Siegertyp?

**Antwort:** Seine Kämpfernatur und die Passion für seinen Sport.

# Mit eisernem Willen nach Olympia

## CHANCE

DUBAI

Diesen Sommer finden in London die Olympischen und Paralympischen Spiele statt. Die Paralympics sind der weltweit grösste Sportanlass für Athleten mit einer Körper- oder Sehbehinderung. Marcel Hug (26), Thurgauer Profi-Rollstuhl-Leichtathlet, zählt zu den vielversprechendsten Schweizer Hoffnungen im Hinblick auf den bevorstehenden Anlass. Der mehrfache Schweizermeister, Weltrekordhalter und Weltmeister wurde mit einer Spina bifida (offener Rücken) geboren, weshalb er seit seiner Kindheit auf den Rollstuhl angewiesen ist. Im Rollstuhlsport gibt es verschiedene Wettkampfkategorien. Der lebensfrohe Schweizer Vorzeige-Athlet tritt in Klasse T54, der am wenigsten «handicaperten» Klasse an. Auf der Bahn bestreitet er die Mittel- und Langstreckendisziplinen, beziehungsweise 400 m bis 10 000 m, und auf der Strasse Halbmarathon und Marathon.

Von der Faszination des Rollstuhlsports liess sich Hug schon ganz früh mitreissen: «Die Sportleiterin meines Rollstuhlclubs brachte eines Tages einen alten Rennrollstuhl mit und fragte, ob ihn jemand ausprobieren möchte. Ich sagte zu und begann, zu Hause zu trainieren. Kurze Zeit später

meldete mich meine Sportleiterin zu meinem ersten Schülerrennen innerhalb des Schenkon Marathons an. Die Eindrücke dieses Events waren so faszinierend für mich, dass ich sofort wusste: Ich möchte an diesem Sport dranbleiben.» Damals war Hug zehn Jahre alt. In der Zwischenzeit hat sich in seiner Sportkarriere viel getan. Durch jahrelanges Training wurde er Rollstuhl-Spitzensportler. Seine zahlreichen Erfolge sprechen dafür, wie gut er in Fahrt ist. Gerade erst an der WM 2011 im neuseeländischen Christchurch hat Hug nicht weniger als fünf Medaillen gewonnen.

**Intensive Vorbereitung**

Der Sport bedeutet Hug sehr viel. Seine sportlichen Erlebnisse und Erfolge haben nicht nur seine Leistungsfähigkeit verbessert, sondern auch seine Selbstsicherheit und Aufgeschlossenheit gestärkt: «Ich durfte schon viele wertvolle Erfahrungen sammeln, vieles erleben sowie interessante Leute und Kulturen kennen lernen. Durch den Sport habe ich viel an Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein dazu gewonnen.» Seine Erfolge kommen nicht von ungefähr, sondern sind das Resultat jahrelanger Trainings und eisernen Willens. «Es gibt im Sport eine Formel, die besagt, dass der Erfolg die Multiplikation der Faktoren Talent, Wille und

## PROFIL

**Marcel Hug**

■ Alter: 26

■ Schweizer Profi-Rollstuhl-Leichtathlet

und Bronzesieger der Paralympics in Athen 2004, fünf-facher Europameister Elite 2005, Juniorenweltmeister 2006/2007, Weltrekordhalter über 800 m, 1500 m, 5000 m, 10000 m (2010) und Weltmeister über 10000 m sowie Vizeweltmeister 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m (2011).

Umfeld ist», verrät Hug. Um sich auf Höchstleistung zu bringen, trainiert Hug 25 bis 30 Stunden pro Woche. Seine Trainingseinheiten bestehen aus Trainings auf der Bahn und Strasse, Kraft- und Konditionstrainings. Dabei ist die sportmedizinische Betreuung sehr wichtig. Regelmässige Leistungstests und sportärztliche Untersuchungen sind ein wichtiger Bestandteil davon. Medizinische Unterstützung erhält Hug im Swiss Olympic Medical Center in Nottwil.

**Optimistisch der Zukunft entgegen**

Für die Paralympics in London trainiert Hug zurzeit sehr intensiv. Die Qualifikation steht ihm noch bevor. Mit dem Näherrücken des Events wird er nur noch die wichtigsten Rennen bestreiten, um den Fokus und die Energie ganz darauf richten zu können. «Mein Ziel ist es, um die Medaillenränge mitzukämpfen», sagt Hug überzeugt. Hug hat grundsätzlich klare Ziele für seine Zukunft vor Augen: «In sportlicher Hinsicht möchte ich meine Weltrekorde über 800 m, 1500 m, 5000 m und 10000 m verteidigen und den Weltrekord im Marathon angreifen. Beruflich hoffe ich, nach dem Profisport wieder gut im «normalen» Berufsleben einsteigen zu können. Privat wünsche ich mir, weiter gesund zu bleiben.» Hug ist nicht nur

Meister im Rollstuhlsport, sondern auch ein Multitasker, der sich gern auf Trab hält: «Neben den Trainings besuche ich einen Sprachkurs, erledige administrative Arbeiten, betreue meine Homepage und meine Sponsoren oder bereite mich auf Referate vor.»

Die Paralympics werden im Verhältnis zu den Olympischen Spielen immer noch weit weniger öffentlich wahrgenommen. Hug ist überzeugt, dass der Behindertensport das Potenzial hat, um noch professioneller und somit attraktiver für die Zuschauer zu werden. Dies würde sich wiederum positiv auf das Medieninteresse und die Sponsoren auswirken. In technologischer Hinsicht hat im Rollstuhlsport gemäss Hug in den letzten 10 bis 15 Jahren eine grosse Entwicklung stattgefunden. Das Material wird, wenn auch langsam, kontinuierlich optimiert.

Hugs Passion für den Sport, seine Gewinnermentalität und der Glaube an sich selbst verdienen Beachtung. Sein Streben nach Grösserem sowie seine positive Lebenseinstellung haben Vorbildcharakter. Seine Behinderung stellt er dabei niemals in den Vordergrund: «Ich will als Sportler respektiert und nicht als Behinderter bewundert werden!»

CATHERINA BERNASCHINA  
redaktion.ch@mediaplanet.com

ANZEIGE

