

Ein Schweizer Meister trainiert mit Gipssäcken

Text und Bild Cornelia Sigrist

Eidgenössische Ringertage 2009 in Willisau

Am Wochenende vom 22. und 23. August 2009 werden in Willisau die Eidgenössischen Ringertage durchgeführt. Dieser nationale Grossanlass findet alle drei Jahre statt. Die Organisation wurde für 2009 dem Ringer Club Willisau übertragen. Es werden rund 400 Wettkämpfer aus der ganzen Schweiz antreten, Kurt Bachmann zählt dabei zu den Favoriten.

Kurt Bachmann aus Malters ist in der Ringerszene bekannt. Der 18-Jährige hat bereits fünf Schweizer Meister-Titel errungen, drei im Einzel und zwei mit der Mannschaft des Ringer Clubs Willisau. Steht er mal nicht auf der Ringkampfmatte, wird er als Gipserlehrling in der Werkstatt von Benedikt Fischer gefordert.

«Küde», sagt der durchtrainierte junge Mann und streckt seine Hand zur Begrüssung hin. Küde ist Kurt Bachmann. Der 18-Jährige aus Malters lernt Gipser und geht in der Freizeit dem Ringkampf nach. Und dies ausserordentlich erfolgreich: Fünf Schweizer Meister-Titel hat er schon errungen, alleine drei davon in der vergangenen Saison. Im Februar 2009 sicherte er sich in der Gewichtsklasse bis 60 kg bei den Junioren und als Jüngster bei der Elite im griechisch-römischen Stil Gold, im März holte er in derselben Gewichtsklasse Junioren-Freistil-Gold.

Ringern ist wohl eine der ältesten Sportarten der Menschheit und eine Kampfsportart mit Ganzkörpereinsatz ohne weitere Hilfsmittel. Die ersten Aufzeichnungen vom Ringkampf waren Zeichnungen in den ägyptischen Tempelgräbern von Beni Hasan (2500 vor Christus). Heute werden zwei Stilarten unterschieden: Im Freistil gilt der gesamte Körper vom Kopf bis zu den Füßen als Angriffsfläche, im griechisch-römischen Stil, kurz auch Greco genannt, jedoch nur der Körper oberhalb der Gürtellinie.

Klein, flink und wendig

Kurt Bachmann hat schon als Dreikäsehoch gerne gekämpft und fand in seinen drei Brüdern gute Gegner. Mit sechs Jahren begann er regelmässig zu ringen, danach wechselte er für die folgenden sieben Jahre zu den Kunstturnern. «Ich war gut, habe zusammen mit Ariella Kaeslin, die eben erst in Mailand den Europameister-Titel im Pferdsprung gewonnen hat, trainiert. Doch dann musste ich mich entscheiden: Wegziehen, um meine Kunstturnkarriere zu forcieren – oder zu Hause bleiben und die Sportart wechseln.» So stieg Kurt Bachmann wieder auf die Matte. Unterstützt und gefördert wurde er dabei von Fredi Infanger im Ringer Club Willisau. «Mein bisher bester Trainer, ein super Mensch», schwärmt Kurt Bachmann. Von Infanger wurde er in die Feinheiten der Ringkampftechnik eingeführt, lernte mentale Stärke zu entwickeln und auch



Während der Saison von September bis Dezember wird neben dem Training beinahe jedes Wochenende an einem Wettkampf gerungen. Kurt Bachmann (im blauen Dress) ist hier klar im Vorteil. (Bild: RC Willisau)



Ein guter Ringkämpfer braucht eine gesunde Portion Ehrgeiz, eine ausgefeilte Technik und natürlich Muskelkraft. Für Letzteres nutzt Ringer Kurt Bachmann in seinem Beruf ein Krafttraining der besonderen Art: viele 30 Kilogramm schwere Gipssäcke die Treppen hochschleppen.

Vorteile in seiner Körpergrösse von 1,60 m zu sehen. «Ich bin schneller an den Beinen des Gegners, um ihn aus dem Gleichgewicht zu bringen und auf die Matte zu werfen», verdeutlicht er einen davon.

Nackte Ringer

Während Kurt Bachmann sich auf der Ringkampfmatte mit einem Durchmesser von neun Metern ausserordentlich wohlfühlt und mit einer «bemerkenswerten Intensität und Power» (Zitat Ringer Club Willisau) seine Gegner niederringt, agiert er beim Interview mit der applica-Redaktorin eher zurückhaltend – bis das Gespräch auf den Zusammenhang zwischen Ringen und Schwingen kommt. Nein, Ringen habe nichts, aber auch gar nichts mit Schwingen zu tun, sondern sei eher wie Judo. «Eine Kampfsportart, nur ohne Einbezug der Kleider», erklärt er leidenschaftlich. Von den Griechen weiss man, dass sie früher ohne Bekleidung und mit eingöltem Körper rangen. Heute wird in einem enganliegenden einteiligen Trikot gekämpft.

Zuerst die Pflicht, dann die Kür

Da man von den Prämien im Ringkampfsport nicht satt werden kann, lernt Kurt Bachmann «etwas Richtiges»: Gipser. Warum Gipser? «Gipssäcke tragen geht für Krafttraining», sagt er und grinst verschmitzt. So viel zum direkten Nutzen zwischen Gipsen und Ringen. Und sonst? «Die Arbeit ist vielseitig, es gibt drinnen und draussen etwas zu tun und man kann mit seinen Händen etwas Konstruktives machen.» Die Lehre sei ihm wichtig, auch wenn er weiterhin den Spagat zwischen Sport und Arbeit machen müsse. Auf die Unterstützung seines Lehrmeisters Benedikt Fischer kann er dabei zählen, dieser sei mit seiner Arbeit zufrieden und habe Verständnis für seine Absenzen aus sportlichen Gründen. Etwas mehr Gas könne er noch in der Berufsschule geben. «Ich weiss, dass ich es eigentlich kann, der Schulstoff ist einfach, aber zurzeit fehlt mir etwas die Motivation.» Trotzdem, Gipser sei sein Beruf und er wolle die Lehre erfolgreich abschliessen. Erst dann werde er sich voll auf den Sport konzentrieren und einen Podestplatz an einer Europameisterschaft im Einzel ins Auge fassen. An fehlendem Ehrgeiz wird Kurt Bachmanns Vorhaben nicht scheitern. ■

Milon von Kroton

Die Sieger der Olympischen Spiele der Antike nannte man Olympioniken. Die Besten unter diesen Athleten nannte man Periodonike. Der wohl grösste Periodonikes war Milon von Kroton, ein Ringkämpfer, der zwischen 540 und 516 v. Chr. sechsmal die Olympischen Spiele gewann.

Erfolgreiche Schweizer Ringkämpfer der Neuzeit

- 2007: Reto Bucher, Vizeeuropameister, griech.-röm. Stil, Weltergewicht
- 1948: Hermann Baumann, olympischer Bronzemedaillegewinner, Freistil, Leichtgewicht
- 1935: Karl Hegglin, Europameister, Freistil, Schwergewicht
- 1929: Erich Äschlimann, Europameister, Freistil, Halbschwergewicht
- 1924: Fritz Hagmann, Olympiasieger, Freistil, Mittelgewicht, und Henri Wernli, olympischer Silbermedaillegewinner, Freistil, Schwergewicht