

«Nur um dabei gewesen zu sein, reise ich nicht nach Brasilien»

Claudio Biderbost aus Ricken gehört zu den besten Bankdrückern bei den Behindertensportlern. Dass die Teilnahme an den Paralympics im kommenden Jahr Realität wird, zeichnet sich dennoch kaum ab.

von Jörg Greb

Seine Erscheinung in der Wettkampfarena der ungarischen Stadt Eger beeindruckte Claudio Biderbost strahlte Kraft aus, Selbstvertrauen und Respekt. Seine Augen richteten sich gezielt in Richtung Kampfrichter. Er nickte ihnen zu, ehe er sich bereit machte, sich unter den Hantelständer legte, seine Beine festbinden liess und sich daranmachte, das festgelegte Gewicht zu stemmen: Die Stange greifen, mit einigen impulsiven Klimmzügen die Körperspannung aufbauen, dann die volle Konzentration – 150 Kilogramm halten, gegen die Brust senken und sodann wieder hochstemmen und ruhig halten. Der Versuch gelingt. Biderbost strahlt, erhebt sich, bedankt sich.

Dasselbe Erfolgserlebnis wiederholt sich mit 157 kg und 165 kg. Beim höchsten Gewicht ist Biderbosts nachfolgende Freude besonders gross. Auch beim Nationaltrainer und zugleich seiner nächsten Bezugsperson im Leistungssport, Serge Cina. Um einen Grosferfolg handelt es sich. 165 kg ist das Normgewicht zur Qualifikation für die Paralympics im September des nächsten Jahres in Rio de Janeiro. Drei gültige Versuche und das Erfüllen dieses Wertes hatte für Biderbost in Ungarn das Ziel dargestellt.

Hinterfragen des Tuns

Die Wahrscheinlichkeit, dass sich der 47-Jährige, der sich vor siebzehn Jahren bei einem Autounfall den linken Unterschenkel zertrümmerte und diesen in der Folge amputieren lassen musste, an den Paralympics teilnimmt, ist allerdings gering. Die Realität, welche sich an diesen Offenen



Starkes Duo, wortwörtlich: Der Rickner Claudio Biderbost (rechts) freut sich mit Nationaltrainer Serge Cina über seinen Erfolg an der Offenen EM in Ungarn.

Europameisterschaften in Ungarn präsentierte, lässt Biderbost in eine andere Richtung fokussieren. 165 kg sind die Minimalvorgabe für die Paralympics, aber es werden nur zehn Startplätze vergeben.

Biderbost belegt in der Weltrangliste den 21. Rang. Aber er sagt auch: «Ich

habe gesehen, wie hoch das Niveau ist, und nur um dabei gewesen zu sein, reise ich nicht nach Brasilien.» Interessiert wäre er, böte sich die Möglichkeit auf einen Spitzenrang. Diese sieht er – zumindest derzeit – nicht.

Ein Wegbereiter sein

Das Engagement im Bankdrücken hat für Claudio Biderbost aber eine weiterreichende Funktion. «In meinem Alter will und kann ich nicht die Aushängeschildfunktion wahrnehmen», sagt er. Selbstdarstellung ist nicht sein Ding. Als Wegbereiter wirken, Vorbild sein – das ist es schon weit mehr. «Das Bankdrücken für behinderte Sportler hat es bis vor Kurzem in der Schweiz nicht mehr gegeben, und eine solche Inexistenz möchte ich zu verhindern

«Ich bin das Auslaufmodell, aber Junge sollen in meine Fussstapfen treten.»

Claudio Biderbost
Bankdrücker aus Ricken

mithelfen», streicht der Rickner hervor. Auch nach seinem – wohl in nicht allzu ferner Zukunft liegenden – eigenen Kürzertreten soll die Szene weiterleben. «Ich bin das Auslaufmodell, aber Junge sollen in meine Fussstapfen treten.»

Biderbost selber fand 2003 zum Bankdrücken – aber eher als Trainingsform. Denn anfänglich konzentrierte sich der ursprüngliche Radrennfahrer und Läufer primär aufs Armwrestling. Er war österreichischer Meister, Schweizer Meister und afrikanischer Meister. Erst vor zwei Jahren sattelte er um – «rein zufällig», wie er festhält. Wenig verheissungsvoll erwies sich sein Debüt an der WM in Dubai, musste er doch drei ungünstige Versuche notieren lassen.

Das Hobby zum Beruf gemacht

Mittlerweile ist er gereift. Er hat sich voll auf die Sparte Bankdrücken eingelassen. Und der Kraftsport ist generell zu einem zentralen Lebensinhalt geworden. Der ausgebildete Ingenieur konnte sein Hobby zum Beruf machen, entwickelt und produziert Sportnahrung. «Toll», sagt er, «ich habe oft im Alltag mit Sportlern zu tun und rede mit ihnen von dem, was ich verstehe und gerne mache.»

Welche Bedeutung und Wichtigkeit der Kraftsport für Behindertensportler einnehmen kann, hat er bei sich authentisch erfahren. Und wenn er in eine Vorbildrolle hineingewachsen ist, will er diese nutzen. Biderbost denkt, es sei an der Zeit, dass junge Gewichtheber nachrücken, dass sich womöglich eine Szene bildet, dass er in Bälde ein und überholt wird, dass er mit seinem Wissen und seiner Erfahrung anderweitig gefragt sein wird und zur Verfügung stehen kann.

Auf einen Blick

VOLLEYBALL MÄNNER, NATIONALLIGA A

Team	Sa, 15.30	Sa, 17.00	Sa, 18.00
Lugano – Lausanne UC			
Amriswil – Jona			
Chénios Genève – Luzern			
Einsiedeln – Schönenwerd			
1. Lausanne UC	6	6	0
2. Lugano	7	5	0
3. Nüfels	8	4	2
4. Amriswil	8	4	0
5. Einsiedeln	7	2	0
6. Luzern	6	0	2
7. Schönenwerd	6	1	1
8. Jona	6	1	0
9. Chénios Genève	6	1	0

Lugano blüht im Rennen

Lugano erhält den Traum vom Einzug in die K.o.-Phase der Champions League am Leben. Die Tessiner führen im dritten Gruppenspiel mit dem 3:0-Heimsieg über Constanta (Rum) vor 750 Zuschauern den ersten Sieg ein. Damit nahm Lugano die erste von drei Hürden. Am 17. Dezember muss nun Constanta auswärts bezwungen werden. Dies würde den Showdown gegen das aktuell zweitklassierte Assis-Ennik (Bel) ermöglichen.

SKELTON

Winterberg (De), Weltcup, Frauen.

1. Tina Hermann (De) 1:57,87. 2. Jacqueline Lölling (De) 0:40 zurück. 3. Jane Channell (Ka) 0:88. – Ferner: 8. Marina Gilardoni (Sz) 1:39,19. Micaela Widmer (Sz) 3:12,21. – Klassiert – Gesamtstand (2/B): 1. Hermann 435 Punkte. 2. Laura Deas (Gb) 417,3. Lölling 410,4. Sophia Gröbel (De) 375,5. Channell 369,9. Ferner: 10. Gilardoni 272,19. Widmer 162.

Gilardoni mit Laufbestzeit Achte

Skeletonfahrer Marina Gilardoni hat im zweiten Weltcuprennen der Saison in Winterberg (De) ein Ausruferzeichen gesetzt – zumindest im zweiten Durchgang. In diesem fuhr die 28-jährige Eschenbacherin gestern in 59,41 Sekunden die schnellste Zeit. Weil sie nach dem ersten Run nur 13. war, resultierte der achte Schlussrang.

Zusätzlich zu ihrer zweitschnellsten Startzeit und der optimalen Fahrt profitierte Gilardoni im zweiten Durchgang davon, dass sie bereits als Achte ins Rennen ging. Denn die Bahn wurde zunehmend langsamer. Im ersten Lauf war Gilardoni dagegen mit ihrer hohen Startnummer 15 chancenlos und büsste 1,4 Sekunden auf die Schnellste ein.

Letztlich betrug der Rückstand auf die Siegerin Tina Hermann 1,39 Sekunden. Die Deutsche fuhr in einer eigenen Liga und nahm sämtlichen Konkurrentinnen 0,4 Sekunden und mehr ab. (bca)

Als Aussenseiter die Favoriten ärgern

Für die NLA-Faustballer des TSV Jona beginnt heute die Hallensaison. Zu den Topfavoriten gehören sie nicht, aber beim Final-Event der besten vier Mannschaften wollen sie dabei sein.

Beim Final-Event im heimischen Grünfeld konnten sich die Joner Faustballer Mitte September nicht mit einem Medaillengewinn für eine gute Feldsaison belohnen. Danach gestand Trainer Christian Schluop seiner Mannschaft eine knapp einmonatige Trainingspause zu. So blieb genügend Zeit zur Vorbereitung für die bevorstehende Hallensaison.

Die Hallenmeisterschaften der zurückliegenden Jahre liefen für den TSV Jona eher durchwachsen. Entweder befand er sich mitten im Abstiegskampf oder musste – wie im letzten Jahr – mit dem vierten Schlussrang beim Final-Event vorlieb nehmen. Aus eigener Erfahrung weiss das Team nur zu gut, dass es sich in der Halle keine Formschwankungen erlauben darf. Dafür ist die Qualifikation mit nur fünf Spielen pro Team zu kurz und ist das Teilnehmerfeld zu ausgeglichen.

Keine optimale Vorbereitung

Im sechsköpfigen Kader von Trainer Schluop gab es nach der Freiluftzeit keine Veränderungen. Allerdings kann Angreifer Romano Colombi wegen seines Teilzeitstudiums bis zum Frühjahr an nahezu keinem Mannschaftstraining teilnehmen.

Zudem verpasste Zusprieler Sebastian Kammer wegen Geschäftreisen und Ferien nahezu die komplette Vorbereitung und wird auch heute beim Saisonstart fehlen. Da einige der Joner Ligakonkurrenten Mitte November Spieler an der Weltmeisterschaft in

Argentinien hatten, war aber auch bei ihnen die Vorbereitungsphase beeinträchtigt.

Eine sehr ausgeglichene Liga

Der Anspruch der Joner ist prinzipiell immer der, beim Final-Event der bes-

ten vier Teams dabei zu sein. Die letzten Jahre zeigten aber, dass es sehr schnell in eine andere Richtung gehen kann. Auch in dieser Saison ist davon auszugehen, dass mehrere Teams für die Medaillen infrage kommen – allen voran der Hallen-Titelverteidiger Diepoldsau und der amtierenden Feldmeister und Welpokalsieger Widnau.

Daneben sind Wigoltingen und die Hallenspezialisten aus Oberentfelden zu den aussichtsreichsten Kandidaten zu zählen. Auch die FG Elgg-Ettenhausen ist nicht zu unterschätzen.

Der TSV Jona wird versuchen, in diesem starken Feld zu bestehen und ebenfalls um einen Platz beim Final-Event zu kämpfen. Zum Auftakt trifft er heute, 18.30 Uhr, im Heimspiel in der Turnhalle Rain auf den SVD Diepoldsau. Wie stark der Titelverteidiger ist, zeigt allein die Tatsache, dass er vier Spieler im Kader hat, die vor zwei Wochen noch im WM-Final standen und Silber gewannen. (ka)



Verspäteter Saisonestieg: Zusprieler Sebastian Kammer fehlt dem TSV Jona beim Auftakt gegen den Titelverteidiger Diepoldsau.

Bild Carlo Stuppi

TSV Jona, Hallensaison 2015/16

Kader: Yves Baeriswyl, Romano Colombi, Cornelius Jäger, Cyril Jäger, Sebastian Kammer, Martin Tripp. Trainer: Christian Schluop.
Spielplan: Sa, 6. Dezember, 18.30 Uhr, Jona – Diepoldsau. So, 20. Dezember, Elgg-Ettenhausen – Jona (in Aadorf). Sa, 23. Januar 2016, Jona – Wigoltingen. So, 31. Januar, Widnau – Jona. So, 7. Februar, Oberentfelden – Jona.

Parallelen zum Vorjahr

Burgerstein Vitamine Volley Jona ist in der NLA mit nur einem Sieg aus sechs Spielen auf den zweitletzten Tabellenrang zurückgefallen. Um sich wieder zu verbessern, müssen in den vier Meisterschaftsspielen bis zur Weihnachtspause unbedingt Punkte her. Ein Sieg in Amriswil wäre heute, 17. Uhr, zwar noch eine Überraschung. Die Leistung der Joner wird aber wegschwinden sein für die folgenden Partien.

Amriswil ist deutlich besser in die Saison gestartet und hat sich bereits zwölf Punkte erspielt. Dabei konnte sich vor allem der neue Diagonalspieler Sébastien Steigmeyer in Szene setzen. Einzig gegen das ungeschlagene Lausanne und den Meister Lugano tauchten die Thurgauer.

Erschwerend für Jona dürfte sein, dass Diagonalanreifer Joel Roos angeschlagen ist und heute eventuell pausieren muss. Allerdings deutete auch letztes Jahr zum fast gleichen Zeitpunkt nichts auf den Überraschungssieg der Joner gegen Amriswil hin. Jona gewann damals 3:1 und reichte danach fünf Siege aneinander. Nach dem 0:3-Debakel am letzten Sonntag gegen Genf muss aber eine deutliche Leistungssteigerung her, um die Geschnisse des Vorjahres zu wiederholen. (jro)